**ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ**

# ГАБІТУС

*Науковий журнал*

**Випуск 77**
Том 1

**Видавничий дім «Гельветика»**
**2025**

**Редакційна колегія:**

***Шапошникова Ірина Василівна*** *– доктор соціологічних наук, професор*
***Лісеєнко Олена Василівна*** *– доктор соціологічних наук, професор*
***Алісаускіене Мілда*** *– доктор соціальних наук, професор*
***Бендаравечіне Ріта*** *– доктор соціальних наук та порівняльної політики, асоційований професор*
***Ендріулайтіене Ауксе*** *– доктор психологічних наук, професор*
***Тавровецька Наталія Іванівна*** *– кандидат психологічних наук, доцент*
***Терешкінас Артурас*** *– доктор соціальних наук, професор*
***Хижняк Лариса Михайлівна*** *– доктор соціологічних наук, професор*
***Яковлев Денис Вікторович*** *– доктор політичних наук, професор*
***Волошенко Марина Олександрівна –*** *доктор педагогічних наук, доцент*
***Кузьменко Вячеслав Віталійович*** *– доктор філософських наук, професор*
***Деркач Лідія Миколаївна*** *– доктор психологічних наук, професор*
***Асєєва Юлія Олександрівна*** *– доктор психологічних наук*
***Яковлева Лілія Іванівна*** *– доктор політичних наук, професор*
***Корсакевич Святослав Сергійович*** *– доктор філософії з психології*

**Науковий журнал «Габітус» включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») зі спеціальностей: С4. Психологія, С5. Соціологія відповідно до Наказу МОН України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1)**

***Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)***

**Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua**

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій (протокол № 9 від 29.09.2025 року)**

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Редакція суб'єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1552 від 09.05.2024 року (Ідентифікатор медіа R30-04408)

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій» (вул. Інглезі, буд. 6/1, оф. 135, м. Одеса, 65101, info@iei.od.ua, тел. (093) 120-27-72).

Періодичність виходу: 12 разів на рік.
Мови розповсюдження: українська, англійська, польська, німецька, французька.

**ISSN (Print): 2663-5208**
**ISSN (Online): 2663-5216** © ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій», 2025

# ЗМІСТ


## СЕКЦІЯ 1
## МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

**Кравцов Ю.С., Чернікова Н.С., Ювсечко Я.В.**
ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ: ПОРІВНЯННЯ УКРАЇНИ ТА ЄС ..... **10**

**Maltseva K.S.**
FREE-LISTING TASK: WHