

**ПСИХОЛОГІЯ  
ОСОБИСТІСНОЇ ТА  
СОЦІАЛЬНОЇ  
ІДЕНТИЧНОСТІ:  
ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА  
ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД**



**НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ ІМЕНІ Г. С. КОСТЮКА  
ЛАБОРАТОРІЯ МЕТОДОЛОГІЇ І ТЕОРІЇ ПСИХОЛОГІЇ  
УМАНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
ПАВЛА ТИЧИНИ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ  
НАУКОВО-ДОСЛІДНА ЛАБОРАТОРІЯ УДОСКОНАЛЕННЯ  
МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА  
ІМЕНІ АННИ ІВАНІВНИ КАГАЛЬНЯК  
ROYAL AUSTRALIAN COLLEGE OF GENERAL PRACTITIONERS  
(FRACGP)**



**ТЕЗИ  
Міжнародної науково-практичної конференції  
«ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ:  
ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД»**

**21 листопада 2022 року**

**2022**

***Психологія особистісної та соціальної ідентичності: вітчизняний та зарубіжний досвід*** : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 21 листопада 2022 року /за ред. В.Л. Зливкова, С.О. Лукомської, О.В. Котух. - Київ: 2022. 78 с.

Збірник тез **«Психологія особистісної та соціальної ідентичності: вітчизняний та зарубіжний досвід»** створений за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції, присвяченої інтеграції вітчизняних і зарубіжних досліджень у галузі психології ідентичності. У збірнику представлено результати аналізу актуальних питань особистісної, соціальної, професійної та мілітарної ідентичності; окреслено виклики сучасних міждисциплінарних досліджень психології особистості, зокрема у контексті життєвих та цивілізаційних криз (COVID-19, російсько-українська війна); визначено шляхи інтеграції психологічної науки та практики у розробці ефективних стратегій формування ідентичності особистості у динамічному та мінливому світі.

Збірник адресовано психологам, соціальним працівникам, студентам вищих навчальних закладів та всім, хто цікавиться психологією особистості.

***Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
(протокол № 14 від 27.10.2022 року)***

© Інститут психології імені Г.С. Костюка  
НАПН України

## ЗМІСТ

<i>Doan Tina</i> ONLINE FANDOM: SOCIAL IDENTITY OF DANIEL LAVOIE FANS	6
<i>Maple Mae, Doan Tina</i> PERSONAL IDENTITY OF THE "LA ROUTE D'ALTAMONT" HEROES	8
<i>Воропаєв Є.П.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТИРІВ АРТИСТИЧНОЇ БОГЕМИ У ТВОРЧИХ ВІЗ ХАРКОВА	10
<i>Гудир Д.В.</i> ІДЕНТИЧНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ, ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ТЕОРІЇ ЕКОЛОГІЧНИХ СИСТЕМ	13
<i>Гуцуляк О.Б.</i> ФЕНОМЕН «МНОЖИННОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ» (ВІД СУБКУЛЬТУР ДО НЕОТРАЙБІВ)	15
<i>Завгородня О.В.</i> ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ЯК ПСИХОЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ІНСТРУМЕНТ	19
<i>Злишков В.Л.</i> НОСТАЛЬГІЯ РЕСТАВРУЮЧОГО ТИПУ ТА МІЛІТАРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ РОСІЯН	22
<i>Злишков В.Л., Лукомська С.О., Котух О.В.</i> СОЦІАЛЬНО-ПОЛІТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТРАВМИ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ	25
<i>Кобильченко В.В., Омельченко І.М.</i> КРИЗИ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ГЛИБОКИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ	27
<i>Копилов С.О.</i> АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНО-ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ УКРАЇНЦІВ	31
<i>Косова А.В., Краєва О.А.</i> ЗМІНИ АСПЕКТІВ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗДО УКРАЇНИ ПІД ВПЛИВОМ ВІЙСЬКОВОЇ СИТУАЦІЇ	34
<i>Котух О.В.</i> РОЛЬ МОТИВАЦІЇ В САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	36
<i>Краєва О.А.</i> КРИЗА ОСОБИСТІСНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ БІЖЕНЦІВ: ЕМПІРИЧНА РОЗВІДКА	39
<i>Кузікова С.Б.</i> САМОІДЕНТИЧНІСТЬ У ПРОБЛЕМАТИЦІ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ	43
<i>Лукомська С.О.</i> СОЦІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ У КОНТЕКСТІ РІЗНИХ ФОРМ ЕФЕКТИВНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ В УМОВАХ ВІЙНИ	45
<i>Миколюк Д.О.</i> МОЖЛИВІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ОСНОВ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В ОСІБ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ	46
<i>Михайлюк І.В.</i> ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ДІАЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ	48

<b>Овчаренко О.Ю. ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ З ІНВАЛІДІВ</b>	52
<b>Ольховецький С.М., Коробань К. ПРОЦЕСИ ІДЕНТИФІКАЦІЇ ПІД ЧАС КРИЗ</b>	55
<b>Поджинська О.О. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ</b>	56
<b>Поклад І.М. КУЛЬТУРНО-ПРАВОВІ ЦІННОСТІ ЯК ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ</b>	60
<b>Скоростецька Н.В. ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ Б'ЮТИ – СФЕРИ, У ФОРМАТІ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ</b>	62
<b>Степура Є.В. ДЕЯКІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ ПРОПАГАНДИ НА ОСОБИСТІТЬ</b>	64
<b>Харченко Н.А., Кузнецов Е.В. ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ</b>	66
<b>Харченко Н.А., Матусевич О.О. ОСОБИСТІСНА ІДЕНТИЧНІСТЬ В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ І ПОВЕДІНКИ ПЕДАГОГІВ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ</b>	68
<b>Харченко Н.А., Малець С.О. ВІЙНА, ІДЕНТИЧНІСТЬ І ТРАВМАТИЗАЦІЯ ДІТЕЙ: ОКРЕМІ АСПЕКТИ</b>	69
<b>Харченко Н.А., Якименко Н.П. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПСИХОТРАВМИ В КОНТЕКСТІ ІДЕНТИЧНОСТІ</b>	71
<b>Харченко Н.А., Яценко В.Р. СОЦІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ТРАВМА ЗРАДИ ПІД ЧАС ВІЙНИ</b>	73
<b>Черкаська Є.Ф. РОЛЬ САМОРЕГУЛЯЦІЇ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ</b>	75

*Doan Tina,  
BMed, Fellow of the Royal Australian College of General Practitioners*

## **ONLINE FANDOM: SOCIAL IDENTITY OF DANIEL LAVOIE FANS**

Fandom can play an important role in one's self-concept. Fandom and identity are often intertwining concepts, as fans construct identities based on the object of their fandom, the shared identity with the group they are a part of, and through their interaction with others in this group (Pearson, 2007). In constructing identity around the object of fandom, fans will choose to associate themselves with certain texts or characters that they feel are reflective of their own personalities, that is, a personalization of a text (Baym, 2000). They choose to engage with certain shows or quote particular characters as a means of exploring their own identity in relation to them. As they become a more active fan and join groups to facilitate the discussion of those shows, they are able to form collective group identities with other fans who have chosen to do the same: "As individuals interact in internet-based cultural sites, they construct and affirm meaningful collective identities based on norms and beliefs that are personally important and that are supported by others" (Williams, 2006, p. 178). Joining groups related to fandom works to establish an identity that exists in relation to these groups and the texts that they admire and discuss. Past work (Baym, 2000) has shown how particular roles and behaviors within fan communities can establish particular identities, known both to the fan and to others in the group. This shared identity that fandom facilitates is constructed both around the object of fandom, as well as around the space in which they discuss it and those with whom they share the space.

While English is the most popular language to learn in various countries, it's also the most spoken language worldwide, with approximately 1.1 billion total speakers—that's roughly 15% of the global population. French is in fifth place on this list - 280 million total speakers (August 27, 2021).

As the most aurally pleasing of the romance languages, it's no wonder that much of French music is dominated by seductive singers and coolly delivered pop. Their classical music pedigree is also unquestionable, having spawned the likes of Ravel, Satie, and Debussy, but French music is also characterized by a certain *joie de vivre* that resonates throughout genres and decades. We've all heard of Johnny Hallyday, Edith Piaf and Charles Aznavour, but we might be a bit hazy when it comes to keeping up with modern French music. Modern French music, on the whole, gets a bad press in the English-speaking media – which is a little unfair.

French Canadian music is music derived from that brought by the early French settlers to what is now Quebec and other areas throughout Canada, or any music performed by the French Canadian people. Since the arrival of French music in Canada, there has been much intermixing with the Celtic music of Anglo-Canada. This fact presents two items of note. The first is that French-language music in Canada has long been underrepresented outside of Quebec. The second is that this circumstance might be changing - and that's a good thing for all Canadians, no matter what language you speak.

Since its colonial beginnings, Francophone music in Canada has been at once borrowed, singular, and incredibly influential. The colourful instrumental reels and dance tunes of New France drew from Scottish, Irish, French, and English traditions, and still exist today as folk music standards on Canada's east coast. Later, Quebec's popular chansons style of music would emerge from the lineage of France's chansons françaises, which feature a prominent vocal performance. But those chansons were driven by poetry and poignant lyricism as opposed to musical presence, which meant that beyond listeners who understood French, Quebec's leading sound mostly fell on deaf ears.

This rift between French music and English listeners has only widened over time. Most Canadian music institutions are built around the English language thanks to pervasive social and geographical barriers. Canada's vast terrain has made it difficult for bands from Quebec to break into markets west of their provincial borders, and communities with dominant French-language presences outside of the province are few and far between. In fact, it's easier for Québécois bands who sing in French to travel to French-language countries in Europe, where they can play shows to bigger markets that aren't so broadly dispersed and play to audiences who respect and share their mother tongue.

That desire for more interplay between Anglo- and French-Canadian styles has also meant that vocals-first *chansons* are no longer the reigning musical format, says Sam Joly of Klaus. "The vocal is more [part of] the music, than just the lyrics with the music in the background," he says. Délice agrees, citing Québécois rock group Malajube as a success story beyond the province's borders. "Their vocals were mixed almost like as an instrument," he says. "You don't need to understand the lyrics to appreciate it."

In recent years, the five-factor model of personality traits (the so-called «Big Five») has become a «gold standard» in the psychological study of individual differences. Questionnaires based on this model (including factors such as neuroticism or emotional stability, extraversion, openness to experience, agreeableness and conscientiousness) are widely used for the personality studies in both research and applied purposes. The Ten Item Personality Inventory (TIPI), developed in the USA by S. D. Gosling, P. J. Rentfrow, W. Swann (2003) was designed to measure the dimensions of the Five Factor Model (FFM) of personality. The TIPI has been translated into a number of languages, cross cultural validation revealed similar results on all three measures to those obtained in the study of the English-language TIPI.

According to the TIPI questionnaire, respondents are characterized by a high level of conscientiousness (16,07), moderate – openness to experience (10,28), agreeableness (9,89) and emotional stability (7,94) and low – extraversion (6,69). Data from questionnaires in different languages not differ statistically significantly ( $p > 0,05$ ).

Conscientiousness is the personality trait of being careful, or diligent. Conscientiousness implies a desire to do a task well, and to take obligations to others seriously. Conscientious people tend to be efficient and organized as opposed to easy-going and disorderly. They exhibit a tendency to show self-discipline, act dutifully,



and aim for achievement; they display planned rather than spontaneous behavior; and they are generally dependable. Introversion is the state of being predominantly interested in one's own mental self. Introverts are typically perceived as more reserved or reflective. Introverts often take pleasure in solitary activities such as reading, writing, or meditating. An introvert is likely to enjoy time spent alone and find less reward in time spent with large groups of people. Introverts are easily overwhelmed by too much stimulation from social gatherings and engagement, introversion having even been defined by some in terms of a preference for a quiet, more minimally stimulating external environment. Openness to experience is one of the domains which are used to describe human personality in the Five Factor Model. Openness involves six facets, or dimensions: active imagination (fantasy), aesthetic sensitivity, attentiveness to inner feelings, preference for variety (adventurousness), intellectual curiosity, and challenging authority (psychological liberalism). Agreeableness is a personality trait manifesting itself in individual behavioral characteristics that are perceived as kind, sympathetic, cooperative, warm, and considerate. People who score high on this dimension are empathetic and altruistic, while a low agreeableness score relates to selfish behavior and a lack of empathy. This personality dimension includes attributes such as trust, altruism, kindness, affection, and other prosocial behaviors.

*Maple Mae,*  
*Dr. Filemon C. Aguilar Information Technology Training Institute or DFCAITTI*

*Doan Tina,*  
*BMed, Fellow of the Royal Australian College of General Practitioners*

## **PERSONAL IDENTITY OF THE "LA ROUTE D'ALTAMONT" HEROES**

It is true that the novel "La Route d'Altamont" is an "adult" book, not because of anything in the vocabulary or the narrative, but because of the maturity of its message, it covers also psychological and socio-philosophical topics. Researcher of G Roy's heritage D. Fortier adapted the text of Roy's story especially for the music album "Le vieillard et l'enfant" ("The Old Man and the Child", La Montagne secrète, 2021), which made it possible to understand it for children from 3 years of age, while preserving its basic problems. namely: childhood, family, self-discovery and the world at large, the desire for independence and desire for adventure.

According to D. Fortier: "Childhood and ageing - moments of wonder and peace, at the same time - are transitional stages of the life, when there is an encounter with the immeasurable - a kind of window into what awaiting people: the future life of the child and the inevitable death of the elderly" («L'enfance et le grand âge sont des moments d'émerveillement et d'apaisement. En même temps, on sent que ce sont des moments de transition... Cette rencontre avec l'immensité est en quelque sorte une fenêtre sur ce qui les attend : la vie future de l'enfant et la mort prochaine du vieillard»).

If we consider the novel "La Route d'Altamont" in general, its protagonist Christine is presented in such age periods as in early childhood, at 6, 8, 11, 14 years



and in youth. Thus, the stages of her psychological maturation can be observed. Musical album, realized in 2021 does not specify the girl's age, it is probably 8-11 years, when she develops the ability to reflect, think about herself, her past and future, as well as the probable death (of family members and own). It is here in "La Route d'Altamont" that the cyclical nature of life asserts itself. Mothers and daughters - frequently portrayed in the relationships of three generations - lend themselves par excellence to illustrate Gabrielle Roy's belief in the cyclical nature of life. Christine goes against the social expectations that burdened women, especially at that time. Travel, adventure, setting off for the unknown – everything that allows space to expand – entail rejecting the traditional subservience of women. Christine does not adopt a rebellious tone in her narrative, for that was forbidden to women of the time.

The concept of personal identity in "La Route d'Altamont" is actualized first of all in the fact that the narration is conducted on behalf of Christine, who is both an actor ("tâche de vivre") and an observer ("regarde" et "juge"), such as "doubling of the self". Thematically, structurally and stylistically creates a holistic authentic autobiographical narrative, which expresses the formation of personal identity and the course of its crisis («... et il est vrai, parfois aussi, pour la communication. je suis devenue peu à peu une sorte de guetteuse des pensées et des êtres et cette passion pourtant sincère use l'insouciance qu'il faut pour vivre...», La Route d'Altamont, p. 239).

In the dialogues there is a communicative interaction between the characters, the lyrics and illustrations reflect the key points of G. Roy story - "movement", "journey", "plain," lake" ,"intergenerational interaction", "reflection"; the autobiographical narrative is emphasized by music using exclusively acoustic instruments. D. Lavoie said that he wanted to reflect the simplicity of the text through music: "The idea was to illustrate the tale with music in a fun, playful and bright form [...] I wanted it to be quite acoustic, close to folk".

Confronting / combining childhood with old age is a key aspect of the paradoxical concept of time reflected in the novel "La Route d'Altamont", and especially in "Le vieillard et l'enfant" (Gilbert, 1993). Thus, opposites that can neither agree nor cancel each other are united in a paradox in which they can coexist simultaneously. Indeed, through the characters of Christine and Saint-Hilaire, G. Roy illustrates the paradoxical course of time, which takes place in the form of pauses and jerks, in a circular motion, where opposites combine - so childhood and old age, the two extreme poles of life, meet and merge into one point at a given point in time ("temporalité et paradoxe", Fortier, 2002). When Christine asks Monsieur Saint-Hilaire what the distant coasts of Winnipeg Lake are – its end or its beginning, the old man replies, "The end, the beginning? You ask a strange question! The end, the beginning ... What if it was the same thing! ... Maybe everything ends in a big circle, in which the end and the beginning converge" (La fin, le commencement? Tu en poses de ces questions! La fin, le commencement... Et si c'était la même chose au fond! Peut-être que tout arrive à former un grand cercle, la fin et le recommencement se rejoignant). «Au mouvement linéaire vers la vieillesse répond celui d'une remontée vers l'enfance qu'illustre le déroulement rebours des saisons au fil des récits. Le

premier se deroule pendant «le bel automne» (p. 41) qui s'acheve avec la premiere tempete de neige de l'hiver, le second au coeur de rete torride, et le troisieme au debut de rete, avant les grandes chaleurs. En renouant avec un automne amoindri, le dernier recit delimite le cycle temporel. Christine narratrice a rage des personnages de son enfance. La faiblesse de la memoire de sa grand-mere incapable de distinguer ses petits-enfants les uns des autres l'avait frappe autrefois. Elle cherche donc par l'ecriture a eviter semblable amnesie. Le present n'est pas non plus pour M. Saint-Hilaire a la hauteur du passe qui est «son temps» (p. 114).»

Indeed, while people tend to be linear and relentless over time, it seems that children and the elderly belong to another time or even sometimes go beyond it. Just because they don't have time doesn't mean they have to hurry, but rather that time doesn't belong to them. The subtle boundary that separates life from death or being from non-existence, when time is nearing its end or just beginning its countdown, should be abstracted from it and lived, albeit for a moment, in a realm that does not belong to eternity. Traveling with Monsieur Saint-Hilaire, Christine asks herself a question that for us is key in this story: "What does it mean to live life?" answering himself: "It is to rediscover the joy of childhood at a time when you are on the verge of death." Such a concise description of a child's life is strikingly similar to the definition of an autobiography or any work based on autobiographical inspiration, the purpose of which is to find and resurrect lost time through memories of childhood and adolescence.

***Воропаєв Євгеній Павлович,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
Харківської державної академії культури*

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІНІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТИРІВ АРТИСТИЧНОЇ БОГЕМИ У ТВОРЧИХ ВНЗ ХАРКОВА**

Професійна діяльність артиста пов'язана зі стилем життя, який дисонує із загальноприйнятими соціальними нормами, що, зокрема, демонструє сюжет байки Лафонтена “Коник та Мураха” (запозиченої у Езопа, а потім перекладеної І. Криловим). Цей стиль називають богемним (від фр. *boheme* – циганщина): неконвенційним, ексцентричним, характерним для певної частини художньої інтелігенції (акторів, музикантів, художників). Психологічні закони його недостатньо вивчені, але важливим є те, що проблема це не тільки теоретична: емпіричні дані показують, що “ціна успіху” артиста буває непомірно високою. Часто уславлені “зірки” проявляються у житті як самотні депресивні люди. Багато хто з них – відповідно до норм богемної спільноти – зловживає наркотиками, алкоголем, антидепресантами, заспокійливими засобами. Аналіз 164 випадків смертей кумирів публіки США за період із 1964 по 1983 років показав, що частота самогубств серед знаменитих артистів вчетверо вище, ніж у середньому країни (дослідження Г. Вільсона). Невипадково Шарль Азнавур співав:

*Богема, богема –  
це означало бути щасливим,  
Богема, богема...  
ми їли раз на два дні.*

У ході психолого-педагогічного експерименту, який з 2011 року проводиться в Харківському національному університеті мистецтв імені І. П. Котляревського та Харківської державної академії культури з'ясувалося, що розуміння студентами драматизму такого стилю життя і готовність до нього доторкнутись недостатні. Через це відзначалися великі зміни у настрою старшокурсників порівняно з першими роками навчання. Також виникали труднощі з профорієнтацією - багато хто ухвалював вибір іншої сфери діяльності (наприклад, відхід у бізнес). Зрозуміло, що вже першокурсники повинні добре уявляти всю виворотну сторону обраної професії. Для цього автор, зокрема, зосередився на вивченні психологічних механізмів богеминого способу життя: насамперед, на інтерпретації смислів і цінностей носіїв "циганщини". Таким чином було продовжено розпочату раніше лінію дослідження, де вивчалися максими художньої діяльності, що виділялися в психології, педагогіці мистецтв та естетиці; також формулювання "над-надзадач" сценічної творчості (в термінології К. Станіславського), а саме комплексу негласних, неявних законів, орієнтирів, які спрямовують і надихають служителів муз, становлять їхнє світовідчуття.

У роботі, звісно, не розглядалися трактування, згідно з якими до богемки зараховується так звана "золота молодь" та інші утриманці, що ведуть безладний спосіб життя й не виробляють творчого продукту. Також виключені сучасні фрілансери та представники угруповань (політичних, релігійних, національних), не зайнятих художньою діяльністю, але які наполегливо пишаються своєю "інакшістю".

У ході дослідження було запропоновано аргументацію, згідно з якою імморалізм, деструктивні та епатажні риси богемки трактувалися як невдала спроба її інфантильних представників організувати своє життя відповідно до фундаментальних і тому позитивних ідеалів та законів художньої творчості. Адже відбиток такої "циганщини" (дитячість, карнавальність, демонстративність, кочівництво тощо) носять і респектабельні служителі муз, які досягли рівня психологічної зрілості та дорослості, творчість яких не є брутальним та руйнівним викликом для оточуючих.

Обговорення фундаментальних підстав художньої діяльності, на яких "застрягають" богеми, виходить за рамки повідомлення на конференції, тому обмежимося лише коротким переліком деяких із них:

- 1) діонісійсько-аполлонічний синтез (у руслі поглядів Ф. Ніцше)
- 2) діалогізм офіційної та сміхової культур (за М. Бахтіном)
- 3) неадаптивна активність, діяльність над порогом ситуативної потреби (в контексті ідей В. Петровського)
- 4) мужність бути собою (термін екзистенційної філософії П. Тілліха) - сюди ж можуть бути віднесені й професійно-етичні колізії "генія та лиходійства"

5) психологічні механізми емоційного вигорання та проблема "геній та божевілья".

Все це лише частина "вічних проблем", з якими стикається брюсовський "юнак блідий з обличчям палаючим", вибираючи артистичний шлях. Ці вічні екзистенційні виклики бувають "не під силу" як соціально невлаштованим "пролетаріям від мистецтва", які не мають гарантованої зайнятості, так і зрілим художникам; проте причетність до заявленого ціннісно-сислового кластера необхідна будь-якому художнику, оскільки в ньому - джерело професійної спроможності.

Звідси виводимо ключові проблеми богем'єнів:

1) *інфантилізм*, як збереження в психіці та поведінці дорослої людини рис, якостей та особливостей, властивих дитячому віку

2) *недолік тієї дорослості*, які ще в Стародавній Греції називали *акме* - досягнення *найвищого* рівня розвитку здібностей. Адже, як доводилося вище, служіння муз ставить складні завдання навіть для зрілих особистостей, що приводить до болючих помилок в їх вирішенні.

Виходячи зі сказаного, висновки даного дослідження неодмінно повинні стосуватися педагогічної сфери, і не тільки тому, що воно проводилося зі студентами. Будь-який артист, навіть рядовий, приречений на щоденне невпинне професійне зростання, оскільки треба бути або конгеніальним до автора виконуваного твору, або причетним до творчого еталону, поставленого видатними попередниками, або співзвучним самому мистецтву, що вимагає неабияких здібностей від своїх слуг. Артист, що відбувся – це той, хто пройшов між Сциллою і Харибдою протиріч, у яких “зламалося” безліч обдарованих художників. Слід зазначити, що катастрофи не оминули і легендарного Орфея (цікаво, що танцюючий індійський бог Шива теж трагічно загубив свою кохану). Видатна піаністка Маргерит Лонг сказала якимось, що робота музиканта нагадує підготовку спортсмена до олімпійських ігор. "Пристрасть помножена на інтелект" - ось відома формула виховання артиста. Тому педагогічною рекомендацією для богем'єнів повинна стати *спрямованість на досягнення максимального розквіту своєї особистості*: “все на світі здатне бути самим собою, лише перевищуючи себе”.

Крім того, теза про те, що навіть звичайний художник “приречений” на неминучість сходження у захмарні висоти Парнаса, потребує особливого педагогічного та психологічного супроводу такого автодидактичного “штурму”. Тому слід продовжувати роботу з удосконалення методик підготовки до артистичної діяльності та впровадження їх у педагогічну практику – що є головною практичною рекомендацією даного дослідження. Час не зупинився та потребує модернізації методів роботи: зразком тут може стати величезна та результативна науково-практична діяльність, розгорнута у спорті для підготовки олімпійських чемпіонів. А компасом – шляхетна мрія: бачити успіх наших артистів, що несуть у світ Гармонію.

## **ІДЕНТИЧНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В ПЕРІОД ВІЙНИ, ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ТЕОРІЇ ЕКОЛОГІЧНИХ СИСТЕМ**

Актуальність дослідження. Питанням феномену ідентичності особистості займалися вчені різноманітних психологічних напрямків у різні роки. Зараз, коли в Україні повномасштабна війна і відбувається зазіхання на нашу самосвідомість, нашу національну ідентичність, нашу культуру та наш етнос в цілому, це питання стоїть, як ніколи, гостро. Розгляд цього питання з точки зору теорії екологічних систем, дозволить розширити уявлення про ідентичність, як передумову психологічної стійкості особистості в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Вперше, таке поняття, як «ідентифікація» розглядалося в працях представника психоаналітичного підходу З. Фрейда, як механізм взаємодії окремого індивіда і соціальної групи, пізніше, Е. Еріксон переосмислив це поняття і ввів поняття - «ідентичності». Представники цього напрямку в психології, зокрема З. Фрейд, Е. Еріксон, Дж. Марсія, Н. Холланд та ін. розуміли під поняттям «ідентичність» - внутрішнє ототожнення особистості та безперервність, як найважливішу характеристику її зрілості та цілісності, як ідентифікацію себе з певними соціальними групами.

Представники символічного інтеракціонізму (Ч. Кулі, Дж. Мід, Э. Гофман та ін.) досліджували ідентичність базуючись на Я-концепції Дж. Міда, який розумів це поняття, як спроможність людини сприймати свою поведінку і життя в цілому, як єдине ціле.

Когнітивний підхід вивчення феномену ідентичності, втілювався через ідею про наявність двох аспектів: першого, орієнтованого на соціальне оточення людини, та другого, орієнтованого на унікальність проявів тієї самої людини - теорія соціальної ідентичності Х. Теджфела і Дж. Тернера.

Англійський соціолог Е. Гідденс вивчав ідентичність в макросоціальному контексті, він стверджував, що сучасність характеризується тісним контактом та взаємовпливом зовнішніх змін та внутрішньо-особистісних трансформацій.

Проаналізувавши наявну наукову літературу, можна припустити, що розкрити питання ідентичності особистості, можна і за допомогою екологічної теорії розвитку людини У. Бронфенбреннера, яка має кілька рівнів впливу середовища: мікросистема, мезосистема, екзосистема, макросистема та хроносистема. Ці рівні екологічного аналізу корисні для вивчення процесів у контексті розвитку феномену ідентичності. Адже від кожного з п'яти рівнів, людина отримує певні знання про ідентичність, а також ресурси або підтримку для вирішення тих проблем, які виникають на тому чи іншому рівні. Оскільки ці п'ять систем взаємопов'язані, вплив однієї системи на розвиток ідентичності залежить від її взаємозв'язку з іншими.

Мікросистема є першим рівнем теорії Бронфенбреннера, і це те, що має безпосередній контакт з дитиною в її найближчому оточенні, наприклад, батьки,

брати і сестри, вчителі та однокласники. Відносини в мікросистемі є двосторонніми, тобто дитина може зазнавати впливу інших людей у своєму оточенні, а також здатна змінювати переконання та дії інших людей. Крім того, реакції дитини на окремих осіб у її мікросистемі можуть впливати на те, як вони ставляться до неї у відповідь. Взаємодії в мікросистемах часто є дуже особистими і мають вирішальне значення для сприяння та підтримки розвитку дитини. Отже, ми можемо припустити, що ідентичність особистості зароджується саме на рівні мікросистеми, коли у дитини формуються міцні турботливі стосунки з батьками, а це, за теорією екологічних систем, позитивно впливає на дитину. Тоді, як дистанційні та неприязні батьки негативно вплинуть на дитину а відповідно і на її формування ідентичності.

Мезосистема охоплює взаємодію між мікросистемами дитини, наприклад, взаємодію між батьками та вчителями або між шкільними однолітками та братами і сестрами. Мезосистема – це місце, де індивідуальні мікросистеми людини не функціонують незалежно, а взаємопов'язані і впливають одна на одну. По суті, мезосистема – це система мікросистем. Відповідно до теорії екологічних систем, якщо батьки та вчителі дитини ладнають і мають хороші стосунки, це повинно мати позитивний вплив на розвиток дитини, порівняно з негативним впливом на розвиток, якщо вчителі та батьки не ладнають. Виходячи з розуміння концепції мезосистеми, ми можемо припускати, що людина в процесі становлення своєї ідентичності, має змогу спиратися і на досвід взаємодії свого безпосереднього оточення з навколишнім світом.

Екзосистема є складовою теорії екологічних систем, розробленої Урі Бронфенбреннером у 1970-х роках. Вона включає в себе інші формальні та неформальні соціальні структури, які самі не містять дитину, але опосередковано впливають на неї, оскільки вони впливають на одну з мікросистем. Прикладами екзосистем є сусідство, робочі місця батьків, друзі батьків і засоби масової інформації. Це середовище, в якому дитина не залучена, і є зовнішнім для її досвіду, але це все одно впливає на неї. Прикладом впливу екзосистем на розвиток ідентичності, може бути вплив телевізійних новин на близьких людини, що знаходиться на окупованих територіях, які, в свою чергу будуть впливати негативно і на саму людину та її усвідомлення себе.

Макросистема є компонентом теорії екологічних систем Бронфенбреннера, яка зосереджується на тому, як культурні елементи впливають на розвиток дитини, наприклад соціально-економічний статус, багатство, бідність та етнічна приналежність. Таким чином, культура, в яку люди занурені, може впливати на їхні переконання та уявлення про події, які відбуваються в житті. Макросистема відрізняється від попередніх екосистем тим, що стосується не конкретного середовища однієї дитини, що розвивається, а вже сформованого суспільства та культури, в яких дитина розвивається. Це також може включати соціально-економічний статус, етнічну приналежність, географічне положення та ідеологію культури. Виходячи з цієї теорії, ми можемо припустити, що на становлення ідентичності особистості безпосередньо

впливатиме рівень розвитку країни, релігія та ідеологічні переконання тієї країни, в якій людина зростає.

П'ятий і останній рівень теорії екологічних систем Бронфенбреннера відомий, як хроносистема. Ця система складається з усіх змін навколишнього середовища, які відбуваються протягом життя і впливають на розвиток, включаючи основні життєві зміни та історичні події. Вони можуть включати звичайні життєві зміни, такі, як початок навчання, природні вікові кризи, отримання роботи але також можуть включати ненормативні життєві зміни, такі як розлучення батьків або необхідність переїзду в нову країну. Враховуючи концепцію хроносистеми і той факт, що ідентичність – це безперервний процес який розвивається, ми можемо припустити, що вплив, як природніх так і ненормативних життєвих криз, а також вплив історичних подій, має пряме відношення до становлення ідентичності особистості.

Висновки. Проаналізувавши дослідження представників різних напрямків психології, можна з впевненістю стверджувати, що ідентичність – складне, багатокомпонентне поняття, яке перебуває у тісному зв'язку розвитку особистості та соціального середовища в якому відбувається цей розвиток. Ідентичність особистості, як складова Я-концепції, виявляється в сприйманні себе та свого життя, як єдиного цілого і також має в собі декілька аспектів, зокрема, усвідомлення своєї унікальності та унікальності соціального оточення.

Теорія екологічних систем У. Бронфенбреннера відкрила нам перспективи дослідження феномену ідентичності з точки зору різних рівнів впливу середовища на ідентичність людини, таких, як мікросистема, мезосистема, екосистема, макросистема та хроносистема.

Перспектива дослідження цього питання в контексті теорії екологічних систем, може відкрити нове розуміння феномену ідентичності в контексті психологічної стійкості в умовах війни.

*Гуцуляк Олег Борисович,  
кандидат філософських наук,  
доцент кафедри філософії та соціології,  
учений секретар наукової бібліотеки  
Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника  
радник-експерт Швейцарського інституту культурної дипломатії*

## **ФЕНОМЕН «МНОЖИННОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ» (ВІД СУБКУЛЬТУР ДО НЕОТРАЙБІВ)**

У нинішньому світі Постмодерну, з його тотальним плюралізмом і мульти толерантністю (але й тотальною «позитивною репресивністю» та «рожевим голокостом» щодо того, що все ж таки закликається вважати «неприпустимим» у сучасному суспільстві) і пануванням «Масового суспільства» («згуртованої» посередності», *conglomerated mediocrity*), в якому здійснено втрату «землі та роду» («невкоріненість», «бездомність») та твердо



встановленого статусу в соціальному порядку, коли соціокультурна маргінальність стала нормою існування для десятків мільйонів людей, першу скрипку відіграє індивідуальний акт самоідентичності. У ХХІ столітті «людина маси» характеризується зовсім протилежною щодо «людини маси» ХХ століття, а саме – бажанням випнутися, виділитися, привернути увагу, набрати переглядів. «Така, яка виділяється / шизофренічна людина маси» постмодерністами визначається також як т.з. «абсолютна людина», «пост-людина», «остання та найвища стадія розвитку людства». Понад те, вона прагне не знищити у собі суб'єктність, а навпаки всіляко розпалити і виставити їх на загальний огляд. Такі особистості, як правило, поринають в «інстаграмізм»: Інстаграм став механізмом виробництва соціальних зв'язків та субкультур. Раніше, у 70-90-ті роки ХХ ст. цією справою займалася музика (рок-/панк-/альтернатива-), формуючи навколо себе світи субкультур. А в «інстаграмізмі», на відміну від субкультур минулого, немає бунту проти консьюмеризму, навіть навпаки – він зводиться в особливий культ і особистість починає ідентифікувати себе саме з фактом споживання різних речей та задоволень... Подібні «втечі від відповідальності» у різні епохи та різних цивілізаціях викликаються саме загальною тривожною тенденцією всезростаючої недовіри (з різних причин) до соціальних інститутів із боку населення. Воно («демос») не бажає як розділяти з ними відповідальність, і взагалі брати її на себе.

Варіантом «порятунку» для пост-людини розглядається знаходження (іноді вдало, іноді ні) тих, хто «здоровий/девіантний так само, як і я». Також існує аналогічний «культ селебрітіс» (від англ. celebrity «знаменитість») – «улюблених актрис/акторів» кіно та серіалів, поп-сцени чи світських раутів. Їм присвячені фан-клуби, сайти, видання тощо. Бути їх шанувальником («фаном») – один із яскравих способів самоідентифікації себе. Соціологи та психологи також виділяють особливий соціальний тип, який визначається як «кідалти» – «дорослі діти» (скорочення від англ. kid «дитина» та англ. adult «дорослий») – доросла людина, яка зберігає свої дитячі та юнацькі захоплення... На відміну від премодерного (традиційного) етносу, племені чи клану як жорстко структурованого соціокультурного утворення з контрольованим членством, нині домінують «нові групи», що функціонують виключно через індивідуальні рішення «абсолютних / пост-людей». Віктор Дольник у книзі «Неслухняне дитя біосфери» використовував для визначення таких груп поняття «клуби», а ЗМІ їх часто визначають як «тусовки». Традиційно їх ототожнюють із субкультурами – соціальними групами носіїв частини суспільства, що відрізняються від переважаючої більшості своєю поведінкою (позитивною чи негативною), власною системою цінностей, мовою, манерою поведінки, одягом та іншими аспектами та формуються на національній, демографічній, професійній, географічній основі. Часто такі групи утворюються як «фандом» («фендом», англ. fandom, букв. «фанатство»), тобто клуб шанувальників якогось твору (міфу, легенди, роману, коміксу, фільму, телесеріалу, комп'ютерної гри) з яскравими героями, або якогось популярного актора/письменника. Існують спеціальні назви для фанатів деяких окремих жанрів та напрямків. Наприклад, «отаку» –

любители аніме та манги, «трекери» – любители серіалу «Зоряний шлях», «поттеромани / поттеріанці» – любители книг та фільмів про Гаррі Поттера, «толкіністи» – любители творчості Дж. Р. Р. Толкіна, «хаталійці» – любители аніме та манги «Hetalia», «АРМІ» – фанати корейського музичного гурту «BTS» тощо. Видаються фанатські видання («фензини»), проводяться періодичні (міжнародні, національні чи регіональні, і, як правило, щорічні) збори («конвенти»), а також проводяться «косплеї» («костюмовані ігри»), активні учасники яких утворюють групи («косбенди»). Як правило, «фанфіки» (твори фанатської вторинної творчості, включаючи «фан-арт», «фан-відео», анекдоти, «неканонічні» пісні тощо) пишуться на любовні теми, тому висновки тут очевидні... Фандоми вбирають людей, створюючи для них ілюзію глобального сенсу. Оскільки «життя нудне», то ти можеш банально повірити в те, що ти співучасник історії популярного серіалу, або друг Персонажа / Актора (особливо, якщо в «Інстаграмі» під його постом ти напишеш “Love!”, а він у відповідь «лайкне» цей коментар)... Примиряючись за допомогою міфологізації із соціальним світом, у людини народжується ілюзія, що вона пододала власну кризовість / бездуховність / самотність / нудьгу, стала самодостатньою і перестала відчувати безглуздість свого існування.

Часто «нові групи» актуалізуються епізодично – або у формі «клубних вечірок» («паті»), «косплеїв», або навіть кількох днів «фестивалів». Наприклад, у пустелі Блек-Рок американського штату Невада вже 30 років проводиться цей яскравий і абсолютно божевільний фестиваль під назвою «Burning Man» («Палаюча людина»). І такі заходи проводяться в багатьох куточках світу «на різний смак і колір»... Часто це пов'язано з їх складовою – релігійною (християни-катакомбники, «брати-мусульмани», саєнтологи, «новоакрополівці», «рідновіри», растамани), сексуальною («шимали», «лесбі» та ін.), чи політичної (скінхеди, неоанархісти, «антифа(-шисти)», «анти-антифа» тощо). Так, на 2017 р. на території Німеччини проживало 12,6 тисячі т.зв. «Рейхсбюргерів» («Reichsbürger»), громадян неіснуючої країни – «Німецького Рейху». Вони проводять зустрічі або ж годинами просиджують в інтернеті, розмірковуючи про те, «як добре жилося німцям» у період з 1871 по 1937 рік... За останнього перепису населення у Великій Британії понад 60 тис. чоловік назвали себе «джедаями», тобто умовно хорошими «лицарями» всесвіту «Зоряних війн», а під час аналогічного заходу в Росії близько 3 тис. людей записалися ельфи, гноми, хобіти та гобліни... Так ж слід згадати мережевий рух «азеркінів» (від англ. otherkin «інші», «інші», «інший рід», «іногородці»; використовується також поняття trans-speciesism – «транс-видовізм»; «другіанці»), учасники якого описують себе частково або повністю як «не-люди в якомусь сенсі», і зазвичай мається на увазі якась міфологічна або легендарна істота (ельфи, феї, леприкони, вампіри, теріантропи, лікантропи-«вурдалаки», кіцуне-«лисиці», демони, ангели, маги, інопланетяни, жителі інших вимірів, герої світу аніме та мультфільмів та ін.). Як правило, вони вказують, що фізично (зовні) є людьми, але на рівні свідомості, душі, метафізики чи генетичного коду – «інші». Але, як правило, йдеться не про обуквальне знаходження чужорідної

душі в людському тілі, а про те, що людина так визначає свої якості (емпатія, любов та ін, обоження натуральних речей, алергія на продукти сучасної технології). Але деякі все ж таки прагнуть і модифікувати своє тіло елементами з фізичного світу «інших» (тварин, демонів, ельфів). До цього ж феномену слід відносити і «мережеву ідентичність»: наприклад – ігрові / неправдиві ідентифікації у самому Фейсбуці. Власне, сферою реалізації «іншості» стає не лише фізична реальність, а й кібер-простір: його населення становитимуть як цифрові двійники реальних людей, так і безтілесні чистопородні боти. Виникнувши, можливо, в даркнеті як напівлегальні податкові гавані або піратські маркетплейси, або просто як ігрові простори, існуючи виключно в Мережі, вони поступово мають стабільну економіку, систему управління, кіберзброю і колективну гордість, тобто всю повноту суверенітету. І перетворюються на рівноправних учасників міжнародних відносин. Громадянин такої віртуальної країни своїм «юридичним тілом» мешкатиме у її суверенній цифровій хмарі, а «фізичною», якщо така є, на твердій землі «звичайної» держави – як іноземець. Тобто, узагальнено, можна погодитися з твердженням Дж. Лейкок, що в даних явищах йдеться вже про «альтернативний номос» (соціально-конструктивний світогляд), який легітимізує «альтернативні онтології» та «альтернативні епістемології» з їхніми власними критеріями і божевілля.

Професор Університету Париж V - Сорбонна М. Маффесолі називає ці «нові спільності» – «неотрайбами» («новими племенами»). Вони конституують нове соціальне знання («соцієми») – етико-естетичне, міфопоетичне, що розвиває органічну солідарність у символічному та комунікаційному вимірах. Вони свідомо використовують міфологізацію («зачарування світу», «повернення божественного в соціальне») і як психологічний метод заміщення та трансценденції, конструктивний і конструюючий спосіб подолання проблемної ситуації семантичного шоку індивідом, що інспірує соціальну дію, і як шлях поведінкової інтеграції та самоідентифікації та трансляції релевантних смислів та цілей, форму обґрунтування групового (колективного) досвіду, втілену у загальнозначимих способах дії. Але на відміну від традиційних трайбів (племен) у поточній ситуації світу Постмодерну існує можливість легкого «перебігання» між ідентифікаційними групами, «розчарування» в одних та пошук інших, що, однак, не дуже вітається найзатятішими адептами цих ідентичностей. В епоху Постмодерну варто індивідам передумати, побачити в іншій групі, що вона більш сприяє його успіху, ніж нинішня, або просто втратити свій первісний ентузіазм і рішучість, – і такий неотрайб з усіма своїми колекціями «сакрального», «втрачаючи актуальність», легко зникає. Але є не лише можливість змінювати ідентичності. Виявляється, можна одночасно бути носієм кількох ідентичностей! Власне, люди раптом майже перестали бути носіями якоїсь однієї позиції: і сили гуманізму, і сили фундаменталізму, проходячи через кожную людину, кожную сім'ю, кожную соціальну структуру, кожную країну, позначили цю невидиму битву вибухом неймовірної енергії та люті, що, здається, справді потрясла Всесвіт.

*Завгородня Олена Василівна,  
д. психол. н., провідний науковий співробітник  
лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ЯК ПСИХОЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ІНСТРУМЕНТ**

У психологічному сенсі індивідуалізація – один із психоекзистенційних інструментів, за допомогою якого людина на основі самопізнання, саморозуміння, усвідомлення своїх проблем та ресурсів, обмежень та можливостей конструює свою унікальну я-концепцію і водночас концепцію власного життя, долає сценарні обмеження, невизначеність та примхи долі.

Невизначеність розглядається як брак інформації та знань для прийняття рішень, як продукт непередбачуваності, турбулентності докільля, динамічності змін, як результат нашарування чинників складного, нестабільного оточення особи, її внутрішніх проблем та її заплутаних взаємин з оточенням. Невизначеність є результатом неясності, непередбачуваності та/або складності ситуації, дефіциту або суперечливості необхідної інформації, а також невпевненості залучених людей в достатності та/чи достовірності інформації щодо ситуації та ходу значущих подій. Стан невизначеності може бути короткочасним, тривалим, довгостроковим.

Дослідники виділяють три різні джерела невизначеності. Перше джерело невизначеності – ймовірність (також зазвичай називається ризиком) – виникає через непередбачуваність чи невизначеність майбутнього. Друге джерело – двозначність – виникає через обмеження надійності, достовірності або адекватності інформації про ймовірність (ризик). Третє джерело – складність – виникає через особливості доступної інформації, які ускладнюють її розуміння, наприклад, через безліч можливих чинників, причин та наслідків (Nap, P. K. J., Klein, W. M. P. P., and Arora, N. K., 2011). Здатність людини формувати адекватну картину світу та практикувати конструктивну життєву стратегію в складних умовах залежить від взаємодії багатьох чинників, зокрема, таких як толерантність до невизначеності, підсильність викликів середовища, можливість впоратися з його загрозами.

Можна виокремити такі сфери невизначеності: макросередовищна – невизначеність політичних, економічних, соціальних умов, в яких живе людина; мікросоціальна – турбулентність, невизначеність взаємин особи з близьким оточенням; когнітивна – пов'язана із неефективністю старих патернів мислення особи в умовах стрімких змін; особиста – пов'язана із зміною/втратою ресурсів та звичних можливостей, внутрішня невизначеність щодо того, хто «Я» є і заради чого живу, проблемність ідентичності та ціннісно-сміслова невизначеність.

Невизначеність може бути різною: збудливою, цікавою у сфері споживання мистецтва, розваг (в світі кіно, ігор тощо), у ситуаціях з ймовірними варіантами позитивних подій, терпимою у контрольованій обстановці, де

ймовірні програти незначні, дискомфортною у ситуаціях із можливими негативними наслідками, нестерпною в загрозливих умовах.

Існують абсолютні (непереборні для всіх людей) та відносні (індивідуальні) фактори долі. Індивідуальні чинники долі – це такі, які вибірково непереборні для окремих індивідів. Те, що є непереборним для однієї людини, може і не бути обмеженням для свободи іншої.

Зовнішні обставини (природні та соціальні) можуть бути вкрай несприятливими для людини, значно обмежуючи її можливості, такими, що калічать долю або позбавляють життя.

Проте навіть за відносної зовнішньої свободи людині важко знайти свободу внутрішню, «вгадати», намацати власний шлях, сформувати і реалізувати своє розуміння себе та свого призначення.

Людина далеко не завжди може свідомо обрати ту чи іншу модель життя або змінити початковий сценарій, зумовлений химерним переплетенням внутрішніх і зовнішніх чинників. А за несприятливих умов дитинства (зокрема, при культивуванні як пріоритету слухняності) процес індивідуалізації дитини ускладнюється і гальмується. Неусвідомлені дитячі травми не дають можливості подолання симбіотичної залежності (мінються лише її форми), інфантилізований дорослий ніби приречений на «втечу від свободи». Людина є носієм потягів, потреб, характерологічних рис, що програмує життєвий сценарій та накладають певні обмеження на свободу вибору особи. Їй далеко не завжди вдається сформувати зрілу ідентичність, відповідно «зробити себе», у багатьох випадках вона «терпить» нав'язаний їй життєвий сценарій.

Індивідуалізація пов'язана зі становленням самосвідомості та волі, виявляється у русі людини від залежності до автономності, вільного самовизначення, власного світогляду, здатності здійснювати вибір. Історія формування та розвитку людини в певному суспільстві в певну епоху є співбуттям з іншими людьми, здійснюється у взаємовпливі людських доль, є траєкторією руху особи в олюдненій реальності. Реальність опосередковується культурою, яка пульсує незліченними «текстами» - свідоцтвами людських доль і втілених в них сенсів.

В широкому розумінні культура є усе, створене людьми, незалежно від його гуманної або руйнівної спрямованості. У вузькому сенсі можна розглядати культуру як сприятливі для особи розвивальні ресурси. В динамічному аспекті культура – процес перетворення форм в постійно відтворюваних практиках, але за нових умов, що відображає властиву людям певної культурної спільноти динаміку сенсів. Особистість в своєму становленні розкриває для себе смисли, означені в культурних формах тими, хто їх створював. Культура – своєрідне послання людей попередніх поколінь прийдешнім, скарбниця екзистенційних гіпотез, життєвих експериментів, сценаріїв, варіантів людських доль.

Індивідуалізація проявляється у способах переживання подій та їх означуванні за допомогою семіотичних ресурсів культури, у здатності конструювати унікальну Я- концепцію та власний життєвий проєкт, Означування переживань та подій, що їх спонукають, дає змогу людині

впорядковувати те, що відбувається, вибудовувати свої версії подій, зокрема загрозливих, узгоджувати їх із власною Я-концепцією та прагненням самореалізації.

Можна виокремити такі способи опрацювання переживань (від менш до більш індивідуалізованих).

- «Химерний». Людина не володіє наявними в культурі способами означування внутрішньої реальності, опрацьовує актуальні переживання (зокрема гострі, травматичні) химерно неадекватним способом. Продуковані при цьому незрозумілі для інших означення переживань в комплексі з неадекватним трактуванням зовнішніх подій можуть започаткувати подальше химерне відображення себе і реальності (в деяких випадках розвинутих у маячневу систему). Такий неадаптивний спосіб характерний, зокрема, для дітей, що пережили «передчасну травму» (Д. Деверо). Цей спосіб можна вважати неадаптивним. Ідентичність формується хворобливо-химерна, така, що не дає шансу особі адаптуватися в соціумі, не кажучи вже про самореалізацію.
- Маргінальний. Людина опрацьовує переживання з допомогою способів, означень, схем, які характерні для певної субкультури і зрозумілі в межах цієї субкультури. Цей спосіб не є результатом вільного вибору, а є наслідком недостатнього освоєння більш широких культурних способів опрацювання переживань, що звичайно обмежує можливості соціальної адаптації людини. Цей спосіб можна вважати субадаптивним, конструйовану таким чином можна назвати маргінальною.
- Конформно-мажоритарний. Людина опрацьовує переживання з допомогою освоєних нею способів, характерних для більшості людей певної культури, накладаючи на свій досвід певні стереотипи, схеми і продукуючи означення, зрозумілі для представників цієї культури. Цей спосіб сприяє соціальній адаптації, але при цьому втрачається глибина та унікальність індивідуальних переживань. Цей спосіб можна вважати адаптивним, сконструйована ідентичність сприятлива для адаптації в межах зазначеної культури.
- Альтернативний. Людина опрацьовує переживання з допомогою обраних нею нестандартних способів, характерних для певного культурного кола. Девіантність в цьому випадку є вибором людини, її вільною преференцією, як така, що більше відповідає її індивідуальності. Продуковані при цьому означення, інтерпретації, форми самовираження зрозумілі не всім, а лише причетним до обраного субкультурного кола. Якщо у випадку вимушеної девіантності, людина, можливо, хоче, але не може бути «як всі», то в цьому випадку (вільного вибору) людина може, але не хоче бути «як всі». Такий спосіб можна позначити як постадаптивний, а сконструйовану ідентичність – як альтернативну.
- Креативно-постадаптивний. Людина опрацьовує переживання індивідуалізованим способом, сформованим на основі освоєних нею існуючих в культурі способів, але реконструйованих, трансформованих

відповідно індивідуальності та унікальності власних переживань. При цьому продукуються позначення, інтерпретації, виразні форми, що поєднують як універсальні, так і унікально-індивідуальні виміри. Такі форми на поверховому рівні можуть бути зрозумілі для багатьох людей, а на глибокому – для осіб, духовно близьких автору. Ідентичність в цьому випадку можна назвати екзистенційною (Bugental J.F.T., 1976), вона є сприятливою для самореалізації.

В процесі індивідуалізації людина усвідомлює себе як представника своєї епохи, спадкоємця певних культурних традицій, носія тих чи інших здібностей, усвідомлює свою відмінність від інших та неповторність своєї долі. Це зумовлює унікальність її зрілої ідентичності. Культура ставить екзистенційні питання, проте розв'язань, придатних для всіх випадків, не пропонує. Відповіді формуються окремою людиною на виклики невизначеності її долі, формуються щоразу по-новому, і для кожного разу унікальним чином. Результатом є створення нових смислів і, відповідно, збагачення культури.

***Зликов Валерій Лаврентійович,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
завідувач лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **НОСТАЛЬГІЯ РЕСТАВРУЮЧОГО ТИПУ ТА МІЛІТАРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ РОСІЯН**

Ностальгія реставруючого типу спрямована на буквально відновлення об'єктів, символів та практик із «світлого минулого». Нездатна відрефлексувати себе як ностальгію, ностальгія такого роду асоціює себе з істиною чи традицією. Натомість, рефлексуюча ностальгія усвідомлює неможливість становлення минулого «таким, яке воно було». На відміну від реставруючої ностальгії цього типу використовує минуле як простір творчої [іронічної] гри (Boym, 2008). Носіями цієї «ідеологічної» функції можуть насамперед виявитися застарілі та такі, що втратили своє значення норми та форми мислення, а також інтерпретації світу; вони не тільки не усвідомлюють внутрішнє та зовнішнє буття, але приховують їх справжній зміст. Як приклад помилкової свідомості на рівні самоз'ясування можуть служити ті випадки, коли людина приховує історично вже «можливе» «справжнє» ставлення до самої себе або до світу, спотворює переживання елементарних данностей людського існування, «уречевлюючи», «ідеалізуючи» чи «романтизуючи» їх, коротше кажучи, коли за допомогою всіляких прийомів втечі від себе та від світу вона досягає хибних інтерпретацій досвіду». Тотальний страх, що пронизує всі пори соціального організму СРСР до кінця 1950-х, поступово став відступати: стало можливо зітхнути трохи вільно, і цієї свободи було достатньо для матеріального накопичення та організації приватного життя, проте не вистачало для масової політичної мобілізації.



Сьогодні «час лихоліття», у центрі якого перебували нескінченні сімдесяті, отримало друге народження, завдяки масовій ностальгії за тією епохою, в якій беруть участь не лише «свідки епохи», а й люди, які народилися пізніше або застали її в ранньому дитинстві.

Передбачалося, що в процесі природної зміни поколінь відбудеться інституційне закріплення «психології демократичної особистості» та витіснення колишніх радянських стереотипів та комплексів. І справді, на початку 1990-х років у відповідях молоді сильніше і виразніше, ніж серед населення загалом, проступали відданість демократичним правам та свободам, значимість цінностей економічного лібералізму, орієнтації на успіх і досягнення, велика готовність до взаємодії та контактів із західними партнерами. Однак приблизно до середини 1990-х років порівняльний аналіз даних за поколіннями, віковими когортами показував, що «прозахідні» орієнтації молодих мали переважно декларативний (ідентифікаційний) і фазовий характер, тобто в міру дорослішання молоді люди все більше вписувалися в структуру тих масових базових ціннісних уявлень, які не надто далеко відійшли від радянського минулого, а загальний негативний фон настроїв, що домінував до 2006 р., лише підвищував чутливість молодих людей до звичних для радянської людини комплексів, стереотипів і забобонів.

Наприкінці 1980-х років великий резонанс викликав документальний фільм «Чи легко бути молодим?», де відображувалася специфіка соціалізації молоді у радянській системі, знищення майбутнього в останнього радянського покоління молоді. Автори порушували питання, якою ціною молодь вписується в систему та як адаптується до реальності. Тим самим порушувалася й проблема розуміння того, як влаштовано радянське суспільство, що воно робить із людиною. Але це було незабаром витіснено з соціальної свідомості і забуто. Так чи інакше, публічна критика минулого, радянської системи кінця 1980-х - початку 1990-х років виявилася практично не затребуваною соціумом, стурбованим проблемами повсякденного виживання, стала відправною точкою для ціннісних трансформацій інститутів відтворення, соціалізації. Для сучасної молоді, як і для всього суспільства в цілому, радянське минуле, питання розуміння того, як було влаштовано радянське суспільство, в якому виросла більшість населення, повністю перестали бути значущими.

Значною відмінністю молоді від старших поколінь були і залишаються по суті лише велика задоволеність усіма сферами життя, включаючи матеріальне становище, з одного боку, а особливо для наймолодших – більша чутливість до проблематики, пов'язаної з національною чи етнічною ідентичністю, більша прихильність для націоналістичної риторики, аж до екстремістських її проявів, – з іншого. У пострадянському суспільстві так і не виникло ціннісного конфлікту поколінь, робота з яким могла б стати умовою та способом реальних суспільних трансформацій. Стійкість колективного комплексу травматичних переживань з приводу розпаду СРСР вказує на те, що в жодному з його інститутів, що забезпечують культурне відтворення суспільства, за весь пострадянський період не сталося нічого, що можна було б вважати, користуючись німецьким виразом, продуктивним «опрацюванням минулого» (*Vergangenheitsverarbeitungs*).

Головний її зміст – глибоке осмислення минулого, подолання негативних наслідків у майбутньому. Нинішнє покоління виросло у такій суспільній атмосфері, в якій масовими настроями та турботами про життя країни та суспільства і були постійні пошуки ворогів та винних. Останні спочатку сприймалися майже як особисті вороги, а в міру нормалізації життя та підтримки «генерального курсу» нового керівництва стали кваліфікуватися як вороги нації та російської держави. Це і кавказці, і приїжджі, і мігранти насамперед, нелегальні. Це й ті, хто особливо псує образ російського народу, – наркомани (але не п'яниці), повії, гомосексуалісти тощо. Молоді росіяни так чи інакше знають, але не пам'ятають про страшну пору сталінських масових репресій, коли ціна людського життя була зведена нанівець. Переважна більшість російського населення демонструє яскраві риси репресивної свідомості, включаючи агресивний націоналізм та ксенофобію. Молодь на цьому тлі майже невиразна. Ця успадкована від «простої радянської людини» репресивна свідомість виступає зворотною стороною приниженої, враженої у своїй неповноцінності, залежності та беззахисності людини, яка не намагається захистити себе від будь-якого свавілля – в районному ЖЕКу, поліклініці чи відділенні ДАІ, податковій поліції та суді. Молоде прагматичне покоління відрізняє за великим рахунком лише те, що воно добре засвоїло «правила гри» і швидше здатне досягти своїх цілей, при цьому жодних ціннісних трансформацій у них не відбулося.

Характерною рисою ностальгії росіян є заперечення мультикультуралізму чи культурного плюралізму, коли все «коріння» предків не виходить за межі уніфікованого радянського союзу, а отже й єдиного спільного однакового минулого для всіх, яке створює ілюзію згуртованості.

Значною мірою імперські настрої виявились і під час останніх конфліктів на пострадянському просторі. Всі протиріччя з Молдовою, Грузією, Україною, так само як і суперечки, що періодично виникають з країнами Балтії, супроводжувалися підтримкою російської громадської думки не тільки у зв'язку з уявленнями про правоту російської позиції, а й через загальний настрій: «наші молодші брати не поважають старшого брата, а тому їх треба поставити на місце, навіть застосувавши зброю». Настрої втраченого статусу «великої держави» є основою більшості реакцій громадської думки на відносини з сусідами та далекими партнерами і ще довго визначатимуть масову свідомість росіян.

**Зликов Валерій Лаврентійович,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
завідувач лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

**Лукомська Світлана Олексіївна,**  
кандидат психологічних наук  
старший науковий співробітник лабораторії  
методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

**Котух Олена Вікторівна,**  
молодший науковий співробітник лабораторії  
методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## **СОЦІАЛЬНО-ПОЛІТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТРАВМИ В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ**

У оригінальному формулюванні теорії соціальної ідентичності Таджфела (1982) було зазначено, що класифікація людей на групи, такі як нацисти чи євреї, католики чи протестанти, зумовлює формування упереджень. Він стверджував, що нацизм досяг успіху завдяки підтримці «звичайних» німців (Tajfel, 1982).

Як і рашизм - звичайних росіян (СЛ). Сучасні дослідження продовжують підтримувати цю точку зору, зазначаючи, що всі найстрашніші звірства в історії виникли внаслідок співучасті домінуючої національної, гендерної, релігійної чи расової групи (Lemarchand, 2011). Рання робота, заснована на теорії соціальної ідентичності (Tajfel, 1982; Tajfel & Turner, 1979), підкреслювала важливість категоризації на основі відповідних соціальних поділів для міжгрупових відносин. Соціальна категоризація є ключовим процесом, який лежить в основі насильства та конфлікту. Тенденція ставити стигми або класифікувати себе та інших відповідно до групових характеристик сприяє створенню самостереотипів, а також упередженням і дискримінації. Найбільш відома робота, натхненна так званими дослідженнями мінімальної групи (Tajfel, Flament, Billig, & Bundy, 1971), показала, як проста категоризація (у навіть безглузду групу) посилює відмінності між «ми та ними», що призводить до посилення міжгрупового антагонізму. Однак, по суті, ключовою метатеоретичною метою підходу до соціальної ідентичності є зв'язок соціологічного з психологічним (Haslam, 2004). Дійсно, хоча категоризація може відбуватися і відбувається в «мінімальних» умовах, легко забути, що фундаментальна пропозиція Таджфела (1982) полягала в тому, що реіфікація соціальних категорій відбувається у спосіб, який відображає значуще соціальне чи політичне розмежування груп. Теоретично процес категоризації керується існуючими соціальними структурами та соціальними відносинами. Це означає, що категоризація, швидше за все, відбудеться, коли соціальні та політичні системи та структури (а також агенти, які їх представляють і просувають,

наприклад, лідери) служать для того, щоб зробити групі відмінності значущими (Haslam, Reicher, & Platow, 2011). Центральною концепцією підходу, звичайно, є «соціальна ідентичність»: відчуття себе, яке людина отримує від членства в групі. Як зауважив Таджфел (і продемонстрував у мінімальних групових дослідженнях), соціальні ідентичності забезпечують важливу платформу для ставлення та поведінки людей щодо власної та інших груп. Це включає оцінку подій, які викликають травматичний досвід, наприклад упередження, насильство та війну. Хоча ми часто припускаємо, що судження про моральність насильства та дискримінації в цих та інших контекстах є об'єктивними, насправді вони є продуктом групового життя (Clayton & Opatow, 2003). Наприклад, під час опитування підлітків у Північній Ірландії насильство проти чужих груп сприймалося як більш прийнятне та виправдане тими, хто сильно ототожнював себе з групою кривдників та її причиною (Muldoon & Wilson, 2001). Так само, коли люди сильніше ідентифікують себе з групою, вони, швидше за все, схвалють ворожість і агресію по відношенню до інших груп, з якими їхня група перебуває в конфлікті (Halperin, Canetti-Nisim, & Hirsch-Hoefler, 2009). Хоча ми часто думаємо про травматичні події в першу чергу з точки зору їх впливу на здоров'я, травматичні події також впливають на те, як ми сприймаємо та інтерпретуємо поведінку нашої власної групи та інших груп. Цей момент був підкреслений лонгітюдними дослідженнями в Північній Ірландії та Ізраїлі/Палестині, які розглядали вплив досвіду, пов'язаного з конфліктом, на ставлення до примирення. В обох контекстах і в обох основних групах у кожному конфлікті страждання, спричинені травмою, викликали почуття загрози з боку іншої групи, що мало поляризаційний вплив на готовність членів групи йти на компроміс. Таким чином ми бачимо, що процеси соціальної ідентичності допомагають нам зрозуміти не тільки наслідки травматичних подій для здоров'я, але й те, як такі події можуть закріпити міжгруповий конфлікт. Подібним чином, у дослідженні аборигенів у Канаді, чий батьки пережили інституційне насильство, виявлено, що соціальна ідентичність є важливим рушієм міжгрупового ставлення. Точніше, дорослі діти тих, хто пережив систему індійських шкіл-інтернатів з високою центральною ідентичністю, з більшою ймовірністю бачать подальші негативні міжгрупові сценарії як результат дискримінації. Автори інтерпретували свої висновки як доказ взаємопідсилювальних зв'язків між центральною ідентичністю та оцінкою дискримінації. Таким чином, оцінка дискримінації, яка була пов'язана з переживаннями травми між поколіннями, може сприйматися як така, що завдає шкоди взаємодії між жертвами расової травми та широким суспільством. Статус має центральне значення для розуміння ідентичності (Haslam, 2004).

Загалом, меншини мають тенденцію бути більш «уважними» до своєї групи та її позиції, тобто до свого позиційного становища в суспільстві як меншості. Члени групи більшості, з іншого боку, часто менш (Schmitt, Davies, Hung, & Wright, 2010; Simon & Hamilton, 1994). Дійсно, ідентичності більшості можуть бути настільки всюдисущими, що членам групи важко оцінити їх як «соціальні» ідентичності (Diangelo, 2018). З цієї причини члени групи більшості

та меншості по-різному адаптуються до травми. Банальна ідентичність — це ідентичність, яка вкорінена в ідеології, яка уявним чином просякнута повсякденним життям і яка надає перевагу та відтворює домінуючу перспективу. Наприклад, багато аспектів життя є гендерними та приносять перевагу чоловікам. У результаті існує цілий ряд великих і малих ризиків, яким піддаються жінки у своєму повсякденному житті, оскільки вони живуть у світі, створеному з урахуванням перспектив і потреб чоловіків. Так само часто банально припускається існування національної категорії та її меж. Коли нетипові члени групи претендують на ідентичність, вони можуть зустрітися з подивом і навіть підозрою, особливо з боку прототипних членів групи більшості (Stevenson & Muldoon, 2010). Крім того, там, де стандартним є банальне членство, нетипові або периферійні члени можуть бути відкинуті групою більшості, якщо вони намагаються претендувати на національну ідентичність (Joyce, Stevenson, & Muldoon, 2013). Тобто оцінка травми, пережитої іншими, ускладнюється як спільним членством у групі, так і статусними позиціями в ній. Таким чином, ймовірність травми не тільки пов'язана з позицією груп у регіонах світу та між ними, ці фактори також впливають на співчуття та розуміння, які пропонуються, коли «інші» стикаються з труднощами.

**Кобильченко Вадим Володимирович,**  
доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,  
головний науковий співробітник відділу  
освіти дітей з порушеннями зору  
Інституту спеціальної педагогіки і психології  
імені Миколи Ярмаченка НАПН України

**Омельченко Ірина Миколаївна,**  
доктор психологічних наук, професор,  
провідний науковий співробітник відділу  
психолого-педагогічного супроводу  
дітей з особливими потребами  
Інституту спеціальної педагогіки і психології  
імені Миколи Ярмаченка НАПН України

## **КРИЗИ ОСОБИСТІСНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПІДЛІТКІВ З ГЛИБОКИМИ ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ**

Проведення нами спеціального дослідження, спрямованого на вивчення соціальної взаємодії незрячих підлітків, засвідчило наявність суттєвих проблем особистісного становлення (Кобильченко В.В., 2010). Оскільки розвиток особистості базується на взаємодії психічного й соціального, і є по своїй суті розвитком психосоціальним, то порушення психічних функцій (насамперед аналізуючого зорового сприймання) та соціальних зв'язків дитини призводять до негативних наслідків у розвитку особистості незрячого підлітка.

Це проявляється у певному регресі, який характеризується тим, що підліток опиняється на більш ранній стадії розвитку, у нього затримується виникнення нової соціальної позиції. Запізнюється також процес відокремлення від сім'ї, який є необхідною передумовою особистісного зростання. Відповідно до цього, у сліпого підлітка запізнюється фаза індивідуалізації й затягується фаза соціалізації. Особистість сліпого підлітка залишається незрілою, образ «Я» є суперечливим і конфліктним.

Наше вивчення ставлення сліпих підлітків до батьків засвідчує даний факт. Батьки залишаються для тотально та парціально сліпих підлітків найбільш референтними особистостями, тими значущими іншими, від яких сліпі розраховують отримати необхідні їм для самостійного життя знання та вміння. Даними очікуваннями пронизується їх ставлення до батьків, які користуються у сліпих підлітків найбільшим авторитетом та довірою (Кобильченко В.В., 2010).

Проте, відсутність зовнішніх конфліктів аж ніяк не заперечує наявність більш руйнівних внутрішніх конфліктів, які переживає дитина, оскільки невирішеними, як правило, залишаються вікові завдання розвитку. Відбувається певна затримка у психосоціальному розвитку, оскільки криза підліткового віку є нормативною і, до певної міри, обов'язковою. Сліпий підліток залишається на попередній позиції дитини, яка потребує опіки та допомоги дорослих.

Кризи перехідного періоду є досить поширеним явищем і, якщо вони протікають у межах нормального розвитку, не становлять жодної загрози для особистості дитини, її психічного здоров'я. Однак, при несприятливих умовах, ці кризи можуть стати причиною виникнення різноманітних відхилень у розвитку, особистісних порушень (Ремшмідт Х., 1994). Згідно з цим, одні вважають їх цілком закономірним явищем, і тому не враховують можливі ускладнення, зумовлені ними, а інші, навпаки, ставляться до них як до патологічних проявів. Проте, необхідно мати на увазі, що вікові кризи в одних випадках закінчуються спонтанно й благополучно, а в інших для стабільної інтеграції особистості є необхідним втручання психолога, чи в окремих випадках, психотерапевта або психіатра.

Глибокі психологічні проблеми, що стрімко виникають на тлі визрівання й розвитку, нерідко переходять критичну межу, за якою вікова криза перетворюється в екстремальну ситуацію і вимагає термінового втручання ззовні.

Як відмічалось, перед підлітком постає безліч проблем, які він не завжди в змозі самостійно вирішити, виробити у себе, відповідні новій ситуації, механізми подолання труднощів. Кризи можуть бути наслідком нерозв'язаних завдань розвитку, результатами постійних невдач і конфліктів в міжособистісних стосунках, фрустрації актуальних потреб.

Крім того, кризові стани у цьому віці зумовлені також втратою почуття ідентичності, негативною самоідентифікацією, розчаруванням у дружбі, коханні або переживаннями, пов'язаними з приниженням людської гідності.

Л. І. Грімак (1997) дає свою класифікацію кризових ситуацій, яка включає чотири групи: психологічні стани, що викликані надмірною психологічною

мобілізацією організму; психофізіологічні стани, які формуються під впливом несприятливих або незвичних факторів зовнішнього середовища біологічного, психологічного або соціального характеру (реактивні стани, депресія, фрустрація і т.п.); передневротичні фіксації несприятливих умов, закріплення негативних реакцій у пам'яті («застійне вогнище збудження») та наступного їх відтворення в аналогічних умовах. Виявляються у вигляді нав'язливих жахів (фобій), на основі яких можуть розвиватись нав'язливі думки та дії; порушення у сфері особистісної мотивації, до яких належать «криза мотивації» та її різновиди.

Як відмічає Х. Ремшмідт (1994), у 30-40% випадків ці кризи завершуються повною нормалізацією розвитку, яка характеризується поверненням адекватності переживань та поведінки. В інших випадках можливим є виникнення психогеній або психопатій.

На думку Р. П. Бандзявічене (1988), спілкування є саме тим видом діяльності, з яким пов'язане гостре почуття дискомфорту в людей з глибокими порушеннями зору, оскільки вони мають певні психологічні труднощі в започаткуванні соціальних контактів з іншими людьми.

Соціальна взаємодія або спілкування, є саме тим видом людської діяльності, який потребує візуального сприймання й контролю. До сказаного слід додати, що суттєву роль як у процесі спілкування, так і при започаткуванні соціальних стосунків відіграє «контакт очима». Саме тому, априорі зрозуміло, що чим глибшими є порушення зору, тим більшими є труднощі соціальної взаємодії. При цьому страждають усі три сторони спілкування: перцептивна, інтерактивна та комунікативна, але найбільш вираженим є порушення перцептивної сторони, а найменш – комунікативної.

Як зазначає А. Й. Суславичус (1986), у сліпих людей формуються соціальні установки різних типів, серед яких переважають установки на уникання зрячих та залежності від них. На думку автора, маючи установки залежності, сліпий певен, що зрячі повинні все робити за нього, тоді як в основі установок другого типу є особливості їх соціальної взаємодії з оточуючим світом, які характеризуються своєрідною інтенцією, що проявляється у виборі схожих партнерів для власного спілкування, оскільки це дозволяє їм психологічно почуватись більш комфортно.

Л. Я. Гозман (1987) пояснює це тим, що більшість людей обирають собі у партнери тих, хто належить до тієї ж соціально-демографічної групи, має схожий життєвий шлях, поділяє ті ж самі погляди й переконання. Спілкування зі схожим партнером призводить до укріплення когнітивного балансу, що склався, і вкрай рідко сприяє виникненню дисонансів, закріплює упередженість й заважає сприйманню принципово нової інформації. На його думку, схожа людина більш зрозуміла і, відповідно, її дії легше прогнозувати. Таким чином, вибір схожого партнера обумовлений прагненням до «психологічної безпеки» та «комфортної» взаємодії.

Чим в більш замкнутому соціальному середовищі перебуває людина, тим ближче її особистісний еталон до стереотипів спільноти, тим менша вірогідність



розуміння нею іншого як особистості зі своїм складним внутрішнім світом (Melliburda L., 1977).

На нашу думку, цей факт, пояснюється психологічним механізмом групової ідентифікації. В даному разі ідентифікація постає як процес виділення зорового дефекту в якості властивості, завдяки якій людина, що має глибокі порушення зору, співвідносить себе з іншими «товаришами по нещастю», які мають той самий дефект. Ідентифікація таким чином постає як когнітивно-афективний процес ототожнення себе з іншими незрячими.

До певної міри групова ідентифікація відіграє роль захисного механізму, оскільки забезпечує незрячому психологічну захищеність. Крім того, саме групова ідентифікація дозволяє сліпому включити до своїх екзопсихічних структур існуючі в групі соціальні установки та стереотипи. Отже, ідентифікація постає як механізм соціалізації, виявляючи себе у прийнятті незрячим відповідної соціальної позиції, в усвідомленні ним групової приналежності. У сліпого поступово формується образ «Я незрячий». Таким чином, ідентифікація є процесом об'єднання себе з іншими незрячими на основі тісного емоційного зв'язку, який склався між ними, а також включення у свій внутрішній світ норм та цінностей даної групи.

Таким чином, формування особистості сліпих підлітків суттєво обтяжене важким сенсорним дефектом. Оскільки розвиток особистості, як неодноразово зазначалось, базується на взаємодії психічного і соціального, і є по своїй суті розвитком психосоціальним, то порушення психічних функцій та соціальних зв'язків дитини призводить в кінцевому результаті до негативних наслідків в особистісному розвитку, зумовлюючи появу негативних характерологічних утворень, що знаходять свій вияв у соціальній взаємодії.

Однак, як цілком слушно зауважує О. Г. Литвак (1985) та Є. П. Синьова (2002), особливості особистості сліпих та слабозорих лише побічно пов'язані з дефектами зору, і в більшій мірі є наслідками соціальними. Тобто, у формуванні основних властивостей особистості на перший план виступають саме соціальні чинники (Кобильченко В.В., Омельченко І. М., 2020).

Таким чином, вищезазначене на нашу думку, й створює можливі передумови для успішної соціально-психологічної корекції особистості підлітків з глибокими порушеннями зору.

*Копилов Сергій Олегович,  
кандидат філологічних наук,  
старший науковий співробітник лабораторії  
методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНО-ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ УКРАЇНЦІВ**

Боротьба з повномасштабною російською агресією спонукала українців (хоча, звісно не тільки їх!) до активного особистого та групового самовизначення щодо явищ, проблем та ідей, які раніше видавалися незначущими або “само собою зрозумілими”. У підсумку ж ця екзистенційна воєнна ситуація, як і інші глобальні кризи, нагально вимагає нового визначення свого світорозуміння, ставлення до власного й всезагального буття.

Відтак ідеться про активну *самоідентифікацію* як запоруку адекватності й продуктивності нашої поведінки та діяльності. При цьому самоідентифікацію ми розглядаємо як двоєдиний процес ототожнення індивіда, по-перше, з собою (змістове визначення й затвердження власного існування як єдино-унікального) та, по-друге, з іншими особами й соціальними групами, явищами та їх властивостями, ціннісними ідеями, у граничному випадку — з людством та Універсумом. Очевидно, що одне здійснюється через друге: Е.Еріксон свого часу слушно зазначав необхідність досягнути “ідентичність цих двох ідентичностей” як певну регулятивну ідею [?]. Ідеться про настановлення бути чи власне, знов і знов *ставати собою* через постання тим *іншим* (передусім “іншо-людським”), що ти сам визначаєш як найбільш значуще, як *нове твоє*.

Відтак втілення себе у цьому іншому - буття-в-ньому, становлення ним - є не розчиненням своєї сутності, автентичності, а щоразу новим її творенням і затвердженням. З іншого боку, в такому акті самоідентифікації я створюю і це інше в його власній унікальній сутності — адже навіть якщо воно вже об’єктивно існує, моя активність наділяє його новою цінісно-смісловою вагою. На наш погляд, науково-антропологічні й зокрема психологічні дослідження останніх десятиліть “провокують” саме таке розуміння особистісної ідентичності як динамічно-творчої тотожності/нетотожності собі/іншому. Водночас це тотожність і не знята розбіжність (суперечність) індивідуального та спільного (всезагального), емпіричної та ідеальної дійсності. Нарешті, самоідентифікація здійснюється, з одного боку, у свідомості й думці індивіда, з іншого — у вчинках, поведінці, як *дієве* єднання з собою та світом, творення й трансформація буттєвих стосунків. Саме у таких теоретичних “координатах” ми розглянемо питання про те, які змісти й способи самоідентифікації є най нагальнішими для подолання нашою громадянською спільнотою воєнної кризи, для збереження й розбудови вільної, успішної України у вільному світі.

За численними спостереженнями, наразі для більшості наших співгромадян наперед вийшов *національно-громадянський* аспект самоідентифікації, нагальне самовизначення як *українців* — тих, чие буття

невід’ємно пов’язане саме з цією країною й політичною нацією. І відтак гостро постають — заново, а іноді й уперше - питання: а що таке “своя країна”, “Україна”? У чому полягає цей зв’язок, самоототожнення з нею, зокрема - що значить нині бути громадянином, патріотом? Очевидно, кожен, відповідаючи на це, “пригадує” чи формує власне уявлення, в якому найбільш значущими, доміантними виступають ті чи інші грані, атрибути буття країни та її людності. Для одних “найпотужнішою” є ціннісно-сміслова ідентифікація з мовою, для інших — з сукупністю надбань української культури або певної її сфери — скажімо, мистецтва; з соціально-політичним устроєм; етнічними традиціями й звичаями; з усією історією країни або окремими її значущими подіями; з усією спільнотою України, певними соціальними та етнічними групами, окремими особами; з усім її природним комплексом - *землею* як такою - чи окремими “знаковими” природно-культурними ареалами; зрештою, з усіма надбаннями розуму і рук українців. Вкрай важливо також, що це ідентифікація не лише з наявним існуванням, але й з тим, що може і має бути — з *ідеальним* образом буття своєї країни та нації.

Ці особисті уявлення чи поняттєво-образні концепти, наповнені унікальним інтелектуальним, емоційним і дієвим досвідом, не можуть і, певно, не повинні змістово зводитися до якоїсь однієї панівної, “єдино вірної” доктрини — це ми вже проходили і, хочеться сподіватися, залишили у совєтському минулому. Та при цьому ідея батьківщини, спрямованість на співбуття з нею мають *єднати* співгромадян, про що проникливо писав свого часу Г.О. Балл і що є натеper надважливим. І, стежачи, зокрема, за спілкуванням у соцмережах, можна сказати, що це справді гостре питання: за яких умов громадянсько-патріотична ідентичність українців дійсно буде чинником інтеграції, продуктивної *співтворчості* в обороні й розбудові країни, а не жорстких конфліктів чи змагань щодо того, “хто більший патріот”?

Передусім, на нашу думку, це передбачає затвердження й поширення самих питань, про які йшлося, та відверте вираження всіх відповідних ідей у “світлому полі” нашої колективної свідомості, у єдиному просторі публічного спілкування. Це вже відбувається, але доволі стихійно, непослідовно й фрагментарно, причому викладення особистих чи групових “готових” переконань, уявлень переважає над виокремленням власне *проблемних* моментів, а беззастережна емоційна згода чи, навпаки, запальний конфлікт з опонентами — над зваженим обговоренням позицій. Це природно, коли йдеться про гранично ціннісно навантажені, надзначущі предмети спілкування, але тим важливішою є розбудова мікро-та макро-середовищ цивілізованого — або, точніше, культурного — діалогу з проблем національно-громадянської ідентичності. Власне, це знов-таки проблема можливості ідентифікації з іншим — у даному випадку з особою чи групою, яка виголошує відмінне від мого цілісне уявлення про рідну країну, народ та про відносини індивіда з ними.

Оскільки ж, як сказано вище, індивідуальне поняття-образ своєї країни та нації, як правило, будується щоразу на певному домінуючому атрибуті, то головним змістом спілкування постає взаємодія цих доміант - їх змістове

співіднесення, спір за “першість”, спроби узгодження тощо. При цьому зрозуміло, що кожен з цих аспектів буття країни й народу об’єктивно, *в цілому* є неусувним, всезагально-значущим. Тож, очевидно, одна з цілей діалогу полягає в тому, щоб *всі* учасники усвідомили, що кожен з них у цьому сенсі має рацію, і тією чи іншою мірою перейнялися цінностями одне одного.

Це, однак, не знімає питання про те, який з атрибутів є найважливішим *тепер*, у даній ситуації. Власне, саме це найчастіше і викликає сперечання — адже йдеться врешті-решт про те, на що саме слід передусім спрямувати спільні (або індивідуальні, однак у той чи інший спосіб взаємоузгоджені) *вчинки, діяльність*. Останнє є, природно, справою особистого рішення, вибору, але ж у підсумку має встановлюватися й розвиватися певний оптимальний “розподіл праці”. Тобто, екзистенційно-ціннісний діалог українців про сутність національно-громадянської позиції має безпосередньо-практичний полюс домовляння про те, що кожен може й має робити і на цій основі — вироблення й реалізації спільних проєктів. При цьому, вочевидь, утворюються чи перебудовуються змістові стосунки громадянської самоідентифікації з професійною.

Що ж до того, які аспекти буття країни й народу можуть бути нині пріоритетними цінностями *для всіх*, то, на нашу думку, важливим є не якийсь остаточний висновок, але саме продовження цього спору - звичайно, не “взаємонищівного”, а на тлі *презумпції змістовності* думок опонента та з дотриманням норм цивілізованої дискусії. Тут цілком досяжними є ситуативні згоди, а надто щодо таких реалій, які кидаються у вічі всім. До прикладу, ніхто нині не сперечатиметься щодо надважливості *мілітарного* плану нашого життя чи щодо першорядності забезпечення вітальних потреб найвразливіших верств населення. Однак украй небезпечною є думка, що наразі на задній план відходять такі питання, як перебудова політичного устрою країни, економічні та освітні реформи чи екологія. Відтак, можливо, акцент у подібних обговореннях слід перенести на осягнення *взаємозумовленості*, конкретного взаємовизначального зв’язку різних аспектів існування країни. Тільки такий підхід дасть змогу узгодити різні “часткові” концепції діяльності у спільних платформах, а кінець кінцем — у цілісному, створюваному всією громадою “проєкті Україна”. Це і означатиме розбудову динамічної “ідентичності всіх ідентичностей”, де кожна індивідуальна самоідентифікація знайде своє місце у спектрі всезагальної думки й дії, а громадянська ідентичність стане основою й стимулом продуктивного самовизначення особистостей у *всіх* сферах і планах їхньої життєдіяльності.

*Косова Ангеліна Василівна,  
практичний психолог ДНЗ №501 компенсуючого типу, спеціально для  
дітей з порушеннями зору*

*Краєва Оксана Анатоліївна,  
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **ЗМІНИ АСПЕКТІВ СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗДО УКРАЇНИ ПІД ВПЛИВОМ ВІЙСЬКОВОЇ СИТУАЦІЇ**

Тези пропонують окреслення зміни у соціальній ідентичності педагогічних працівників ЗДО України під впливом військової ситуації.

За дослідницьке припущення нами обрано тезу: функціонування освітнього процесу під час повномасштабних військових дій зумовило суттєві зміни в ролі педагогічного працівника, оскільки виникла нагальна потреба у забезпеченні оптимального перебігу функціонування навчального процесу в екстремальних умовах та забезпеченні педагогами не лише власної безпеки, але й посиленої безпеки своїх вихованців, що вимагає від них високої адаптивності до будь-яких непередбачуваних ситуацій, гнучкості у плануванні та проведенні занять у різновікових групах, високої стресостійкості, володіння психологічними техніками стабілізації психоемоційного стану власного та дітей, практичними уміннями та навичками їх застосування, вміння систематично поновлювати власні ресурси тощо.

Виходячи з цього, соціальна роль педагога значно розширилась, вимоги до особистості педагогічних працівників підвищилися, таким чином, соціальна ідентичність педагога почала трансформуватися під впливом кардинальних структурних змін, пов'язаних із військовою ситуацією в країні.

Окрім цього, перед педагогами постала потреба толерувати ситуацію невизначеності, яка полягає у тому, що у сучасних реаліях педагогічні працівники мусять бути готовими до будь-яких змін у розкладі освітнього процесу, педагоги деяких ЗДО змушені працювати почергово, що теж вимагає від фахівців педагогічної сфери високої стресостійкості, гнучкості тощо.

Виконуючи професійну діяльність у нинішніх реаліях, у спеціалістів зазначеного профілю виникають певні зміни в сприйнятті себе як професіоналів, які спричинені появою нових професійних задач, потребою в актуалізації відповідних рис характеру, особистісних якостей, умінь та навичок, таких як, стресостійкість, адаптивність, гнучкість, самоконтроль, уміння використовувати методи допомоги для стабілізації психоемоційного стану власного та дітей, уміння надавати першу психологічну допомогу тощо, які є запорукою виконання професійної діяльності в екстремальних умовах.

Ставлення суспільства до ролі педагога ЗДО дещо видозмінилося, вимоги до спеціалістів стали вищими, педагоги зобов'язані не лише забезпечувати функціонування освітнього процесу в екстремальних умовах, що актуалізує

потребу в опануванні та використанні методів навчання, які можна застосовувати з дітьми різновікової групи та в укриттях, а ще і дбати про посилену безпеку вихованців.

Соціальну ідентичність педагогічних працівників можна детально розглядати крізь призму вивчення професійної ідентичності, як її складового компонента, що взаємообумовлює двусторонні зміни в бік тієї чи іншої форми ідентичності. Так, певні структурні зміни в соціальній ідентичності призводять до трансформації в професійній ідентичності педагогічних працівників та навпаки.

Варто нагадати одну з позицій трактування соціальної ідентичності, яка включає в себе кілька складових, як окремих видів ідентичностей: етнічна, професійна, громадянська та ін., які пов'язані з приналежністю особистості до різних соціальних груп. Зазначені види соціальної ідентичності регулюють діяльність особистості, є її системотворним елементом (Коваленко А.Б., Безверха К.С., 2017). За умови зміни хоча б одного з видів соціальної ідентичності, змінюється соціальна ідентичність загалом.

Отже, під впливом адаптації педагогічними працівниками до екстремальних умов професійної діяльності, з якими вони раніше не стикалися і, відповідно, не мали та не мають достатньої підготовки до виконання професійних обов'язків в умовах війни, що актуалізує потребу професійного розвитку, в результаті чого відбуваються зміни в структурі професійної ідентичності педагогів, і як наслідок зміни в соціальній ідентичності особистості.

Оскільки однією зі складових соціальної ідентичності є соціальна роль, як модель певної професійної поведінки, що передбачає виконання очікувань, вимог, які соціальна група виставляє індивіду, відповідно до його статусу (Коваленко А.Б., Безверха К.С., 2017), під впливом військової ситуації в країні, відбувається трансформація ролі педагога ЗДО, спричинена підвищенням очікувань та вимог до працівників зазначеного профілю батьками дітей, з якими працюють педагоги та керівництвом, суспільством загалом.

Можна припустити, що для забезпечення ефективного функціонування освітнього процесу в екстремальних умовах педагогічним працівникам сьогодні недостатньо мати лише такі професійні якості як, любов до дітей, толерантність, відповідальність тощо та необхідний рівень розвитку деяких професійних якостей, які фахівці мають станом натепер, а саме: стресостійкість, самоконтроль, гнучкість, адаптивність тощо.

Адже, в сучасних реаліях педагог повинен вміти в найкоротші терміни стабілізувати свій емоційний стан, володіти навичками самоконтролю власних негативних емоцій, таких як, роздратування, агресія, які в ситуації переживання травматичного стресу виникають частіше, ніж у звичайних умовах, мусить дотримуватися екологічного підходу у вираженні почуттів та емоцій, які виникають на тлі переживання кризової та/або стресової ситуації.

Екстремальні професійні умови спонукають педагога до підвищення свого рівня знань із проблеми стабілізації психологічного стану та до оволодіння

методами самопомоги і допомоги дітям у стабілізації психоемоційного стану, при перебуванні, до прикладу, в укритті.

Самоконтроль та вміння нормалізувати свій психологічний та емоційний стан є запорукою того, що педагогічний працівник зможе у будь-якій надзвичайній ситуації концентруватися не на власному емоційному стані, а на ситуації "тут і зараз", зможе залишатися спокійним, критично оцінювати ситуацію, організувати себе та дітей, швидко зреагувати. Окрім цього, педагог мусить вміти надавати першу психологічну допомогу дітям та дорослим, адже є ЗДО, в яких не має практичних психологів, або ж під час надзвичайної ситуації, психолога може не бути поряд із дітьми, саме тому педагогічний працівник мусить за потреби надати першу психологічну допомогу колегам та дітям.

Поруч із вищезазначеним, перед педагогами країни постало завдання інтенсивно розвивати вміння толерувати ситуації невизначеності, адже вони мають бути готовими до перманентно виникаючих непередбачуваних ситуацій (термінової необхідності зміни розкладу освітньо-виховного процесу, потреби чергової роботи тощо). Це актуалізує потребу розвитку таких професійних рис: гнучкості, стресостійкості та адаптивності. Педагог має бути гнучким у плануванні та проведенні занять у різновікових групах.

Отже, як зазначено вище, соціальна ідентичність педагога перебуває в стані трансформації своєї структури, оскільки соціальні та професійні якості, потрібні для забезпечення педагогами успішності функціонування освітньо-виховного процесу починають активно видозмінюватись.

Перспективою подальшого наукового пізнання змін в аспектах соціальної ідентичності педагогів ЗДО, може стати проведення емпіричного дослідження, з метою вивчення змін у структурних показниках соціальної ідентичності педагогів спеціалізованих та звичайних ЗДО під впливом військової ситуації в країні; здійснення подальшого порівняння показників соціальної ідентичності педагогічних працівників звичайних та спеціалізованих дошкільних навчальних закладів, з метою виявлення аспектів соціальної ідентичності працівників педагогічної сфери, в залежності від специфіки професійної діяльності.

**Котух Олена Вікторівна,**  
*молодший науковий співробітник*  
*лабораторії методології і теорії психології*  
*Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **РОЛЬ МОТИВАЦІЇ В САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ**

Мотивація самореалізації передбачає прагнення розвивати й вдосконалювати себе в індивідуальній, соціальній і професійній сферах та бажання відповідати певному ідеалу.

Мотиви самореалізації – це є прагнення до реалізації себе, збагачення своїх здібностей та якостей, бажання підвищити свої індивідуальні можливості, реалізувати унікальний потенціал. Реалізувати прагнення до саморозвитку, якщо



особистість відчуває інтерес до феноменології самореалізації, його суті, структури, ролі в житті, технік вдосконалення своєї діяльності, виховання певних особистісних якостей, формування умінь рефлексувати власні результати. Особистість виявляє зацікавленість до дослідження прийомів самореалізації, методів, котрі можуть бути використані в ході самодіагностики (а саме своїх інтелектуальних, духовних, фізичних, емоційно-вольових якостей тощо.).

Самореалізація - поняття, яке в цей час все частіше використовується в психології. Посилення уваги до проблеми самореалізації пояснюється, все більш широким розумінням її визначальної ролі в життєдіяльності особистості. Введення категорії «самореалізація», визначення її механізмів і рівнів, відповідних детермінант і бар'єрів, стратегій, що використовуються дозволяє закласти основи вивчення феномена самореалізації.

Дослідники феномену самореалізації виділяють різні складові та характеристики самоактуалізованої, психологічно здорової, зрілої особистості, що прагне до самореалізації, особливо змістовно не розмежовуючи ці поняття: розширене почуття Я; позитивний образ Я; цілісний підхід до життя; орієнтація на діяльність; реалізація творчих здібностей; повага до себе та інших; низька внутрішня конфліктність; почуття суб'єктивної свободи; особистісна цілісність; екзистенціальність та ін.

У загальній проблемі самореалізації особистості можуть бути виділені різні аспекти важливі для вивчення:

- продуктивний аспект самореалізації (що виходить у підсумку і навіщо людині це потрібно?);
- особистісний аспект, що дозволяє поставити проблему потенціалу самореалізації і рівня креативності особистості, спрямованої на світ і на себе (хто самореалізується?);
- процесуальний аспект, в якому виявляються проблеми процесу самореалізації в суб'єктивному часі і просторі життєвого світу особистості;
- діяльнісний аспект, який дозволяє найбільш гостро поставити проблеми спрямованості, вибірконості, мотивації, детермінації, регуляції діяльності, за допомогою яких особистість реалізує себе.

Цілісне уявлення про самореалізацію особистості в житті неможливе без розв'язання питання, яку ж роль мотивація відіграє в процесі її самореалізації. Мотиви, пов'язані з прагненням особистості до успішності стає необхідною умовою досягнення самореалізації. Активність суб'єкта в самореалізації особистості зумовлена і його уявленнями про спонукальні мотиви. Потреби і мотиваційні установки суб'єкта, є його системотворчою ознакою, визначає напрям, глибину, успішність функціонування особового потенціалу і забезпечує його поступальний розвиток. Причому на різних етапах, особові і мотиваційні чинники, що визначають успішність суб'єкта. Саме мотиваційні компоненти зазнають найбільш радикальних перетворень і впливають певним чином на успішність особистості в житті та перспективу особистісного зростання.

Самореалізація, активність особистості в значній мірі визначаються особливостями мотивів, тією спонукальною силою, яка направляє людину на досягнення певної мети. На кожному етапі самореалізації особистості, в певних умовах домінує та або інша система мотивів, основна функція яких - мобілізація здібностей, функціональних можливостей і досвіду людини на досягнення поставлених цілей і результатів. Ці функції реалізуються в тому випадку, коли встановлюється прямий зв'язок бажаних, очікуваних цілей-результатів з функціональними і професійними можливостями особистості, з необхідними прийомами, способами реалізації і розвитку цих можливостей.

У своїх дослідженнях Н.В. Шураєва показала, що людина, вибираючи, реалізуючи себе, зазнає дії спонукаючих мотивів, проектує свою мотиваційну структуру на структуру чинників, пов'язаних зі своєю діяльністю, через яку можливе задоволення потреб. Чим більша потреба людини, чим більш високі вимоги пред'являється, чим більшу активність вона виявляє, тим більше задоволення отримує.

Значення інтелекту і здібностей в самореалізації особистості, досягненні успіху в діяльності є умовою, а мотивація - рушійною силою досягнення успішного результату. Р. Штернберг, підкреслює, що мотивація стає ключовим джерелом відмінностей в досягненні успіху між окремими людьми, які перебувають в даному середовищі.

Безпосередній вплив на успішність особистості надають п'ять чинників, які пов'язані з мотиваційною сферою особистості:

- 1) специфіка мотивів, які лежать в основі самореалізації виявляються в домінуванні внутрішньої пізнавальної мотивації;
- 2) особливості цілепокладання: уміння ставити перед собою адекватні цілі (ясні, конкретні, реалістичні і в міру важкі) і досягати їх;
- 3) особливості реалізації цілей: уміння концентруватися на задачі, працювати настирливо, не відволікаючись і доводячи справу до кінця;
- 4) особливості уявлень про кошти і стратегії досягнення успішного результату: віра в контрольованість умов діяльності і свою здатність справитися з нею (самоефективність);
- 5) адаптивні когнітивні, поведінкові і емоційні особливості реагування на ситуації невдачі, перешкоди і труднощів, виникаючі в процесі діяльності (уміння долати труднощі).

Отже, уявлення про самореалізацію особистості в житті неможливе без розв'язання питання про те, яка роль мотивації діяльності особистості в процесі її розвитку. Мотиви, пов'язані з прагненням особистості до успішності стають необхідною умовою досягнення самореалізації. Активність суб'єкта в самореалізації особистості зумовлена і його уявленнями про спонукальні мотиви. Мотиваційний блок, що включає в себе потреби і мотиваційні установки суб'єкта, є його системоутворюючою ознакою, визначає напрям, глибину, успішність функціонування особового потенціалу і забезпечує його родальший розвиток. Причому на різних етапах особистісні і мотиваційні чинники, що визначають успішність суб'єкта зазнають найбільш радикальних перетворень і

впливають на успішність особистості в житті, професії, на перспективу професійного зростання.

**Краєва Оксана Анатоліївна,**  
*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г.С.  
Костюка Національної Академії педагогічних наук України*

## **КРИЗА ОСОБИСТІСНОЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ БІЖЕНЦІВ: ЕМПІРИЧНА РОЗВІДКА**

Тези пропонують короткий екскурс в емпіричну розвідку опису особистісної та соціальної ідентичності біженців, що вимушені були змінити місце проживання внаслідок окупації та інтервенції частини південно-східної території України. Наведено статистичне порівняння результатів репрезентованих змін у складових особистісної і соціальної ідентичності біженців та тих респондентів, які не покидали місця постійного перебування. Констатовано односторонні трансформаційно-знижені структурні показники ідентичності біженців на тлі переживання кризи ідентичності, пов'язані з: роботою, матеріальним становищем, поглядами на майбутнє тощо.

*Ключові слова:* особистісна ідентичність, соціальна ідентичність, досягнута ідентичність, ідентичність, криза ідентичності, псевдоідентичність.

Військові події на південному-сході країни мають визначальний вплив на психологічну структуру ідентичності біженців, які змушені покинути рідні оселі задля власної безпеки та безпеки своїх родин, не кажучи вже про осіб, що залишилися на окупованих територіях. Військові події переструктуровують усі сфери життєдіяльності людини, призводять до трансформації процесу адаптації, необхідності пошуку наповненого індивідуальним сенсом нового образу Я, кризового формування Я-концепції, пошуку нової ідентичності.

Нова кризова реальність в умовах війни суспільства з одвічним ворогом, загострила проблему ідентичності біженців із окупованої території України, зробила актуальною окреслену проблематику для наукової парадигми та держави в цілому. Наукова розвідка з означеної проблеми присвячена поглибленню та розширенню практичних аспектів розуміння показників кризи ідентичності біженців із окупаційної території України.

В контексті розгляду теми дослідження, наш вибір було зупинено на розгляді лише двох форм прояву ідентичності, а саме соціальної та особистісної, оскільки саме ці форми найбільш репрезентативні до вивчення показників кризи ідентичності загалом у структурі матриці ідентичності особистості, що постраждала. Як відомо, згідно Е. Гоффмана, який свого часу розвивав ідеї Дж. Міда, інтерпретуючи поведінку людини як усвідомлювану або неусвідомлювану стратегію вирішення своїх проблем, пов'язаних з ідентичністю, виділено три види ідентичності (Goffman E. 1963): *соціальна ідентичність* - типізація особистості іншими людьми на основі атрибутів соціальної групи, до якої вона

належить; *особистісна ідентичність* транслює індивідуальні ознаки й унікальні комбінації фактів життя; *Я - ідентичність* - суб'єктивне відчуття індивідом своєї життєвої ситуації, власної своєрідності. Особиста ідентичність виступає також із іншого боку й соціальним феноменом: сприйняття особистісної ідентичності відбувається за умови, що інформація про факти життя людини відома його партнеру по взаємодії тощо.

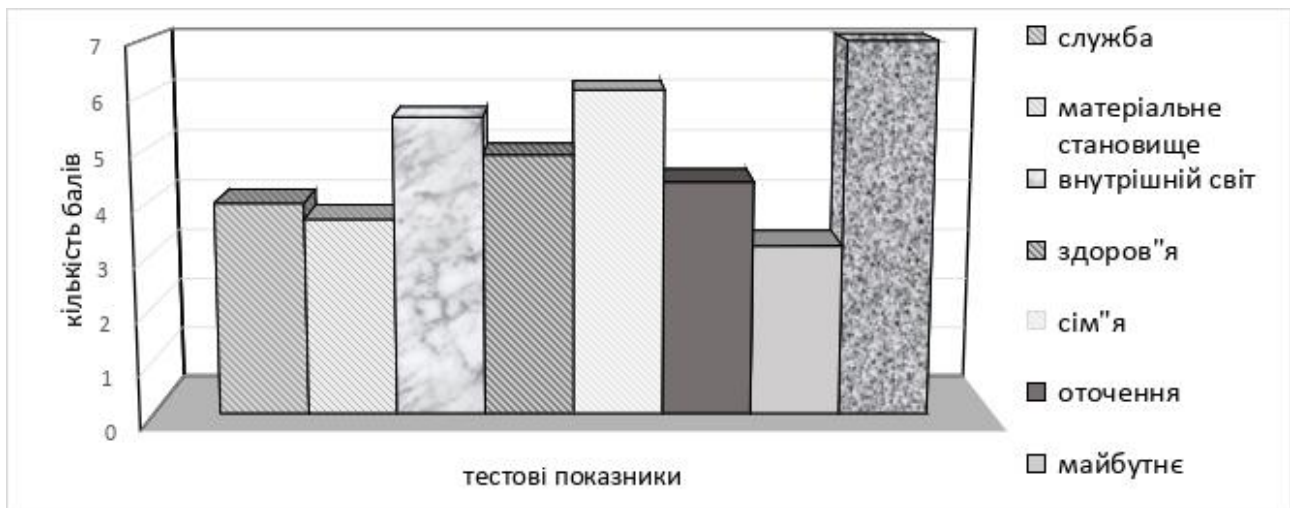
Так, соціальна та особистісна ідентичність взаємодоповнюють одне одного, саме тому задача виокремити та кристалізувати показники того чи іншого вказаного виду ідентичності набуває неабиякого наукового сенсу та зусилля можуть призвести до погодження із науковими роздумами Е. Фромма який свого часу підкреслював, що людині, в силу її самотності, екзистенціальної роздвоєності (усвідомлення своєї ізольованості, з одного боку - і потреби в емоційних зв'язках зі світом, з іншого), властиве прагнення до встановлення єдності з собою, природним і соціальним світом навколо себе. Існують два шляхи встановлення зв'язку: "Особа може любити інших людей - для цього вона повинна сама бути незалежною і творчою особистістю, або може встановити якісь симбіотичні зв'язки, стати частиною якоїсь групи або зробити групу людей частиною свого Я" (Фромм Е., 1990). "Рятуючись від екзистенціальної роздвоєності, людина ідентифікує себе зі своєю соціальною організацією, забуває про те, що вона особистість. Таким чином, людина перестає бути особистістю і перетворюється на якесь "воно" (Фромм Е., 1990).

Наукові зусилля можуть повернути на роздуми про певну ідентифікаційну матрицю людини (згідно Московічі С., 1988) як константу, що періодично змінює свою консистенцію в той чи інший бік за рахунок доповнення новими формами ідентичностей, при цьому порядок та структуру в матриці визначає та ідентичність, яка є провідною на певний момент (Московічі С., 1988). Таким чином, у нашому дослідженні можна обмежитись двома формами ідентичності біженців, які постають визначальними та візуально трансльованими в межах констатації кризових аспектів ідентичності загалом: соціальної та особистісної.

Враховуючи вищезазначене, за мету дослідження було обрано представлення емпіричних результатів змін у психологічних особливостях двох форм ідентичності біженців.

В емпіричному дослідженні взяли участь респонденти віком від 18 до 38 років, серед яких 34 біженці та 40 осіб постійного місця перебування. Загально-кількісна складова вибірки склала 74 респондента. Першу групу було представлено особами, які ніколи не змінювали місця проживання, біженці увійшли до другої групи (табл. 1.). Для вивчення було застосовано методіку «Особистісна і соціальна ідентичність» А.А. Урбановича. Обрахунок отриманих даних здійснювався за допомогою U-критерій Манна-Уїтні. Загалом, обрана методика призначена для визначення рівня особистісної і соціальної ідентичності за такими позиціями, як: служба; матеріальне становище, внутрішній світ, здоров'я, сім'я, оточуючі, майбутнє, суспільство.

Емпіричні результати досліджуваних другої групи (ідентичності біженців) згідно методіки проілюстровані на рис. 1.



Примітка: 0-3 – низька вираженість показника; 4-6 – середня вираженість показника; 7-9 – виражений показник.

Рис. 1. Вираженість показників соціальної та особистісної ідентичності біженців.

Згідно рис. 1. біженці мають занижені показники ідентичності, що пов'язані з роботою, матеріальним становищем та поглядами на майбутнє. А отже, вони характеризуються відсутністю чіткого уявлення про свій теперішній матеріальний стан та неволодіння знаннями про заходи які необхідно вжити для поліпшення свого матеріального становища. Для того аби підтримати їх матеріальне становище, держава має перейняти виплату матеріального забезпечення цієї категорії постраждалих на себе, тобто запровадити матеріальне системне забезпечення усіх потреб біженців на період супроводу особистості до стабілізації їх психо-емоційного стану, підтримку або/та запропонування шляхів виходу на повноцінну роботу. Потреби й можливості особистості потребують суттєвої підтримки з боку держави оскільки особистість перебуває під впливом стресової ситуації втрати попередньо надбаного та устаткованого контексту життєфункціонування.

Біженці загалом мають складнощі з формулюванням подальших цілей у житті. Вони не готові нейтралізувати дію факторів і умов, що перешкоджають досягненню їхніх планів, оскільки в більшій мірі на ситуацію в якій вони опинилися впливу не мають. Крім того, характеризуються повною відсутністю уявлення про свої перспективи в сфері подальшої роботи, цілковитою відсутністю внутрішнього задоволення від своєї нинішньої діяльності, оскільки вона не відповідає матеріальним і духовним запитам, інтересам особистості.

Виокремлення статистично-значимих відмінностей між двома групами досліджуваних в аспектах порівняння показників особистісної та соціальної ідентичності наведено у табл. 1.

Українці, що увійшли до першої групи респондентів проявили на відміну від біженців незначний рівень задоволення власним робочим місцем та від виконання професійних обов'язків, а ніж біженці, які до того ж, згідно показників, вкрай розчаровані власним матеріальним становищем ( $p=0,001$ ).

Окрім цього, вимушене переселення вплинуло безпосередньо й на фізичне здоров'я (почастішали скарги внаслідок пережитого стресу, недостатнього часу

на сон, неякісного та недостатнього харчування, надмірного вживання алкоголю, куріння тощо) ( $p=0,003$ ). Біженці на противагу респондентам постійного місця проживання часто виражають непевність у значущості власної думки для інших людей, мають сумніви стосовно наявності достатнього кола друзів і приятелів; їм притаманні складнощі у побудові планів на майбутнє, оскільки минулий травматичний досвід дається взнаки та заважає повноцінному розвитку особистості.

Таблиця 1.

*Групові результати за методикою А.А. Урбановича*

№	Прояви ідентичності	Показник значимості		Значимість U-критерію Манна-Уїтні
		1 група респонденти постійного місця проживання	2 група вимушені переселенці	
1	Служба	51,63	20,88	<b>0,001**</b>
2	Матеріальне становище	49,68	23,18	<b>0,001**</b>
3	Внутрішній світ	38,84	35,93	0,553
4	Здоров'я	44,21	29,60	<b>0,003*</b>
5	Сім'я	38,90	35,85	0,536
6	Оточення	50,36	22,37	<b>0,001*</b>
7	Майбутнє	52,30	20,09	<b>0,001**</b>
8	Суспільство	37,40	37,62	0,965

*Примітка: 1 група – респонденти постійного місця проживання; 2 група – вимушені переселенці; \*рівень значущості 0.05; \*\*рівень значущості 0.01*

Таким чином, згідно отриманих емпіричним шляхом даних, досліджувані респонденти відрізняються за показниками ідентичності в таких сферах як: робота/служба ( $p=0,001$ ), матеріальне становище ( $p=0,001$ ), здоров'я ( $p=0,003$ ), оточення ( $p=0,001$ ), майбутнє ( $p=0,001$ ), що так чи так заглиблює перебіг кризи ідентичності біженців.

Висновки. Емпірична розвідка надає змогу констатувати наявність заглиблення показників кризи ідентичності біженців внаслідок анексії території України та бойових дій у порівнянні з респондентами постійного місця проживання за відсутності бойових дій поблизу. Біженці змушені інтенсивно вирішувати питання, пов'язані з розв'язанням задач перебігу кризи ідентичності.

Отримані емпіричні результати дослідження передбачають своєчасне корекційно-реабілітаційне втручання задля активізації життєстійкості особистості, що може вчасно сприяти психологічному супроводу біженців та стабілізації показників утраченої ідентичності.

*Кузікова Світлана Борисівна,  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного  
університету імені А.С.Макаренка*

## **САМОІДЕНТИЧНІСТЬ У ПРОБЛЕМАТИЦІ ЖИТТЄВОЇ КРИЗИ ОСОБИСТОСТІ**

Традиційно в психології під особистісною кризою розуміють афективну реакцію на ситуації або умови життя, які потребують зміни способу буття людини – життєвого стилю, способу мислення, системи цінностей, ставлення до себе та навколишнього світу (Ф. Ю. Василюк, Г. В. Іванченко, Т. М. Титаренко, Т. Б. Хомуленко, Н. В. Чепелева, Е. Еріксон, Р. Мей, К. Юнг та ін.).

Механізмом кризоутворення, на нашу думку, є втрата динамізму в розвитку цілісної особистості, в її самореалізації. Зазвичай вважають, що невизначеність власного «Я» і його майбутнього – проблема юності. У процесі становлення зрілої самоідентичності молода людина вибудовує систему власних цінностей і смислів, вирішує для себе, що вона може, а на що не здатна, яка якість у неї є, а якої немає, в результаті чого поступово визначається з тим, що вона собою являє. І тим самим потрапляє в психологічну пастку з далекосяжними наслідками. Особистісне «Я» стає досить локальною територією, надійно відрізаною від «не-Я» (від невизначеності) заборонами і самозаборонами. Надвизначеність теперішнього якраз і стає з часом основною проблемою дорослості. З огляду на динамічність життя, сприйняття себе і своїх взаємин з оточенням теж має бути динамічним, що зустрічається далеко не в усіх людей.

Наші дослідження показують, що становлення особистісної ідентичності триває впродовж усього життя і особливо загострюється в його кризові періоди. Так, за результатами методики вивчення особистісної ідентичності Л. Б. Шнейдер, 16,4% респондентів юнацького віку (18–21 років) і майже третина (32,6%) респондентів дорослого віку (35–45 років) із 80 задіяних в експерименті осіб знаходяться на стадії мораторію. За даними дослідників, саме на цій стадії людина переживає кризу ідентичності. До того ж майже в однаковій кількості респондентів обох груп (12,3% і 12,8% відповідно) виявлено псевдоідентичний тип, що свідчить про стабільне заперечення своєї унікальності або, навпаки, її амбітне підкреслення з переходом в стереотипію, а також про викривлення механізмів ідентифікації та відособлення вбік гіпертрофованості, порушення часової зв'язаності життя, ригідність Я-концепції, наявність хворобливого неприйняття критичного зворотного зв'язку, низьку рефлексію (рис. 1).

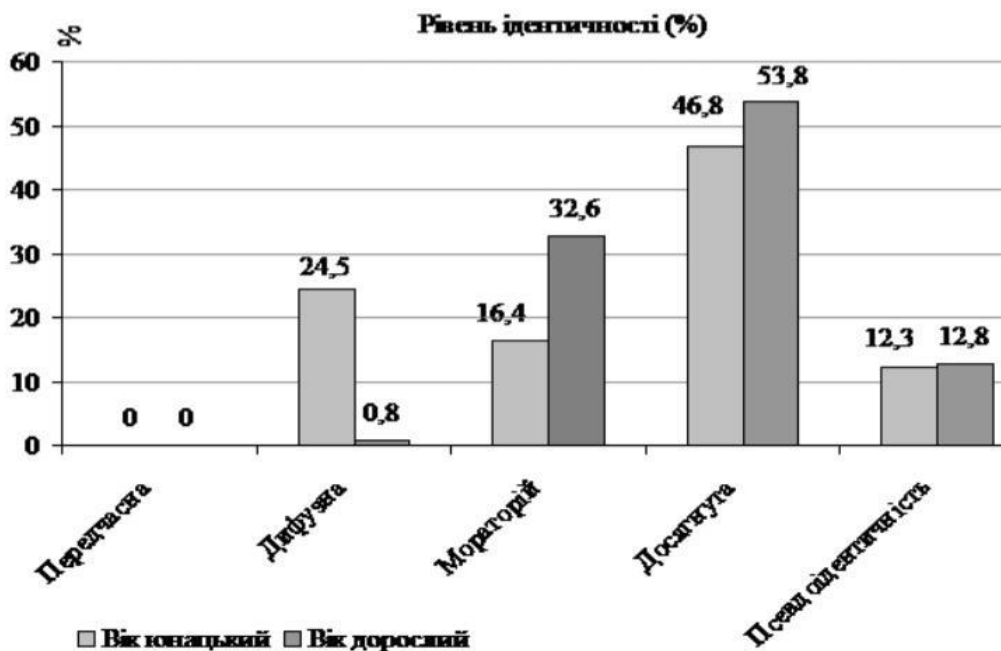


Рис. 1. Показники особистісної ідентичності (за методикою Л. Б. Шнейдер).

Частиною загальної стабілізації поглядів особистості стає окостеніння власної картини навколишнього світу. Насправді, скільки існує людей, стільки й різних картин світу (в тому числі прямо протилежних за своїми основоположними позиціями). Проте, на жаль, більшість дорослих людей вважають, що їх уявлення про себе і навколишній світ достатньо адекватні й об'єктивні, а будь-які відхилення від них – свідчення поганого знання життя, слабкості розуму або нечесності. За цих обставин становище особистості, що переживає кризу середини життя, є по-справжньому драматичним. Всі її спроби логічно удосконалити не задовольняюче її життя принципово приречені. Дифузне переживання того, що «все не так, як треба», відчуття «втрати смислу життя» тому і виникають, що при даному уявленні про свої можливості в даному суб'єктивному світі потреба в повноцінній самореалізації не може бути задоволена в принципі. Звідси технологія пошуку власного шляху, посилення автентичності буття обов'язково має полягати у звільненні свідомості від ілюзорних «істин» та обслуговуючих її стереотипів.

Таким чином, конструктивне подолання життєвої кризи особистості вимагає трьох послідовних етапів – усвідомлення кризи, самоідентифікації, реорієнтації і неможливе без змін у ціннісно-смісловій, потребово-мотиваційній та емоційно-вольовій сфері людини. При цьому на рівні основних переживань зберігається конфлікт між ідеальним Я та розумінням реальності. Він і стає детермінантом саморозвитку особистості в умовах її життєвої кризи.



*Лукомська Світлана Олексіївна,  
кандидат психологічних наук  
старший науковий співробітник лабораторії  
методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **СОЦІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ У КОНТЕКСТІ РІЗНИХ ФОРМ ЕФЕКТИВНОЇ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ В УМОВАХ ВІЙНИ**

Під соціальною підтримкою розуміється задоволення специфічних соціальних потреб: в близькості, захисту, інформації, практичної допомоги, розрядці і заспокоєнні (S. A. Shumaker, A. Brownell), відповідно, Р. Лазарус виділяє матеріальну, емоційну та інформаційну соціальну підтримку. Міжособистісний рівень соціальної підтримки складають сім'я, близькі друзі і родичі, які по суті є головними і чи не єдиними агентами підтримки в гострій адаптаційний період. Інструментальний рівень соціальної підтримки – інформація про способи подолання наслідків травми стає ресурсом для орієнтації в ситуації. Можна виділити два основних джерела інформації, наявність або пошук яких сприяє позитивним змінам після травми – це інформація від експертів і інформація від людей, які пережили схожий досвід. Соціальний рівень підтримки – членство в інших соціальних групах, об'єднаних спільною діяльністю, яка дозволяє інтегрувати травматичний досвід, досвід посттравматичного зростання в нову ідентичність.

Ми припускаємо, що соціальні ідентичності можуть бути важливим джерелом відсутніх психологічних ресурсів, які забезпечують можливості людей протистояти несприятливому психологічному впливу травми тобто їхню стресостійкість та резилентність. Це можуть бути матеріальні ресурси, такі як доступ до фінансової та медичної підтримки або інтелектуальні ресурси, які дозволяють людям пояснити та знайти сенс у травматичній події (наприклад, розглядати її як таку, що виникла задля пошуку справедливості; Kellezi & Reicher, 2012). У цьому відношенні теорія самокатегоризації стверджує, що соціальна ідентифікація створює психологічне узгодження з членами груп, до яких ми вважаємо себе належними (наприклад, інші жертви травм), і відмінність від відповідних зовнішніх груп (наприклад, груп, не постраждалих від травми; Turner & Oakes, 1997). Таким чином, особиста доля індивіда стає психологічно пов'язаною з долею інших членів групи (Drury, 2012). І хоча травматичний досвід тих, з ким ми не маємо спільного членства в групі, часто ігнорується (або навіть применшується, оскільки він стосується «інших»; Clayton, & Orotow, 2003), досвід інших членів групи зазвичай сприймається набагато серйозніше (оскільки він має відношення до себе; Haslam et al., 2018). Як наслідок, травма, яку зазнали члени внутрішньої групи, може мати значний вплив на ширшу групу (Muldoon & Lowe, 2012).

Коли люди самокласифікують себе за членством у певній групі, це також є основою для них відчувати зв'язок з іншими членами групи. Проте членство в групі, яка використовується як основа для самокатегоризації, змінюється

залежно від значення та відповідності даної групи членства поточній ситуації (принцип відповідності). Наприклад, людина з більшою ймовірністю визначить себе як член політичної групи, якщо вона на мітингу протесту, ніж на футбольному матчі. Це також означає, що якщо до людей ставляться як до членів певної групи (наприклад, військові) і це ставлення відповідає їхнім стереотипним очікуванням щодо групових відносин (наприклад, моя внутрішня група репресована державою), тоді самокатегоризація членства в цій конкретній групі більш імовірна (Klandermans, 2002). Таким чином, самокатегоризація в термінах певної соціальної ідентичності (наприклад, як «ми, євреї» або «ми, політичні активісти») забезпечує основу для інтерпретації потенційно травматичних переживань, так що вони оцінюються не персоналізовано (як щось, що має відношення лише до «мене», але через призму членства в певній групі (як щось, що стосується «нас»; Muldoon, Schmid, & Downes, 2009). Згідно з наведеними вище аргументами, відчуття спільної соціальної ідентичності також можна розглядати як основу для надання та отримання різних форм ефективної соціальної підтримки (Haslam, Reicher, & Levine, 2012). А соціальна підтримка, як відомо, є потужним чинником профілактики травматичних розладів. Оскільки ми знаємо, що соціальна підтримка має вирішальне значення як для ризику ПТСР, так і для стійкості (Charuvastra & Cloitre, 2008), звідси випливає, що соціальна ідентичність є ключем до розуміння того, як люди справляються з травмою.

*Миколюк Діана Олександрівна,  
аспірантка кафедри психології розвитку  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка*

## **МОЖЛИВІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ОСНОВ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В ОСІБ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ**

Під час збройної агресії значно посилилися життєві труднощі і виклики в українців, у тому числі й в осіб з порушеннями слуху, що негативно впливають на їх психологічний стан, зумовлюючи ті чи інші емоційно-поведінкові реакції на затяжні стресові події, які часто перевищують психофізичні можливості таких осіб. Актуальним постає питання застосування теоретичних основ позитивної психології, при консультуванні осіб зі слуховою депривацією для поліпшення адекватного подолання ними внутрішніх і зовнішніх життєвих викликів сьогодення.

Не менш актуальним постає вивчення психологічного здоров'я осіб, що втратили слух внаслідок бойових дій, та створення для них програм розвитку і підтримки суб'єктивного благополуччя, з метою активізації їх психологічних ресурсів для оптимального подолання життєвих викликів, не порушуючи їх психічного функціонування.

Зарубіжні дослідники (Szarkowski A. & Brice P., 2018) наголошують на тому, що більшість досліджень в галузі сурдопсихології, присвячені саме

розвитку навичок читання, дидактичним підходам до навчання осіб з порушеннями слуху, труднощам підтримки ментального здоров'я у дорослих із слуховою депривацією, поведінковим проблемам глухих дітей тощо. Відповідно й позитивній психології в контексті сурдопсихології бракує ґрунтовних досліджень щодо таких аспектів, як: щастя, особистісний потенціал, суб'єктивне благополуччя й інші категорії позитивної психології в осіб з порушеннями слуху (Szarkowski A. & Brice P., 2018).

Ми погоджуємося з (Szarkowski, & Brice, 2018; Wehmeyer, 2021) у необхідності використання наукового доробку позитивної психології для розвитку спеціальної психології, акцентуючи особливу увагу на важливості переходу від медичної моделі розгляду дефекту здоров'я до позитивного підходу, що базується на сильних сторонах особистості осіб з інвалідністю (Szarkowski, & Brice, 2018; Wehmeyer, 2021), розвитку їх самодетермінації й психологічного благополуччя.

Позитивна психологія проводить дослідження з питань підвищення якості життя, задоволеності життям і наповнити сенсом життя людини в ситуаціях постійних життєвих викликів, зберігаючи оптимальне психічне функціонування людини.

Постає необхідність в розробці адекватного змістового наповнення категорій позитивної психології для спеціальної психології. Терміни позитивної психології розробляються здебільшого для осіб з типовим розвитком і передбачають подолання зовнішніх життєвих обставин (Szarkowski, & Brice 2018) та шляхи підтримки психологічного здоров'я. Особи з інвалідністю стикаються не тільки із зовнішніми, а й внутрішніми проблемами, пов'язаними з порушеннями здоров'я (Szarkowski, & Brice 2018). Так, для осіб з порушеннями слуху важливими є подолання не тільки зовнішніх викликів, а й подолання внутрішніх проблем, пов'язаних із втратою слуху. Оскільки сама по собі втрата слуху спричинює у багатьох респондентів з порушеннями слуху почуття горя, суму, печалі (Hanisch, 2014). Таким чином, постає необхідність значного концептуального наповнення категорій позитивної психології у межах використання їх у сурдопсихології, значно розширивши їх спеціальними аспектами. При проведенні досліджень якості життя, суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям серед респондентів з порушеннями слуху, варто враховувати такий спеціальний показник, як гандикап. «Гандикап – це симптомокомплекс, який властивий інвалідизованим і виявляється у відчутті неповноцінності. Це супроводжується наявністю негативних емоційних станів, а також змінами у структурі «Я-концепції» особистості, які виникли внаслідок почуттів через наявність інвалідності. Саме наявність «гандикапу» найбільше заважає прогресу в соціальній адаптації, розвитку особистості в суспільстві інвалідів та руйнує їхнє психічне здоров'я» (Арц, 2021, с. 1). Саме цей чинник, на нашу думку, суттєво впливає на якість життя, задоволеність життям, суб'єктивне благополуччя та життєстійкість в осіб з порушеннями слуху, значно впливає на їх копінг-ресурси, визначає їх копінг-стратегії. Це частково пояснює загальносвітову тенденцію досліджень в галузі позитивної психології серед

респондентів з інвалідністю, що такі досліджувані мають здебільшого нижчі показники задоволеності життям і благополуччя та ін., на відміну від респондентів з типовим розвитком (Buntinx, 2014; Wehmeier, 2014).

Варто зазначити, що для об'єктивного дослідження осіб з порушеннями слуху є використання адекватного психодіагностичного інструментарію, адаптованого для респондентів із втратою слуху, з урахуванням їх психологічних особливостей і можливостей розуміння змісту питань опитувальників. Перспективним напрямком позитивної психології є створення комплексних опитувальників для осіб з порушеннями слуху, які охоплюють питання не тільки про зовнішні життєві виклики, а й про внутрішні, пов'язані зі станом здоров'я. Погоджуємося з думкою Wehmeier (2021), про те, що необхідно проводити короткі лекції з питань розвитку життєстійкості, психологічного благополуччя, самодетермінації, тощо для осіб з інвалідністю (Wehmeier, 2021). Такі просвітницькі заходи також можна застосувати й для осіб з порушеннями слуху, бажано викладеними у письмовому вигляді та жестовою мовою. Потрібно активніше залучати й навчати психологів з інвалідністю, які виступають у ролі надпотужних взірців психологічного благополуччя й життєстійкості для клієнтів з інвалідністю, що, у свою чергу сформує більш адекватну культурну ідентичність і життєстійкість клієнтів з інвалідністю, у тому числі й клієнтів з порушеннями слуху (Wehmeier, 2021).

Отже, досягнення позитивної психології можуть успішно застосовуватися при наданні консультативних послуг клієнтам з інвалідністю, у тому числі й особам з порушеннями слуху, у разі вдосконалення та розробки нового психодіагностичного інструментарію, перекладу та адаптації вже існуючого.

**Михайлюк Інна Володимирівна,**  
*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Навчально-наукового інституту психології та соціальних наук  
Міжрегіональної академії управління персоналом*

## **ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ДІАЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ**

Формування діалогічної компетентності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки передбачає розгляд структури та змісту програми соціально-психологічного тренінгу спрямованого на оволодіння діалогічною компетентністю як однією з фундаментальних професійно значущих якостей фахівця психологічного профілю.

Формувальний експеримент було проведено впродовж 2014–2015 рр. У дослідженні взяли участь 96 студентів-психологів першого та третього курсу психолого-природничого факультету Рівненського державного гуманітарного університету, з яких 48 осіб склали експериментальну групу та 48 – контрольну групу. У експериментальній групі впроваджувалася спеціальна програма

соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на формування діалогічної компетентності майбутніх психологів.

В основу побудови даної програми покладено положення та техніки відповідного спрямування запропоновані у працях (Бадалова М. В., 2004), (Большакова В. Ю., 1994), (Бурнард Ф., 2002), (Васьковська С. В., 1996), (Вачков І. В., 2001), (Вербицький А. А., 1991), (Горбушина О. П., 2008), (Захаров В. П., 1989), (Макшанов С. І., 1993), (Петровська Л. А., 1982), (Прутченков А. С., 1993), (Пузіков В. Г., 2007), (Терлецька Л. Г., 1997), (Фопель К., 1999), (Цзен Н. В., 1999), (Яценко Т. С., 2004) та багатьох інших. Крім того, використано і авторські розробки вправ.

*Метою* даного тренінгу є визначення можливостей організації процесу формування діалогічної компетентності майбутніх психологів та підвищення рівня її структурно-функціональних компонентів, визначальних для реалізації ефективної діалогічної взаємодії у майбутній професійній діяльності.

Програма тренінгу передбачає вирішення наступних завдань:

- створення умов для усвідомлення власних професійних можливостей та актуалізації діалогічного потенціалу;
- формування структурно-функціональних компонентів діалогічної компетентності майбутніх психологів;
- оволодіння психологічними знаннями, вміннями та навичками, необхідними для реалізації ефективної діалогічної взаємодії у майбутній професійній діяльності.

Структура тренінгової програми включає в себе три послідовних блоки: 1) *діалогічне розуміння себе*; 2) *діалогічне розуміння Іншого*; 3) *діалогічне розуміння ситуації професійної взаємодії*. Представлені блоки специфічні за своїми цілями та завданнями й відображають розроблену нами структурно-функціональну модель діалогічної компетентності психолога. Перший блок *діалогічне розуміння себе* пов'язаний зі структурним аналітико-прогностичним компонентом та функціональною Я-компетентністю (розумінням себе). Другий блок *діалогічне розуміння Іншого*, пов'язаний зі структурним мотиваційно-ціннісним компонентом та функціональною компетентністю-в-Іншому (розумінням Іншого). Третій блок *діалогічне розуміння ситуації професійної взаємодії*, пов'язаний зі структурним операційно-поведінковим компонентом та функціональною компетентністю-у-ситуації (розумінням ситуації взаємодії). Вважаємо за необхідне, представити змістове спрямування кожного з трьох блоків.

Перший блок – *діалогічне розуміння себе* спрямований на діалогічне самопізнання у контексті розуміння себе як Іншого та актуалізацію власних діалогічних можливостей.

Другий блок – *діалогічне розуміння Іншого* націлений на розуміння та роботу зі смисловою сферою Іншого, відпрацювання умінь та навичок активного (розуміючого) слухання, емпатійного проникнення, конгруентності, прийняття позиції Іншого та інтерпретації висловлювань Іншого.

Третій блок – діалогічне розуміння ситуації професійної взаємодії передбачає формування розуміння ситуації взаємодії, уміння професійно будувати діалог, ставити запитання, визначати логіку розвитку діалогу, керувати власною поведінкою у ході діалогу. Центральною ланкою змісту даного блоку виступає ситуаційна професійна модель, у процесі якої формуються орієнтаційні, адаптивні, рефлексивні та спонукальні механізми майбутнього фахівця.

Запропонована програма передбачає розвиток внутрішніх чинників (здатності майбутніх фахівців до самопізнання, емпатійності, конгруентності, рефлексивності), котрі в рамках нашого дослідження, виявляються через функціональні компоненти та здійснюють достовірний вплив на сформованість діалогічної компетентності та її структурних компонентів. У процесі тренінгу розвиваються навички самопізнання, емпатійності, конгруентності та рефлексивності в кожному з трьох блоків.

Дана програма ґрунтується на принципі наступності, поетапності: кожен наступний етап логічно впливає з попереднього. Завдяки цьому, учасники тренінгу поступово заглиблюються у процес усвідомлення себе, відкривають різні сторони діалогічного Я, діалогічного розуміння Іншого та діалогічного розуміння ситуації професійної взаємодії.

Згідно вище окресленого, програма тренінгу діалогічної компетентності складається з трьох блоків, котрі об'єднані ідеєю діалогічного пізнання себе та Іншого для успішного розв'язання ситуації професійної діалогічної взаємодії.

Навчально-тематичний план програми соціально-психологічного тренінгу діалогічної компетентності представлено у таблиці 1.

*Таблиця 1*

**Навчально-тематичний план  
програми соціально-психологічного тренінгу діалогічної компетентності**

№ пор.	Назва теми занять	Обсяг навчальних занять (год.)	
		Аудиторні заняття	Самостійна робота
<b>Змістовий модуль №1 Діалогічне розуміння себе (перший блок)</b>			
1.1	Введення у тренінг. Діалогічне знайомство із самим собою	2	2
1.2	Самооцінка навичок діалогічної взаємодії з іншими людьми	2	2
1.3	Таємниці глибинного Я	2	2
1.4	Індивідуальна Я-компетентність	2	2
1.5	Я-реальний та Я-ідеальний співрозмовник	2	2
1.6	Особливості діалогічного Я	2	2

1.7	Діалогічна зустріч з Іншим	2	4
<b>Змістовий модуль №2 Діалогічне розуміння Іншого (другий блок)</b>			
2.1	Діалогічна взаємодія	2	2
2.2	Діалогічне розуміння	2	2
2.3	Діалогічне віддзеркалення Іншого	2	2
2.4	Інтерпретаційні механізми висловлювань Іншого	2	2
2.5	Стратегія відчуття себе на місці Іншого	2	2
2.6	Прийняття стану Іншого	2	2
2.7	Проникнення в унікальний світ Іншого	2	4
<b>Змістовий модуль №3 Діалогічне розуміння ситуації професійної взаємодії (третій блок)</b>			
3.1	Основи ефективного консультування	2	2
3.2	Алгоритм вирішення консультативних завдань	2	2
3.3	Механізми роботи з консультативним запитом	2	2
3.4	Роль консультанта у реалізації клієнтського запиту	2	2
3.5	Професійна консультативна взаємодія	2	2
3.6	Професійна рефлексивність	2	2
3.7	Оцінка знань, умінь та навичок ведення консультативного діалогу. (Заключне заняття. Підсумки).	2	4
<b>Усього годин</b>		<b>42</b>	<b>48</b>

Тренінгове навчання проводилося впродовж навчального семестру згідно додаткових навчальних модулів в рамках вивчення психологічних дисциплін «Активне соціально-психологічне навчання» зі студентами першого курсу та «Психологічне консультування» зі студентами третього курсу. Навчальний модуль складався з трьох змістових модулів: *діалогічне розуміння себе, діалогічне розуміння Іншого, діалогічне розуміння ситуації професійної взаємодії*, котрі у тренінгу представлені у вигляді блоків. Аудиторні заняття склали 42 академічні години (21 заняття тривалістю 2 години кожне), що проводилися двічі на тиждень. При цьому 48 академічних годин відводилося на самостійну роботу студентів, письмове оформлення тренінгової звітності у вигляді щоденника самоспостереження після кожного заняття (протягом усього тренінгового навчання) з обов'язковою фіксацією власних вражень у вигляді почуттів, переживань, емоцій, побажань, особистісних змін та прагнень. У цілому навчальне навантаження програми тренінгу склало 90 академічних годин. Загальна кількість учасників тренінгу у групі становила 12 осіб.

Специфіка реалізації програми відбувалася за послідовною схемою кожного окремого заняття: отримання і засвоєння нової інформації; практичне

програвання технік, прийомів і підходів; ретельне відпрацьовування нових способів реагування у майбутній професійній діяльності та складних життєвих обставинах; перенесення отриманого досвіду у реальне соціальне життя.

Результат успішної реалізації програми передбачав достатній рівень сформованості діалогічної компетентності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки та уміння використовувати здобуті знання у власній практичній діяльності.

Таким чином, продуктивною для майбутніх психологів може бути така система підготовки, в рамках якої створюються умови для особистісної та професійної Я-компетентності (розуміння студентом себе), компетентності-в-Іншому (розуміння студентом Іншого), компетентності-у-ситуації (розуміння студентом ситуації професійної взаємодії) та формування на цій основі його діалогічної компетентності.

*Овчаренко Олена Юріївна,  
Магістр психології, аспірант  
асистент викладача  
Відкритого міжнародного університету  
розвитку людини «Україна»*

## **ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ З ІНВАЛІДІВ**

До важкої стресової ситуації, в якій народ України знаходився з 2019 року, що була пов'язана з пандемією COVID-19 доєдналась в край непередбачувана ситуація повномасштабного військового конфлікту України з російською федерацією. Люди знаходяться в постійному напруженому стані, частоту та час обстрілів, місця влучення неможливо передбачити. Елементарні людські базові потреби або зовсім не задоволені або знаходяться на межі задоволення. По-перше, це стосується не задоволенням базової потреби в безпеці. На цьому фоні, психологічний стан людей знаходиться в критичному стані. Особливо страждають від цього діти, підлітки, особи з інвалідністю та люди похилого віку.

В зв'язку з цим, існує гостра необхідність впровадження та активного використання ефективних заходів для попередження порушення психічного здоров'я студентів з інвалідністю.

На сьогодні є безліч робіт, орієнтованих на практичне опанування навичок стресостійкої поведінки, що є важливим чинником саморозвитку особистості.

Ставлення особистості до екстремальної ситуації може бути різною в залежності від самої ситуації та від досвіду. При дії стресового фактору у всіх без винятку людей, однаково буде розвиватись стрес, але зовнішня поведінка буде різною та і перехід стресу від однієї фази до іншої також буде різним. Одні починають панікувати, інші мобілізують свої можливості та починають протистояти дії стресу, одні байдужі, а інших стресова ситуація доводить до неврозів. Це може залежить від генетичної схильності, віку, статі, здоров'я.



Тобто одна і та ж ситуація може викликати тривогу в однієї людини, фрустрацію в іншій, конфлікт у третій.

Навчання у вищих навчальних закладах характеризується високою нервово-психічною напругою, хронічною втомою, підвищеною тривогою і іншими чинниками, дія яких викликає перенапругу й виснаження функціональних резервів організму, зниження працездатності. Якщо сюди додати фактор того, що студент є інвалідом та те, що навчання відбувається в країні, в якій триває війна, то ці показники збільшуються в рази.

Особливої уваги потребують студенти з інвалідністю, які були вимушені або покинути свої домівки та виїхати до іншої країни або залишитись в країні де йде війна, що є додатковим стресом. До цих умов додається стрес, в якому люди з інвалідністю знаходяться з дитинства.

В сучасній психології постійно збільшується увага до проблеми психічного розвитку та особистісного становлення осіб з інвалідністю. Щорічне збільшення в Україні кількості студентів з інвалідністю у ЗВО поставило в ряд надзвичайно важливих міждисциплінарних проблем розробку науково обґрунтованого забезпечення їх навчання (О. І. Купрєєва, Л.З.Сердюк, В.А.Скрипник, П. М. Таланчук, Л. В. Тищенко, М. І. Томчук, С.Д. Максименко та ін.). Зокрема, велика увага приділяється вирішенню проблеми створення психологічно обґрунтованих передумов сприяння їх професійному становленню. Актуальним завданням, у цьому контексті, можна вважати цілеспрямоване формування психологічної готовності студентів із інвалідністю до майбутньої професійної діяльності.

Увагу цьому питанню приділяли Л.З. Сердюк, О.І. Купрєєва, щодо: особистісного ресурсу життєдіяльності студентів із соматичними захворюваннями (2015); методологічних аспектів дослідження мотиваційних чинників учіння студентів в інтегрованих групах (Л.З. Сердюк, 2007); психологічних аспектів формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентів з інвалідністю (Л.З. Сердюк, 2007); особистісних чинників навчання у ЗВО студентів з інвалідністю (Л.З. Сердюк, 2008); соціалізації студентів з інвалідністю: синергетичний підхід (Л.З. Сердюк, 2008). Вивченню: актуальних проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами; особливості соціалізації та особистісного розвитку студентів з інвалідністю; психологічних особливостей життєвих перспектив у студентів з інвалідністю (Л.З. Сердюк, 2008); проблем загальної та педагогічної психології (Л.З. Сердюк, 2008); психологічного захисту і адаптація студентів з інвалідністю (Л.З. Сердюк, 2008); актуальних проблем навчання та виховання людей з особливими потребами (Л.З. Сердюк, 2007).

Дослідженню цього питання приділив С.Д. Максименко: мотиваційні чинники учіння студентів в інтегрованих групах (2009), неусвідомлювана мотивація навчання (2008), психологічні аспекти формування ціннісного ставлення до здоров'я у студентів з інвалідністю (2009), особистісні чинники навчання у ВНЗ студентів з інвалідністю (2008), соціалізація студентів з інвалідністю (2008), особливості соціалізації та особистісного розвитку

студентів з інвалідністю (2007), психологічні особливості життєвих перспектив у студентів з інвалідністю (2007).

На сьогодні є відкритим питання, щодо формування стресостійкості у студентів з інвалідністю. Стрес поступово вичерпає резерви організму та виснажує його. Організм починає включати захисну реакцію на зовнішні подразники. Важливим є довготривалий стрес, тобто перехід стресу у стадію дистресу, коли людина вже не в змозі повністю адаптуватися до стресових ситуацій і проявляє дезадаптивну поведінку. Саме тому пошук і розвиток власних ресурсів стресостійкості відіграє першочергове значення у протидії негативним чинникам у студентів з інвалідністю.

Серед внутрішніх ресурсів стресостійкості можна виділити: активна мотивація подолання; впевненість у собі; позитивне мислення; розуміння власних цілей; емоційно-вольові якості; пошук соціальної підтримки; життєвий досвід; стан здоров'я; досвід подолання стресових ситуацій; уміння звернутись за допомогою; надія; мужність; здоровий сон та харчування; наявність часу для відпочинку; наявність або відсутність шкідливих звичок. Як бачимо, цей список можна ще наповнювати, тобто внутрішні ресурси залежать від багатьох факторів, а особливо від ставлення особистості до стресової ситуації.

Серед зовнішніх ресурсів можна виділити наступні: матеріальна та інформаційна підтримка; задовільні умови життя; стабільна робота та оплата праці. На сьогодні дуже актуальним зовнішнім ресурсом стресостійкості є безпека життя; війна в країні; зміна місця проживання; наявність комунальних комунікацій тощо. Наявність зовнішніх ресурсів на сьогодні в Україні можуть бути розширені воєнним положенням в країні, обмеженням наявності електроенергії, води.

Можна вже сьогодні сказати, що в багатьох студентів з інвалідністю буде наявність тривожності, уразливості до переживань стресу та депресивності. Тому що, теперішня стресова ситуація довготривала. Такі стани як апатії, розчарування, безсилля, роздратованість та інші будуть все частіше виявлятися серед людей. Ми вже трохи загартовані, коли все це проходили живучі в стані війни з 2014 року та під час ковідних обмежень але зараз ситуація значно екстремальніша.

На сьогодні головна задача зберегти психічну та фізичну цілісність.

**Ольховецький Сергій Миколайович,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
доцент кафедри психології

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

**Коробань Костянтин,**  
магістрант

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

## **ПРОЦЕСИ ІДЕНТИФІКАЦІЇ ПІД ЧАС КРИЗ**

Процеси ідентифікації, пов'язані зі структурними нерівностями, є основоположними для розуміння того, як і чому слід управляти катастрофами. Під час надзвичайних ситуацій у сфері охорони здоров'я представники меншин та соціально незахищених груп мають вищі показники як захворювань, так і смертності (Dash, 2013). Наприклад, під час пандемії незважаючи на високу готовність дотримуватися вказівок щодо самоізоляції, у людей із сімей із низьким соціально-економічним статусом у шість разів менша ймовірність того, що вони зможуть працювати вдома, і в три рази менша ймовірність, що вони зможуть самоізолюватися (Atchison et al., 2020). Дослідження колективної поведінки демонструє, як нові ідентичності можуть діяти як захисний буфер для благополуччя під час криз (Alfadhli та ін., 2019), як релевантні ідентичності соціальні норми щодо безпеки можуть сприяти зміні поведінки та соціальній підтримці на колективному рівні (Drury & Reicher, 2009), і як лідери можуть діяти як ефективні зразки бажаної поведінки (Platow et al., 2015).

Попередні дослідження катастроф показують, що нові соціальні групи можуть формуватися, коли люди об'єднуються спільною соціальною ідентичністю через спільну долю (Drury та ін., 2019; Drury та ін., 2009). Відповідно до теорії самокатегоризації (Turner et al., 1987), люди можуть змінити свою особисту ідентичність на спільну ідентичність як члени конкретної групи, яка зіткнулася з катастрофою. Це важливо для розуміння соціальної підтримки, оскільки в надзвичайних ситуаціях люди з більшою ймовірністю нададуть допомогу членам внутрішньої групи, а не зовнішньої, а віра в те, що члени внутрішньої групи нададуть допомогу, може призвести до підвищення згуртованості. Таким чином, ці спільні соціальні ідентичності можна використовувати для мобілізації колективної підтримки всередині громад. Більше того, нові соціальні ідентичності можуть з'явитися на основі спільної реакції на ситуацію.

Соціальна ідентифікація з групами може покращити самопочуття під час стресових періодів, коли сприймається підтримка (Haslam та ін., 2010; Jetten та ін., 2012), а сприймана колективна ефективність може збільшити позитивні психологічні результати, такі як посттравматичне зростання. Щоб зберегти підтримуючі спільноти (наприклад, волонтерські хаби) слід заохочувати колективні заходи для підтримки нових ідентичностей і соціальних зв'язків, таких як продовження спільного використання ресурсів і надання підтримки всередині спільнот. Навпаки, соціальні ідентичності можуть зруйнуватися та

призвести до індивідуалістичної поведінки, якщо більше не існує сприйманої спільної долі (Ntontis та ін., 2020) або немає можливостей для внутрішньогрупових відносин (Vestergren та ін., 2018).

*Поджинська Ольга Олегівна,  
кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Інституту соціальних технологій  
Відкритого міжнародного університету  
розвитку людини «Україна»*

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗИ ОСОБИСТІСНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ**

Актуальною для нашої країни є проблема масової міграції населення, спричинена повномасштабним військовим вторгненням РФ. На кінець квітня 2022 року Україну покинули 5,5 млн. осіб, 90% з яких, становлять жінки та діти. Чимало українців сьогодні відчують, наче втратили себе. Тих себе, якими були в минулому житті, тобто до війни. Вони опинилися в умовах, які не обирали та місцях, в які не планували переїжджати. Щоб мати змогу рухатися далі та не тримати життя на паузі, відчувати себе живими та проявлятися в світі, важливо зрозуміти та віднайти себе.

Криза ідентичності – це період, коли людина ставить під сумнів себе або своє місце у світі. Вона може аналізувати свої цінності, віру, кар'єру, вподобання, поведінку.

Під кризою ідентичності розуміється періодично повторюване протягом життя гостре, обмежене в часі, суб'єктивне переживання неможливості реалізації життєвих цілей, завдань, планів. Такі переживання «блокують» можливості й ресурси особистості, позбавляють її на деякий час здатності протистояти ситуації, що призводить до втрати контролю над нею, над своїми емоціями, поведінкою та діяльністю. Дефініцію «криза ідентичності» розуміють як нелінійний нерівномірний розвиток переживання цілісності буття, втілення своєї «самості», реалізованості власної «Я»-концепції (Злишков В.Л., 2006).

Зазвичай така криза відбувається після певних великих змін у житті, виїзд до іншої країни – це також велика зміна. За кордоном людина насамперед потрапляє в нову культуру з іншими соціальними нормами та традиціями.

В українців, які виїхали через війну, також може змінюватися соціальне становище. В Україні вони могли мати добре оплачувану роботу, власне житло з комфортними умовами, широкий вибір одягу, можливість витратити кошти на відпочинок або красиві речі. Проте не всім вдається зберегти колишні умови: хтось мусить обирати гірші умови праці, шукати прихистку в інших людей, обмежувати свої надбання однією валізою.

Наша ідентичність не може бути зведена до однієї ролі чи функції, людина не може проявлятися лише в одній сфері життя. Це ширше та глибше відчуття себе, своєї цілісності та цінності.

Криза ідентичності може з'явитися саме через зміну життєвої ситуації та життєвих обставин. Вона звучить через ряд болісних запитань: А хто я тепер? Хто я тут? Як мені діяти далі? Що робити? Як жити? У чому моя цінність для себе та світу?

Соціально-психологічними механізмами набуття людиною соціальної ідентичності є процес ідентифікації – тобто ототожнення себе з певною соціальною групою, набуття відповідних ролей і статусів, або суб'єктивне відторгнення соціальної групи. Порушення балансу між ідентифікацією – відчуженням є механізмом виникнення кризи ідентичності особистості (Шнейдер Л.Б., 2007).

Це перегляд та переосмислення образу власного «Я». Закономірно, що зі зміною місця проживання, оточення, роду зайнятості ми перегледаємо і сприйняття себе. А тим паче, коли в наше життя вривається війна, підкошуючи все те, що ми вибудовували протягом життя.

Інше питання, що ми можемо дещо ускладнювати протікання цього процесу: критикою до себе, злістю на себе, боротьбою, бажанням повернути все так, як було.

Зміна і трансформація будь-яких наших внутрішніх процесів потребує спочатку їх визнання та прийняття. Тому коли людина усвідомлює та приймає, що зустрілася з кризою ідентичності – це вже половина справи.

Якщо ваша ситуація та ваше відчуття себе зараз відповідає хоча б трьом із перерахованих пунктів, можна припустити, що зараз у вашому житті є місце для кризи ідентичності:

- час від часу я проживаю гострі емоційні реакції;
- відчуваю «замкнуте коло» у своїй ситуації, хочу з нього вийти, але не знаю як;
- те, що ще півроку тому було цінним, значимим, драйвовим, сьогодні ніби втратило сенс;
- я не можу діяти так, як раніше, але як діяти по-новому поки не знаю;
- останнім часом актуалізувалося багато страхів;
- все більше хочеться побути наодинці, відсторонитися від інших;
- відчуваю, що життя втратило «смак»;
- не відчуваю достатньої впевненості в собі;
- не можу зрозуміти, яка моя роль у світі зараз;
- відчуваю тугу за тим, що не вдалося реалізувати (Козловець М.А., 2009).

Ю. Платонов зазначає, що вимушені переселенці, потрапляючи в нові умови і розпочинаючи нове життя, формують зовсім інше ставлення до свого внутрішнього «Я» та до навколишнього світу. Поведінка характеризується

підвищеною дратівливістю, безсонням, частковою втратою пам'яті, виникають труднощі в спілкуванні, їх життєві плани опиняються під загрозою. Проявляється емоційна напруженість та знижений емоційний фон. Процес адаптації до умов життя на новому місці у вимушених переселенців протікає набагато складніше, ніж у добровільних, адже зачіпає найглибші шари особистості, найбільш важливим з яких є її ідентичність (Титаренко Т. М., 2007).

У своїх роботах Г. Солдатова зазначає, що «травматичний досвід і життєві труднощі тимчасово переміщених визначають порушення у них цілісності та інтегрованості особистості. Комплекс проблем, що відбивають особистісні трансформації, можна позначити як криза ідентичності. Криза ідентичності виникає в результаті подій, що стали причинами переміщення, так і внаслідок культурного шоку та адаптації в новому середовищі. В результаті пережитих подій руйнується сама підстава ідентичності – відбувається трансформація тієї картини світу, яка вибудовується з самого народження і включає в себе найширший діапазон образів, уявлень, думок, переконань, відносин (Шайгерова Л. А., 2002).

В. Хесле визначає поняття «кризи ідентичності» як втрату почуття самого себе та неможливість пристосування до нових обставин. Це уявний розрив між вимогами нової ситуації та колишніми установками і поглядами (Піонтковська Д.В., 2016). Про кризу ідентичності у переселенців в процесі адаптації також говорить дослідниця Л. Шайгерова, визначаючи це як складний процес адаптації в ситуації вимушеного переміщення призводить до того, що зміна ідентичності особистості досягає рівня кризових. Криза ідентичності у них проявляється в глибоких множинних перетвореннях її змісту, що відбуваються на особистісному та на груповому рівнях. Дослідниця зазначає, що найважливішою умовою для успішної адаптації особистості в ситуації вимушеного переміщення є подолання кризи ідентичності. Задля цього часто потрібна кваліфікована психологічна допомога, адже не всі переміщені особи мають достатньо особистісних ресурсів для цього (Шайгерова Л. А., 2002).

Таким чином, потрапляючи у нове та незнайоме середовище переселенці не тільки відчують психологічний, а й соціальний дискомфорт. Американський психолог Г. Тріандінс, досліджуючи особливості адаптації вимушених мігрантів, виділив наступні фази соціально-психологічного пристосування їх до нового середовища:

- «ейфорична фаза» або «медовий місяць», коли у біженців не відбуваються зміни інтересів та активності, перебудова поведінки, стратегій, планів, завдань та діяльності загалом залишаються незмінними;
- «туристична фаза», у якій починає отримуватись сама необхідна інформація про життя незнайомого суспільства, відбувається осмисленість зовнішньої сторони ситуації, побудова її образу і подальше включення даного образу в цілісне представлення суб'єкта про себе і взаємозв'язок з оточенням;
- «орієнтаційна фаза», яка є досить стресогенною для переселенців, адже їм потрібно розбиратися не лише з особистісними проблемами, але

й з організаційними, правовими, політичними та культурними проблемами соціуму;

- «депресивна фаза» часто відбувається на фоні кризи адаптації, за Тріандісом, ця фаза є переломним моментом, етап депресії змінюється оптимізмом при умові забезпечення адаптації, що вдається далеко не всім;
- «фаза активної діяльності» характерна для людей з високою стійкістю психічного та соматичного здоров'я, які успішно пройшли адаптацію (Шайгерова Л. А., 2002).

Можливим є два варіанти розвитку ситуації: адаптація (перехід з «орієнтаційної» фази до фази «активної діяльності») та дезадаптація – стресова ситуація яка призводить до ряду психічних розладів.

Отже, в результаті теоретичного аналізу, можна прийти до висновку, що характер адаптації осіб, змушених змінити місце проживання, залежить від особливостей типу переміщення – добровільного чи вимушеного. Водночас, центральним механізмом особистісних трансформацій, є зміна ідентичності особистості. Це вимагає переосмислення проблеми організації психосоціальної реабілітації, яка має орієнтуватись на створення сприятливого середовища подолання кризи ідентичності.

Якщо ви вважаєте, що ви опинилися на цьому світі зовсім без нічого, що багато чого втрачено, є хороша новина: у вас залишилися «Ви». А «Ви» – це не тільки про те, як відчуваєте себе зараз. Це ще й ваші знання, навички, вміння, досвід, ваші спогади й все те, що ви здобували, протягом життя. Підійміть ці знання на поверхню, зробіть їх для себе видимими. Для цього варто:

- виписати всі свої здобутки та досягнення;
- згадати, що ви любили: музика, особливості стилю, атмосфери вдома чи довкола, заняття, способи проведення часу; підійде все, що підпадає під категорію «моє» та «люблю»;
- пригадати різні непрості, кризові моменти свого життя; подумати та виписати, чому вони вас навчили, що ви здобули в них, які позитивні зрушення відбулися у вашому житті;
- згадайте, які ваші позитивні якості відмічали інші люди, за що вас цінували колеги? Чим захоплювалися ваші близькі? Що ви самі в собі любили і хотіли б і далі зберігати як рису своєї особистості?

А які Ваші координати? Чого хочете Ви? В якому бажанні Ви боялися зізнатися навіть собі? Можливо саме зараз найкращий момент для цього. Найкраща можливість перестати відкладати. Навіть якщо ви зробите хоча б один із цих кроків – уже буде ціно.

*Поклад Ірина Миколаївна,  
провідний науковий співробітник лабораторії  
загальної психології та історії психології ім. В.А. Роменця,  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,  
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник*

## **КУЛЬТУРНО-ПРАВОВІ ЦІННОСТІ ЯК ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

Сучасні умови розбудови української державності висувають нові вимоги до особистості як суб'єкта правового процесу, потребуючи, в першу чергу, усвідомлення характеру і змісту культурно-правових трансформацій як основи для виявлення власної активності та творчого самовираження.

На кожному етапі свого розвитку особистість досягає успішності, коли виступає як цілісний суб'єкт, що уможлиблюється станом самостановлення, самовдосконалення. Одна з ментальних особливостей української духовності – індивідуально-моральнісна орієнтація – чітко проявлялася вже в тих правових документах, які в різні часи домінували в українських землях. Варто зазначити, що на відміну від правових норм ряду народів, починаючи з Риму та інших, де головними завжди були закони, які виражали в основному інтереси пануючих верств, в Україні ще з часів «Руської правди» та Литовського статуту, не говорячи вже про поширене звичаєве право, в центрі законодавства була ідея суверенності особистості (Тарасенко М.Ф., 1994). Саме тому так звичним для України став принцип, який свого часу сформулював Григорій Сковорода: кожна людини – «мікрокосм». Тому, будуючи державність в наші дні, ми повинні враховувати саме індивідуальність, виховувати її відповідальність за свої вчинки та діяння, а для цього необхідно озброїти її знаннями як власної історії, так і сучасної правової культури та її світових провідних тенденцій.

Становлення людини нового типу, «людини, що долає вузькі кордони національної держави і визнає будь-яке людське створіння сусідом, а не варваром, людини для якої дім – весь світ» (Фром Э., 1992), людини, що досягла гармонійного поєднання власного Я з оточуючим світом – одне з головних завдань сучасної психолого-педагогічної науки.

Особистість – це динамічна організація внутрішніх психологічних систем, що формує й інтегрує програми діяльності, але сама до цієї діяльності не зводиться. Особистість має структуру (стійке сполучення тенденцій і характеристик людини), відносно стійку в часі життєву історію («сліди» минулих діяльностей) і життєві плани (проекти майбутніх діяльностей). Будучи джерелом індивідуальних розходжень, особистісна структура, у той же час відповідає на стійкі, повторювальні форми поведіння, забезпечує почуття безперервності в часі й сталості в різних ситуаціях (Кузнецов М.А., 2005).

Процес формування особистості досить складний і негарантований. Він нерозривно пов'язаний з проблемою цінностей та конфліктів, які можуть виникати в цій царині. Отже, потреба духовного пошуку спонукає людину до ризикованих нових шляхів реалізації своєї природи. Тоді вірогідним і може



стати ситуація конфлікту, коли відбувається зіткнення протилежних несумісних мотивів, інтересів, тенденцій у свідомості людини, що зумовлюють поштовхи до відчутних психологічних криз як поворотних моментів у період переходу від однієї системи цінностей до іншої. Джерела такого роду проблем психологи знаходять як в особистісних, так і в соціальних процесах, а їх сутність розкривається культурним змістом, який містить потенціал, що здатен знімати протиріччя між природним та соціальним в людині.

Перше з чим стикається людина в процесі становлення особистісного зросту, – це спроба самовизначення, будова власної незалежності та проблема вибору власного шляху становлення. В цьому процесі випробовується внутрішня сила людини, розкриваються всі її можливості, готовність до ствердження власної самобутності, збереження її внутрішньої цілісності при гармонізації зовнішніх стосунків. Ставши на цей шлях випробовування, індивід може стати особистістю або, не змігши подолати суспільні протидії, відмовиться від нього. У цій боротьбі завжди випробовуються цінності.

В традиційній вітчизняній культурі існує наступна ієрархія цінностей:

- завжди переважають термінальні та моральні цінності (сене буття, добродійність, моральність, прагнення до добра, турбота про інших, щастя інших тощо);
- інструментальним та прагматичним цінностям відводиться другорядне місце;
- гедоністичні цінності вважаються чимось допоміжним, обслуговуючим вищі рівні ціннісної ієрархії.

Подолання стресових і кризових ситуацій сприяє творчості – конструктивна діяльність, спрямована на створення нового, більш досконалого і відповідного ідеалам, цінностям, потребам людини. Основою творчості є пізнавальна діяльність, результатом якої стає відкриття і винахід. Відкриття встановлює раніше невідомі закономірності, явища, риси, ефекти, які, в свою чергу, вносять коріння зміни в систему існуючих цінностей. Винахід пов'язаний з використанням відкриття або вже відомих законів для створення нових систем культурних цінностей чи їх компонентів. В процесі творчості не просто виникають нові речі та явища, але і здійснюється розвиток сутнісних сил людини, які перетворюють не тільки зовнішнє середовище, а й саму особистість (Поклад І.М., 2019).

Усвідомлення внутрішнього досвіду особистості як безперервного плинного процесу та прийняття його суспільством виступає головною умовою інтеграції людини в цілісний повноцінно функціонуючий організм. Відчуття її психологічної безпеки в культурно-правовому оточенні, що ґрунтується на світоглядно-філософських традиціях вітчизняної та світової культури, дозволить особистості більш успішно адаптуватися до обставин і запитів сучасного суспільства.

*Скоростецька Наталія Володимирівна,  
аспірантка лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ Б'ЮТІ – СФЕРИ, У ФОРМАТІ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.**

**Анотація.** В статті розкривається сутність феномену європейськості; аналізуються та окреслюються можливості й шляхи інтеграції Української б'юти - сфери в європейський простір; розглядається проблема впливу європейських інтеграційних процесів на національну ідентичність і формування європейської ідентичності у підприємницькій діяльності.

**Ключові слова:** б'юти – індустрія, особистісну ідентичність, соціальна ідентичність, національна ідентичність, європейська ідентичність, європейська інтеграція.

Після оголошення воєнного стану в Україні постала проблема пошуку формули інтеграційних процесів в європейські та світові структури сфери б'юти – індустрії, насамперед адекватного співвіднесення внутрішніх проблем українського суспільства із європейськими і загальносвітовими тенденціями. Актуальними також є способи формування комунікативної компетентності завдяки інтеріоризації соціальних контекстів та розвиток через діяльність. Подальший розвиток євроінтеграційних процесів дедалі більше загострює проблему збереження національнокультурних пріоритетів, перспектив з національною ідентичністю. На формування національної ідентичності, характер і зміст протікання цього процесу окрім зовнішніх чинників значний вплив мають соціокультурні та парадигмальні трансформації українського суспільства.

Для більш чіткого розуміння європейської ідентичності, на нашу думку, доцільно використовувати теорію самокатегоризації, яка здатна пояснити розходження у відмінних рисах будь-якої групової ідентичності. Відправною точкою теорії є те, що колективні ідентичності формуються на основі дуже базової людської потреби у соціальній ідентичності. В залежності від обставин люди можуть ідентифікувати себе за різними “ролями”. Водночас, індивіди постійно здійснюють процес категоризації інших осіб стосовно їхньої належності до тієї чи іншої групи. Коли члени групи визнають свою причетність до неї, виникає стійке почуття “ми”. Відтак перед нами постає завдання знайти момент активації почуття належності до Європи.

При цьому необхідно мати на увазі справедливе зауваження Т. Рісса, що зазвичай європейці мають “декілька ідентичностей”. Крім того, у осмисленні європейської ідентичності невірно вважати, що її зміцнення обов'язково призводить до послаблення рівня лояльності членів групи стосовно національних або інших соціальних груп [5, с. 487]. Це підтверджується результатами багатьох соціологічних досліджень, які свідчать про те, що національна та європейська ідентичності можуть існувати водночас.

Проте не слід заперечувати, що з розширенням ЄС, становленням та розвитком відповідних наднаціональних структур, законодавства тощо, його громадяни все більше відчують свою відмінність від інших глобальних спільнот. Принцип метаконтрасту говорить, що соціальна ідентичність досягає ситуаційної релевантності, коли внутрішньогрупові відмінності сприймаються як малі і менш значущі відносно різниці з іншими групами. Особливо це проявляється у міжнародних відносинах ЄС. Саме Спільна зовнішня та безпекова політика, яка отримала новий імпульс після введення в дію положень Лісабонського договору, створює умови для зміцнення європейської ідентичності.

Американський вчений К. Дойч на відміну від Е. Хасса, пояснює європейську ідентичність через введення поняття “транснаціональне почуття спільноти” [2, с. 68]. Він говорить про формування своєрідної амальгами безпекових спільнот. Процес їх становлення вимагає транснаціональної мобільності персон і численних транзакцій [2, с. 82-83]. За К. Дойчем інший дослідник А. Фавелл також стверджує, що посилення й урізноманітнення кроскордонних соціальних взаємодій, індивідуальних та колективних, також посилює ідентичність [3, с. 152].

У формуванні європейської ідентичності також слід визнати важливу роль самого процесу європейської інтеграції. Ще у 1958 р. в есе “Об’єднання Європи” Е. Хасс описував європейську інтеграцію як зміщення у лояльностях, очікуваннях та політичній активності громадян у напрямку нового центру, чий інститути мають юрисдикцію над попередньо існуючими державами. [4]. На думку вченого наднаціональна ідентифікація не є необхідною передумовою політичної інтеграції в Європі, а, скоріше, постає результатом цього процесу. Суб’єкти з різними інтересами виступають за наднаціональні рішення і цим самим рухають вимагання інтеграції. Відповідно системно зачіпаються багато сфер, які у свою чергу потребують подальшої інтеграції. Зокрема мова про працівників сфери послуг, а саме б’юті – індустрії та про формування у них таких якостей, як комунікативна компетентність та національна ідентичність.

Сучасний психолог В. Зливков визначає особистісну ідентичність як набір характеристик, що відрізняють одну людину від інших, і соціальну ідентичність як результат усвідомлення своєї групової належності із прийняттям типових для цієї групи рис, передбачає зіставлення цих аспектів ідентичності. Наратив – це форма, що організовує досвід і контролює дії і емоції; когнітивна схема, що дозволяє пояснювати і долати труднощі; результат роботи дискурсу, виражений в соціальних інтеракціях; звіт про минуле, що забезпечує саморозуміння; інструмент формування ідентичності, що надає життю цілісності та осмисленості. Наративна психологія в контексті теорії особистісної ідентичності дедалі більше стає популярною, її теоретичні розвідки підтверджуються психодіагностичними опитувальниками, зокрема Опитувальником наративної ідентичності (NIQ, 2019), а результати діагностики, в свою чергу, зумовлюють актуалізацію наративних і дискурсивних психотерапевтичних практик [1].

Необхідно також підкреслити, що посилення каналів комунікації у європейській публічній сфері вимагає обговорення справи із загальноєвропейських, а не національних позицій. А наявність щільного зв'язку між європейською публічною сферою та колективною ідентичністю вже давно переконливо доведена. Публічна сфера розуміється як своєрідна арена для сприйняття, ідентифікації та подолання проблем, які зачіпають усе суспільство. Сьогодні значну роль у функціонуванні публічній сфері відіграють медіа, насамперед, новини. Саме там висловлюють свої думки політичні актори, громадянське суспільство та окремі громадяни. ЗМІ виступають площадкою, де формується суспільна думка, виконується колективне саморозуміння та формується європейська соціальна ідентичність. Виходячи зі схожих рамок подачі матеріалу у різних національних медіа значна частка експертів визнає процес їх європеїзації. З цим погоджується і не менш третини респондентів у ЄС. Це створює “спільноту комунікації”, коли загальні європейські теми отримують порівняльно однакову увагу і використовують схожі взірці інтерпретації подій. Особливо важливим при цьому постає використання схожих дискурсів.

Із вищевикладеного можна зробити загальний висновок: європейська ідентичність продовжує формуватися. Україна перебуває на етапі пошуку власної національної ідентичності. Інтеграція в європейські й світові структури сприятиме утвердженню української нації та державі в Європі й світі.

Серед можливих напрямків зміцнення європейської ідентичності важливим є посилення каналів комунікації у публічній сфері, зростання мобільності робочої сили в сфері б'юті – індустрії, інтенсифікація кооперації та взаємодії між суб'єктами науково-культурної та підприємницької діяльності.

У розумінні європейської ідентичності ефективним методологічним інструментарієм може виступати теорія самокатегоризації та принцип метаконтрасту, ядром яких за сучасних умов виступає Спільна зовнішня політика та політика безпеки Європейського Союзу, а також сам процес європейської інтеграції.

У подальших дослідженнях планується більш ретельно дослідити особливості зміцнення європейської ідентичності, а також роль в цьому процесі подій в Україні.

*Степура Євген Вікторович,  
кандидат психологічних наук  
науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*

## **ДЕЯКІ АСПЕКТИ ВПЛИВУ ПРОПАГАНДИ НА ОСОБИСТІСТЬ**

Пропаганда завжди займає певне місце в тоталітарній країні. Вважається, що вона є стрижнем тоталітарного режиму, який підтримує його існування. Але треба відмітити, що попри широке застосування пропаганди, вона не є основою, що забезпечує існування тоталітарного режиму. Так, вона діє на певний відсоток

населення, але справжній стержень, який тримає тоталітарну владу – це насилля [Мохаддам М. Ф., 2017] [Хоффер Є., 2004]. По відношенню до дії пропаганди можна виділити чотири великих групи людей: 1. Частка населення, яка дійсно вірить пропаганді. 2. Люди, які розуміють брехливість пропаганди, але зовнішньо підтримують її тези, боячись репресій. 3. Люди, які в глибині душі розуміють справжню сутність тез пропаганди, але підтримують їх, виходячи зі своїх певних психологічних передумов. 4. Опозиційна частина населення, яка розуміє брехливість пропаганди та відкрито заперечує її тези.

Звісно, тоталітарному режиму більш вигідно, щоб якомога більше людей добровільно приймали його владу. З цією метою він використовує всі доступні йому засоби, щоб полегшити сприйнятливості людини до пропаганди. Тут треба зазначити декілька речей відносно дії пропаганди. По-перше, пропаганда буде ефективнішою, якщо вона діє на сферу почуттів та пов'язану з нею сферу вірувань, минаючи критичне мислення [Зимбардо Ф., Ляйппе М., 2011]. Звідси впливає наша друга теза: існують групи людей, більш схильні до сприйняття пропаганди, і задача тоталітарного режиму – збільшити процент населення, яке відноситься до таких груп. Дослідження свідчать, що віра в одну ірраціональну ідею робить людину більш схильною вірити в інші ірраціональні ідеї [Бразертон Р., 2017]. Це у свою чергу полегшує роботу пропаганди. Тож головна функція нав'язування різних ірраціональних вірувань – це підготовка свідомості людей до зомбування офіційною пропагандою. Саме для цього в засобах масової інформації можуть популяризуватися різні антинаукові та містичні вчення. З цією ж метою можуть використовуватися й ідеологізовані предмети в освітніх закладах, оскільки діти все-таки більш сприйнятливі до дії пропаганди через менш розвинуте критичне мислення. Крім того, чим більш глибоко в людині укоріняться ірраціональні ідеї, тим легше нею буде маніпулювати в подальшому. Зміст цих ідей, в принципі, не має особливого значення, хоча для тоталітарного режиму все ж вигідніше, щоб ці ідеї відображали елементи пропаганди, оскільки, як вказував ще Ж. Піаже, людина швидше засвоює нові знання (ідеї), які спираються на уже існуючий базис знань [Eggen P. D., Kauchak D., 1992]

Але в цілому переважна більшість населення розуміє брехливість пропаганди й використовує її штами тільки для виправдання своєї агресії, бездіяльності, або ж проявляє банальний конформізм. Страх кари патологізує особистість, робить її більш агресивною, або ж, навпаки, сприяє формуванню вивченої безпорадності. Повторення тез пропаганди часто є раціоналізацією людиною своїх неадекватних почуттів та дій, своєї внутрішньої ірраціональної агресії, свого бажання нашкодити іншим.

Втім, свідоме декларування пропагандистських ідей через деякий час може зробити з людини справжнього ревностного послідовника цих ідей, що теж є способом формування лояльності тоталітарному режиму [Зимбардо Ф., Ляйппе М., 2011]. Треба відмітити, що ослаблення тоталітарного режиму завжди буде призводити до більш відкритого вираження незгоди з офіційною пропагандою та загального зменшення ефективності її впливу.

Крім того, людині завжди потрібна певна ідентичність, залученість до чогось більшого. Вона боїться залишитись в самотності, соціальній ізоляції тощо. Тоталітарний режим може давати ілюзію згуртованості, відчуття якоїсь спільності, де можна розчинитися та забути про своє нікчемне «Я». Відмітимо, що тоталітаризм частіше всього можуть підтримувати внутрішньо незадоволені своєю особистістю люди [Хоффер Є., 2004]. Крім того, тоталітарний режим може давати ілюзію якихось смислів та цілей для людини. Все це теж може бути чинником декларування абсурдних пропагандистських ідей, які сприймаються просто як певний «символ віри», без будь-якого їх критичного осмислення.

*Харченко Надія Анатоліївна,  
кандидат психологічних наук  
доцент кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

*Кузнецов Едуард Валерійович,  
Магістрант кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичин*

## **ДЕЯКІ АСПЕКТИ ПСИХОДІАГНОСТИКИ КРИЗИ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

Потреба в ідентичності, у персоналізації – це потреба бути кимось, бути особистістю, водночас у результаті процесу персоналізації людина стає: більш закритою, більш відгородженою від інших людей; менш здатною до співпереживання, особистістю», а у прагненні бути «самою собою». Процес персоніфікації характери емпатії у взаєминах з іншими людьми; менш схильною до самовиразу, розкриттю іншим своїх власних психологічних проблем, менш конгруентною. На відміну від персоналізації персоніфікація проявляється відмовою індивіда від «масок», посиленням інтегрованості особистості, підвищенням рівня конгруентності і емпатійності, збільшенням загальної автентичності. Звідси, «персоніфікаційний ідентифікаційний синдром» утворюють: позитивна безоціночність, емпатійність і конгруентність.

Проблема ідентичності є предметом численних психологічних досліджень зарубіжних учених: Е. Еріксон, Г. Брейкуелл, Д. Б'юдженталь, А. Ватерман, Е. Гоффман, У. Дойс, Д. Кемпбелл, Дж. Марсія, Дж. Мід, Е. Мінделл, С. Московічі, Ж. Піаже, Г. Теджфел, Дж. Тернер, Р. Фогельсон та ін. «Ідентичність» є складним соціально-психологічним поняттям, що вміщує різні рівні свідомості особистості, індивідуальні й колективні, онтогенетичні та філогенетичні характеристики. А. Reid та К. Deaux порівнюють дві моделі структури ідентичності: сегрегаційну (D. Trafimow, H. C. Triandis & S. G. Goto), де стверджується, що соціальні ідентичності та особистісні характеристики представлені в пам'яті людини окремо одні від одних, та інтеграційну (К. Deaux), у якій соціальні ідентичності та особистісні риси співіснують в обмеженому

наборі когнітивних структур. Шляхом процедури кластеризації самоописів респондентів, А. Reid і К. Deaux 72 показали, що особистісні характеристики є змістом соціальних ідентифікацій особистості, при цьому особистісні ознаки можуть не лише індивідуалізувати людину, але й вказувати на схожість членів соціальних інгруп. Сучасними дослідженнями встановлено, що ідентичності перетинаються або змішуються, але не існують окремо одна від одної у різних галузях функціонування людини. Позитивні відношення між різними ідентичностями призводять до виникнення позитивних емоцій, вміння вирішувати проблеми, підвищення продуктивності праці. Негативна коактивація ідентичностей зумовлює виникнення міжособистісних конфліктів та зменшує ефективність людини у різних галузях діяльності.

Звертаючись до праць Е. Еріксона, можна виявити, що сам дослідник говорить про те, що поняття кризи ідентичності можна застосовувати значно ширше та у різних контекстах: «Про кризу можна говорити у багатьох випадках: у процесі розвитку індивіда або появи нової еліти, в процесі лікування індивіда або в період важких і гострих історичних змін. Криза тепер розуміється як неминучий поворотний пункт, критичний момент, після якого розвиток повертається в ту або іншу сторону, використовуючи можливості зростання, здатність до одужання і подальшої диференціації». Отже, конфронтація глобалізації із сформованою ідентичністю призводить до кризи ідентичності, яку окремі індивіди та спільноти в цілому можуть долати, не покладаючись на остаточність або довготривалість прийнятого рішення. Стосовно психодіагностичних методик, спрямованих на визначення професійної ідентичності, то тут існують певні термінологічні розбіжності, зокрема поширена в англійській мові методика «Шкала професійної ідентичності» (Vocational Identity Scale, VIS), не адаптована на російську та українську мову і більше орієнтована на визначення професійних інтересів, аніж ідентичності як такої. За визначенням авторів питальника (Холланд, Daiger & Power, 1980), професійна ідентичність — це усвідомлення власних цілей, інтересів та талантів, вона відображає професійну ситуацію досліджуваного та є частиною комплексної методики *My Vocational Situation*; Holland, Gottfredson & Power, 1980. Нерідко поняття професійної ідентичності у психодіагностичних методиках зводиться до професійних переваг (Vocational Preference, Holland, 1985), орієнтованості на кар'єру (Career Concerns, Super, Thompson & Lindeman, 1988), професійної відповідності та конгруентності (Vocational correspondence & congruence, Dawis & Lofquist, 1984). У наш час тривають розробки нових методик визначення професійної ідентичності, зокрема у 2012 році набув популярності питальник *The Role-Based Identity Scale* (Т. М. Welbourne), де професійна ідентичність (Work-related identity) розглядається у контексті виконання індивідом своїх професійних ролей.

*Харченко Надія Анатоліївна,  
кандидат психологічних наук  
доцент кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

*Матусевич Олександра Олександрівна,  
бакалавр кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичин*

## **ОСОБИСТІСНА ІДЕНТИЧНІСТЬ В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ І ПОВЕДІНКИ ПЕДАГОГІВ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ**

Професійна ідентичність стосується того, як вчителі бачать себе вчителями на основі своїх інтерпретацій своєї постійної взаємодії із професійним контекстом. Ця взаємодія проявляється в отриманні задоволення від роботи, професійній відданості вчителів, самоефективності та високому рівні мотивації. G. Kelchtermans використовує термін «саморозуміння» для процесу, тісно пов'язаного з професійною ідентичністю. Згідно з G. Kelchtermans (2009), це саморозуміння складається з п'яти компонентів: самооцінка вчителя, самоставлення, трудова мотивація, сприйняття завдання та перспектива на майбутнє.

Педагогічна самоефективність це інтегративне – утворення яке виражається у впевненості педагога у власній, професійній компетентності здатності продуктивно , здійснювати педагогічну діяльність обираючи засоби, педагогічного впливу що забезпечують успішне досягнення, поставлених цілей навчально виховного процесу. Важливо зазначити, що педагогічна самоефективність є особистісною характеристикою, а не характеристикою діяльності, де ефективність визначається лише об'єктивно, як відношення затрат до отриманого результату. Як видно з табл. 1, досліджувані нами педагоги характеризуються переважно середнім рівнем самоефективності, при цьому у 29,73% чоловіків самоефективність висока, натомість лише у 17,39% жінок-педагогів вона так само висока, подібне ми спостерігаємо і щодо низького рівня самоефективності, яку виявлено у 30,44 % жінок та 24,32 % чоловіків відповідно.

У чоловіків загальна педагогічна самоефективність становить 33,95, а у жінок – 28,16. За результатами статистичного аналізу за критерієм Манна-Вітні, ці відмінності є статистично значущими (при  $p=0,002$ ), а отже загалом самоефективність педагогів-чоловіків у нашій вибірці вища, ніж у жінок.

Як і стосовно статевих відмінностей, вікові відмінності також полягають у переважній більшості педагогів із середнім рівнем самоефективності, однак особливу увагу ми звертаємо на вікову групу молодих педагогів (20-30 років), де низький рівень самоефективності, а отже й ймовірних проблем при виникненні кризових ситуацій, спостерігається у 58,33 % досліджуваних, натомість середній і високий виявлено у 35,71 % досліджуваних віком від 46 до 60 років.

Саме самоефективність вчителів є важливим індикатором відчуття вчителями своєї професійної ідентичності. На нашу думку, дані про відчуття вчителями своєї професійної ідентичності можна отримати шляхом дослідження



їхньої самоефективності, задоволеності роботою, мотивації та професійної відданості в їх поєднанні. Загалом стверджується, що професійна ідентичність є динамічною, не є чітко індивідуальною та незмінною. Люди можуть прагнути зберегти свої звички та рутину, але не захищені від зовнішнього впливу. Вчителі набувають все більше і більше досвіду, і все більше різних впливів вони зазнають, оскільки довше працюють у своїй професії.

*Харченко Надія Анатоліївна,*

*кандидат психологічних наук*

*доцент кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

*Малець Сергій Олександрович,*

*Магістрант кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

## **ВІЙНА, ІДЕНТИЧНІСТЬ І ТРАВМАТИЗАЦІЯ ДІТЕЙ: ОКРЕМІ АСПЕКТИ**

Війна – загальнослов'янське слово, утворене від іменника виття – «воїн», споріднене латинському venari – «полювати», давньонімецькому weida – «полювання» і що цікаво, має той самий корінь, що і «провина». Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) виникає як відстрочена або тривала відповідь на стресову подію (коротку або тривалу) виключно загрозливого або катастрофічного характеру, яке може викликати глибокий стрес майже у кожній людині (R. A. Bryant, 2019). Несприятливі фактори, такі як компульсивність, стомлюваність або нервові захворювання в анамнезі, можуть знизити поріг для розвитку синдрому або погіршити перебіг, але вони ніколи не є необхідними або достатніми для пояснення його виникнення. Типові ознаки включають епізоди повторюваних переживань травмивної події в нав'язливих спогадах («кадрах»), думках або жахах, що з'являються на стійкому тлі почуття заціпеніння, емоційної загальмованості, відчуженості від інших людей, уникнення дій і ситуацій, що нагадують про травму. Зазвичай мають місце перезбудження і виражена надмірна настороженість, підвищена реакція на переляк і безсоння. З вищезазначеними симптомами часто пов'язані тривожність і депресія, непоодинокими є ідеї самогубства. Появі симптомів розладу передують латентний період після травми, що коливається від декількох тижнів до декількох місяців. Перебіг розладу різний, але в більшості випадків настає відновлення. У деяких випадках стан може бути хронічного перебігу на багато років з можливим переходом в стійку зміну особистості. Посттравматичний стресовий синдром (ПТСР) разом із емоційними та поведінковими порушеннями є найбільш поширеними наслідками для психологічного функціонування дітей після військового насильства та переміщення (E. G. Karam, 2019; A. Dyregrov, W. Yule, 2006).

Дослідження дитячих травм свідчать про те, що раннє жорстоке поводження або несприятливі умови виховання мають значний вплив на загальний стан психічного здоров'я дорослих у загальній популяції. У багатьох випадках різні типи дитячої травми переживаються за один і той же проміжок часу. Кумулятивна травма – це переживання дітьми та дорослими численних травмивних подій за короткий проміжок часу (M. Hodges, N. Godbout, 2013; J. Briere, C. Scott, 2015). Різні типи травм можуть мати певною мірою різний вплив: наприклад, сексуальні травми часто асоціюються з пізнішими сексуальними страхами, проблемами у сексуальній сфері або дезадаптивною сексуальною поведінкою; побої або знущання можуть спричинити подальший гнів або агресію; а психологічне насильство може особливо вплинути на зниження самооцінки. Як наслідок, можна очікувати, що ті, хто зазнає більшої кількості різних травм, також відчують більш різноманітний спектр психологічних наслідків одночасно. Було також висловлено припущення, що накопичені ефекти множинних травм можуть посилювати тривогу, гнів або посттравматичний стрес, які, у свою чергу, мотивують використання додаткових, потенційно дезадаптивних, стратегій подолання, таких як дисоціація, екстерналізація, або зловживання психоактивними речовинами.

Визначення груп ризику є ефективною стратегією скерування професійної допомоги тим, хто її потребує. Фактори ризику можна визначити як змінну, яка за наявності збільшує ймовірність поганого результату і може бути поділена на особистісні, міжособистісні та ситуативні складові (M. S. Stroebe, S. Folkman, R. O. Hansson, H. Schut, 2006). Доведено, що особистісні фактори ризику, такі як жіноча стать та наявні психіатричних проблем, збільшують ймовірність психічних розладів. Міжособистісні фактори ризику, зокрема, близькість та соціальна підтримка, також можуть впливати на результати горювання, так раптова втрата дитини зумовлює ПТСР частіше, ніж самогубство дорослого рідного, смерть дорослого внаслідок ДТП чи іншої катастрофи. Нарешті, ситуаційні фактори ризику або фактори, пов'язані з обставинами втрати, ймовірно впливають на перебіг ПТСР і горювання.

*Харченко Надія Анатоліївна,  
кандидат психологічних наук  
доцент кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

*Якименко Наталія Павлівна,  
магістрантка кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичин*

## **ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПСИХОТРАВМИ В КОНТЕКСТІ ІДЕНТИЧНОСТІ**

Тема психотравми досліджувалася багатьма авторами. У науковій літературі досі не існує єдиної думки з даної проблеми. Дослідники різних психологічних шкіл розглядають цю проблему по-різному. В останні роки підвищилася увага до вивчення психотравм і їх впливу на особистість. Багато дослідників стверджують, що психологічна травма не менш небезпечна для людини і може вплинути на її здоров'я набагато сильніше і глибше, ніж фізична недуга. Але при цьому існує ряд суперечностей, які склалися в даній області: досі не існує єдиного підходу до поняття «психотравма». Ряд дослідників розводять поняття «психічна травма» і «психологічна травма», інші, навпаки, об'єднують ці поняття; систематизовані та виділені класифікації різновидів психотравм і ступеня їх тяжкості, але недостатня увага приділяється часу отримання психологічної травми, а також взаємозв'язку віку, в якому була перенесена психотравма і ступеня наслідків психотравмуючих подій на особистість.

Поняття психотравми визначається на основі аналізу: підходів до її розуміння як наслідку впливу стресогенної події (Е. Креплін, О. Феніхель, К. Ясперс, Е. Кречмер та інші.); як комплексу симптомів, що виникають унаслідок нездатності особистості перепрацювати негативні переживання (агресія, страх, тривога, безсилля, розпач тощо) (О. Ранк, З. Фрейд, О. І. Захаров, П. К. Анохін, І. А. Погодін, Н. І. Пов'якель та інші.); підходів Д. Калшеда, В. Н. Мясіщева до розуміння причин розвитку психотравми як наслідку неефективної роботи захисних механізмів особистості та порушення здорового ставлення до дійсності; вчення М. Селігмана про навчену безпорядність, що виникає внаслідок патологічного розвитку психотравми; процесуального підходу до розуміння функціонування особистості А. Мінделла, Д. Франчесетті, М. Джечеле, Я. Рубала, М. Спаньоло Лобб, та переживання особистості Ф. Є. Василюка.

Історія поняття травми має витоки в ранніх роботах З. Фрейда і дофрейдівських роботах Ж. М. Шарко та Ж. Брейера. З. Фрейдом була створена перша психоаналітична теорія травми, в якій це явище розглядалося як глибоко вкорінений в несвідомому афект, який здійснює патогенний вплив на психіку людини і лежить в основі невротичних розладів. Джерело травми він вбачав не в зовнішній події, а в самій психіці, в розщепленні Его, що впливає з травматичної тривоги, заснованої на несвідомих фантазіях. Реакції на травму бувають негайними і відстроченими. Негайна відповідь на стрес описується як

гостра стресова реакція, а симптоми посттравматичного стресового розладу можуть з'являтися впродовж одного-трьох місяців після травматичної події, а іноді – за кілька років після неї. Люди, які вимушені потрапляти у травмуючі ситуації, та члени їх сімей виробляють засоби самозахисту під час травмуючих подій. Це виявляється у вигляді заціпеніння, відчуження та відмови. До посттравматичних стресових станів також відносять: посттравматичні стресові стани комбатантів; синдром травми звалтування; посттравматичні стресові стани у постраждалих у надзвичайних ситуаціях; стан глибокої депресії. Найсерйозніші проблеми з психічним здоров'ям виникають унаслідок пролонгованих і повторюваних травматичних досвідів. Між травмою і посттравматичним стресовим розладом існує важливий зв'язок, який необхідно розуміти. Чи виникне в особи ПТСР – залежить від багатьох факторів, серед яких основні: характеристики самої травми; індивідуальні особливості та життєвий досвід людини. За цими характеристиками виокремлюють п'ять типів травми, що в тій чи іншій мірі досліджувала ціла когорта психологів, психіатрів, фахівців з екстреної допомоги та ін., зокрема:

- монотравму, що пов'язана з неочікуваною чи приголомшливою подією – О.П. Венгер, І.Г. Малкіна-Пих, Д.О. Олександрів та ін.;

- комплексну або повторювану травму, пов'язану з тривалим жорстоким ставленням, домашнім насильством, війною, постійною зрадою та ін. – М.І. Дмитренко, Н.Ю. Максимова, К.Л. Мілютіна, та ін.;

- травма розвитку, що виникає в дитинстві внаслідок тривалої чи повторюваної травми – фізичного, емоційного насильства та ін. – А. Адлер, В.Віннікот, З. Фройд та ін., що знайшло продовження в роботах – О.Д. Коломоець, Т. М. Кравченко, Р.М.Ткач та ін.;

- трансгенераційну травму, що характеризує психологічний чи емоційний ефект, який відчувають люди, чиї предки та родичі пережили травму – Л. Гридковець, Р. Руппер, Б. Хеллінгер та ін.;

- історичну травму, що є сукупною емоційною та психологічною раною, яка відчувається впродовж життя одного покоління чи кількох поколінь; впливає з масової групової травми – Г. Горностай, А. Шутценбергер, Л. Юр'єва та ін.

Травма має багато різних форм і не існує жодних меж або винятків у тому, як і кого вона може вражати. Зрозуміло, що найсерйозніші проблеми з психічним здоров'ям виникають унаслідок пролонгованих і повторюваних травматичних досвідів, які іноді в житті людини тривають роками. Хоча навіть одна травматична подія може спричинити руйнівні наслідки для особистості. Але незалежно від особливостей того що сталося – реакцію на травмівну подію визначає унікальність кожної людини. Є особи (і їх не мало), у кого в ситуаціях стресу, психологічних травм, трагедій відбувається процес здорової адаптації, натомість існує значна частина тих, хто тривалий час переживає наслідки пережитих подій. І самі ці ознаки необхідно знати психологам при роботі з особами з травмівним досвідом для ефективного надання психологічної допомоги.

*Харченко Надія Анатоліївна,  
кандидат психологічних наук  
доцент кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

*Яценко Вікторія Русланівна,  
Магістрантка кафедри психології*

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*

## **СОЦІАЛЬНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ТРАВМА ЗРАДИ ПІД ЧАС ВІЙНИ**

Англійське слово *war* походить від давньоанглійських слів 11-го століття *wyrg* і *werge*, від давньофранцузького *werre* (також *guerre*, як у сучасній французькій), у свою чергу, від франкського \**werra*, зрештою, що походить від протогерманського \**werzō* «суміш, спантеличеність». Слово пов'язане з давньосаксонським *werran*, давньоверхньонімецьким *werran* і німецьким *verwirren*, що означає «збивати з пантелику». Люди воювали впродовж усієї своєї історії. При тому, що будь-яка війна згубна – вона приносить більше руйнувань і страждань, ніж вигоди, люди продовжували вести війни й виправдовувати їх. За словами Conway W. Henderson, «Одне джерело стверджує, що між 3500 роком до нашої ери та кінцем 20-го століття відбулося 14 500 війн, які забрали 3,5 мільярда життів, залишивши лише 300 років миру (Beer 1981: 20)». Найдавнішим свідченням доісторичних воєн є мезолітичний цвинтар у Джебель-Сахабі, якому встановлено приблизно 14 000 років. Близько сорока п'яти відсотків скелетів там мали сліди насильницької смерті. Про «необхідність воювати» говорили у Стародавньої Греції й Римі, в Китаї та Індії, і в Середньовічній Європі.

Найчастіше держави ворогували, щоб захопити чужу територію й ресурси. Та іноді війни починали з абсолютно безглузких причин. Наприклад, після того, як команда однієї країни програвала іншій у футбол, як це сталося в липні 1969-го між Сальвадором і Гондурасом, коли безглуздий з нашої точки зору збройний конфлікт коштував понад двох тисяч життів та поховав інтеграційний проект Спільного ринку в Центральній Америці.

Останнім часом всі більшої популярності набувають так звані раціоналістичні теорії війни, пов'язані із соціальною ідентичністю особистості. Раціоналістичні теорії припускають, що обидві сторони в конфлікті діють розумно і виходять з бажання отримати найбільшу вигоду при найменших втратах зі свого боку. Виходячи з цього, якби обидві сторони знали заздалегідь, чим скінчиться війна, то було б найкраще для них прийняти результати війни без боїв і без марних жертв. Раціоналістична теорія висуває три причини, чому деякі країни не в змозі домовитися між собою і замість цього починають воювати: проблема неподільності, асиметричність інформації з навмисним введенням в оману і неможливість покладатися на обіцянки противника.

Проблема неподільності виникає, коли дві сторони не можуть прийти до взаємної угоди з допомогою переговорів, бо предмет, яким вони прагнуть володіти, неподільний і може належати тільки одній з них. Як приклад можна навести війни за Храмову гору в Єрусалимі.

Проблема асиметричності інформації виникає, коли дві держави не можуть заздалегідь прорахувати вірогідність перемоги і досягти полюбовної угоди оскільки кожна з них має військові секрети. Вони не можуть відкрити карти, бо не довіряють одна одній. При цьому кожна сторона намагається перебільшити власну силу, щоб виторгнути додаткові переваги. Наприклад, Швеція намагалася ввести в оману нацистів щодо свого військового потенціалу, розігравши карту «арійської переваги» і показавши Герману Герінгу елітні війська, переодягнені у форму звичайних солдатів. Американці вирішили вступити в війну у В'єтнамі, чудово знаючи, що комуністи будуть чинити опір, але недооцінюючи здатність партизанів протистояти регулярній армії США. Переговори про запобігання війни можуть закінчитися провалом через нездатність держав дотримуватися правил чесної гри. Дві країни могли б уникнути війни, якби дотримувалися початкових домовленостей. Якщо за угодою одна сторона отримує такі привілеї, що стає сильнішою, то вона починає вимагати все більше і більше; в результаті слабшій стороні залишається тільки захищатися. Раціоналістичний підхід можна критикувати за багатьма позиціями. Припущення про взаємні розрахунки прибутків і витрат виглядає сумнівно — наприклад, у випадках геноциду під час Другої світової війни, коли слабкій стороні не залишали жодної альтернативи. Раціоналісти вважають, що держава діє як щось ціле, об'єднане єдиною волею, а лідери держави розумні і в змозі об'єктивно оцінити ймовірність успіху чи поразки, з чим ніяк не можуть погодитися прихильники поведінкових теорій, згаданих вище. Раціоналістичні теорії зазвичай добре застосовні в теорії ігор, а не в моделюванні рішень, які лежать в основі будь-якої війни.

Якщо проаналізувати досвід усіх попередніх воєн, де Україна зазнавала поразок, виявляється, що ключовою тоді була зрада – як вищого державного керівництва, так і звичайного населення, яке, зайнявши вичікувальну позицію, по суті зраджувало свою країну.

Адаптивною зрадою є тоді, коли виявляється єдиним способом урятувати чиєсь життя. Краще зрадити собі чи своїм принципам, ніж взяти відповідальність за фізичне чи психологічне знищення іншої людини. Що краще – бути вірним прихильником якоїсь ідеї і знищувати заради неї інших людей чи зрадити її задля того, щоб врятувати їхнє життя? Чи є зрадником ідеї, присяги і своїх обов'язків той охоронець табору, який відвертається в інший бік задля того, щоб не побачити, як втікає ув'язнений? Особливо якщо табір – фільтраційний? Найскладніший варіант зради – зрадити собі, щоб врятувати власне життя. Так робили тоді, коли записувалися в партію, ставали комсомольцями, йшли в поліцію чи в СС. Рятували своє життя – життя як набір подій, як долю – щоб якось прохарчуватися, здобути освіту, отримати пристойну роботу чи збудувати сім'ю, щоб не воювати, не ставати на облік до військоматів тощо. Проблема лише в тому, що одного разу зрадивши собі, можна згодом про це забути і звикнути всі проблеми вирішувати подібним чином. Ну, й нарешті – варіант зрадити іншого, щоб врятувати своє життя, якщо вижити може тільки один. Чи маємо ми право вирішувати подібним чином за когось чи за себе? Чи завжди готові з

певністю сказати: "Я маю право жити, а він – ні?". Зрада як зречення обраної лінії розвитку вже в своїй основі є амбівалентною: може бути як позитивною, так і негативною. Позитивною – тоді, коли стає своєрідним захистом від надмірної категоричності, фанатизму. Тоді, відмовившись від однієї лінії розвитку, ми фактично присягаємо на вірність іншій. Що й надає нам змогу порівняти ці протилежності, отримати нові, більш об'єктивні уявлення. Але щоб це дійсно сталося, треба щоб перша з цих ідей хоча б частково реалізувалася. Тоді ж, коли ми зраджуємо ідею на самому початку її розвитку, ми втрачаємо шанс побачити її можливе майбутнє. А заодно - і її протилежності. Так зрада в будь-якому разі стає символом знищення нового розвитку. Навіть у тому випадку, коли він міг бути помилковим. Бо як інакше ми його оцінимо, якщо так і не отримаємо ніяких результатів? Ось тільки як відрізнити відданість обраній лінії розвитку від надмірного фанатизму? Як відрізнити зраду як спробу знищити щось нове, й можливо краще, від прагнення до об'єктивності? Здається, що простого рецепту тут немає.

*Черкаська Євгенія Феліксівна,  
Інститут психології імені Г.С. Костюка  
НАПН України м. Київ  
Лабораторія теорії і методології психології*

## **РОЛЬ САМОРЕГУЛЯЦІЇ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ**

У соціально-психологічній парадигмі сучасних подій, в умовах постійно-змінюваних соціально-економічних, політичних, психологічно- побутових умов кожна людина стикається із нестабільністю, яка може посилюватися під впливом об'єктивних або суб'єктивних чинників. Саме така нестабільність є фундаментом та основною причиною формування ситуації невизначеності, під якою в науці розуміють: незавершеність процесу сприйняття або пізнання будь-чого, в ситуаціях, коли людина стикається з дефіцитом, нечіткістю або розбіжністю інформації, яка поступає ззовні; нову, складну ситуацію, яка має багато взаємозаперечливих інтерпретацій або є нерозв'язною; повну відсутність інформації про способи дії у незнайомій ситуації; сукупність обставин, умов, які характеризуються неповнотою змісту або є інформаційно неоднозначними.

У психологічній науці до основних ознак ситуації невизначеності відносять інформаційні: недолік, суперечливість або нечіткість інформації, що реалізується в ситуаціях прийняття рішень; та інформаційно – особистісні: новизна, складність та суперечливість.

Треба відмітити, що в будь-якому випадку сприйняття та інтерпретація ситуації невизначеності багато у чому залежить від сукта когнітивно-перцептивної діяльності. Як зазначав В. П. Зінченко, при будь-яких теоретичних припущеннях щодо особливостей впливу ситуації невизначеності на суб'єкта та його поведінку, найскладніше – зрозуміти, як конкретна людина у реальній

життєвій ситуації буде поводитися у ситуації невизначеності, протистояти їй, які засоби її конкретизації буде використовувати.

Можливі кризові явища у конструюванні ідентичності розглядаються як одна з провідних психологічних проблем, які постають перед людиною та суспільством у ситуації соціальної нестабільності, – поряд із глобальною ланкою соціальних стереотипів та зміною системи цінностей.

Як правило, у центрі уваги психолога знаходяться психічні реакції, психічні стани та властивості особистості, які виявляють себе при впливі будь-яких зовнішніх факторів. Серед таких факторів відзначаються переважно життєзагрозливі обставини, які неминуче порушують психологічний добробут особистості: війна, загроза насильства, страждання та смерті, тяжка хвороба, загибель близьких тощо. Відомий перелік Т. Holms, R. Rahe, що включає 43 життєві події стресогенного характеру, також орієнтований на прогнозування клінічно оформленої патології.

Тим часом, людина завжди перебуває у певних життєвих обставинах і сама є їхньою частиною. Ситуація завжди поглинає особистість та взаємодіє з нею, але далеко не завжди стає предметом аналізу. Тим часом, події, пов'язані з війною, насильством або смертю, не вичерпують всієї різноманітності подій, що переживаються людиною.

В умовах невизначеності саморегуляція стає ключовим фактором збереження ідентичності та адаптації. Саморегуляція зачіпає як збереження «Я» у взаєминах з навколишнім світом, а й його стійкість щодо внутрішнього, суб'єктивного світу. Оскільки в ситуації невизначеності, в умовах, коли немає можливості оцінювати, прогнозувати та контролювати події, людина не може спрямовувати свою активність зовні, вона робить те, що може зробити, – спрямовує свої дії всередину, на власну суб'єктивну психічну реальність, маніпулюючи параметрами внутрішньої картини світу: її масштабом, розмірністю, критеріями порівняння та оцінки. При цьому, оскільки зовнішні норми ситуації невизначеності розмиваються, відбувається переорієнтація на внутрішні цінності та норми, пов'язані з індивідуальним життєвим досвідом особистості. Реалізація власних і цінностей, куди спирається індивідуальний життєвий сценарій, дозволяє відновити втрачену ілюзію сенсу.

Процедура психічної саморегуляції проводиться як у психологічному, і на психофізіологічному рівні; вона полягає насамперед у нормалізації емоційного стану. Основними прийомами на психофізіологічному рівні є контроль дихання та релаксація м'язів, які проводяться при активізації уваги.

На психологічному рівні процедура саморегуляції полягає у фіксації стану «тут і зараз»; вербалізації, контейнування травматичних переживань; маніпуляції внутрішньою картиною світу.

Перший етап саморегуляції, таким чином, включає: методи психічної релаксації, що базуються на контролі дихання та м'язового розслаблення. Контроль дихання та м'язове розслаблення забезпечуються збереженням функції уваги. Можливість розслабитися, впливати на м'язовий тонус є умовою зняття збудження, спричиненого страхом. До подібних методів належать: аутогенне



тренування, біозворотний зв'язок, активне регулювання тонусу по В. Stokvis, аутогіпноз, контроль дихання, медитація, нервово-м'язова релаксація, прогресуюча м'язова релаксація Е. Jacobson, трансів методи. Може бути виділена і так звана група "технічних методів психотерапії": біологічний зворотний зв'язок, стимуляція на основі електроенцефалографічних показників, використання звукових подразників певної частоти, лікування опроміненням світлом та кольором.

Методи м'язової релаксації є ранніми техніками тілесно-орієнтованої психотерапії і залишаються її основними методами. У основі релаксаційних методик лежать східні духовно-релігійні практики, виробили свої техніки психорегуляції.

Найчастіше, поряд з аутогенним тренуванням, нині для нормалізації психофізіологічного статусу застосовується метод прогресивної м'язової релаксації Джекобсона, який використовує ефект розслаблення м'язів після їхньої сильної напруги. Розслаблення м'язів, своєю чергою, призводить до емоційного заспокоєння.

Другий етап саморегуляції полягає у утриманні «тут і зараз», що дозволяє нівелювати дезорганізуючу дію тривоги. Подолання тривоги вимагає перебування протягом певного часу в «тут і зараз», що саме собою психотерапевтично. Відновлення контакту із власним станом – інструмент на підтвердження існування суб'єкта та його вибору ситуації невизначеності. Зосередженість на теперішньому, в якому тільки можливе отримання інформації, формування нових навичок, самореалізація у вигляді конкретних дій дозволяють нівелювати яскравість прогнозованих неприємностей або образів минулого.

Третій етап саморегуляції полягає у вербалізації компонентів актуального психічного стану, яка полягає у «вербальному (словесному) описі переживань, почуттів, думок, поведінки», в якому описуються «емоційні сторони конкретного актуального переживання з позицій внутрішнього світу пацієнта». Вербалізація запускає нові можливості щодо конструювання власної психічної реальності, що стає можливим внаслідок «визнання гнучкості, рухливості та фантомності меж суб'єкта». Проникнення у світ психічних явищ дозволяє суб'єкту у вигляді психотерапевтичного «контейнування» подій, їх вербалізації з допомогою слів домогтися «об'єднання і досягнення єдності емоційного ставлення та ментальної інтеграції, «збирання себе» в єдину, осмислену і цілісну самоідентичність...». Початок продуктивних змін у психічній реальності клієнта пов'язані з «контейнуванням» подій, що переживаються їм, їх вербалізацією у системі координат перетвореної психічної реальності. З цією метою можуть використовуватися: самонавіювання, або «навіювання самому собі, яке дозволяє суб'єкту викликати у себе ті чи інші відчуття, сприйняття, керувати процесами уваги, пам'яті, емоційними та соматичними реакціями»; самоконтроль – «процеси, з яких людина виявляється може управляти своєю поведінкою за умов суперечливого впливу соціального оточення чи власних біологічних механізмів»; трансів методи, що підвищують доступ до неусвідомлюваної інформації.

Четвертий етап саморегуляції є маніпулювання внутрішньою картиною світу.

Отже, у вигляді висновків, зазначимо, що ситуацію невизначеності часто супроводжують деструктивні емоційні стани та переживання. Ситуацію невизначеності розуміють як сукупність неоднозначних обставин, як незавершеність процесу сприйняття, або як складну нерозв'язну ситуацію з повною відсутністю інформації про подальші способи дії. В таких обставинах особливого значення набуває саморегуляція особистості, чією головною роллю стає оптимізація деструктивних психоемоційних станів та подолання самої ситуації невизначеності.

Здатність особистості до психічної саморегуляції за своєю суттю є спроможністю самостійно забезпечувати адекватність власних дій та вчинків прийнятій програмі, вимогам певних принципів, норм, правил (вони виступають у процесі саморегулювання еталон, ціннісні як орієнтири). Загалом, процес психічної (особистісної) саморегуляції протікає за неодмінної умови залучення результатів самопізнання й емоційно-ціннісного ставлення до себе. Відповідно, завдяки особистісній саморегуляції одночасно формується та реалізується позиція суб'єкта (йдеться про ініціацію, побудову, підтримку та керування різними видами і формами довільної активності). Це безпосередньо реалізує досягнення прийнятих людиною цілей. Основою диференціації поняття у контексті психолого-педагогічних наук такі характеристики саморегуляції: усвідомлення дійсності, свого становища, мети та регуляція активності для забезпечення власної позиції. Тлумачення багатогранне, адже саморегуляція має процесуальний системний характер, протікає із включенням усіх психічних процесів.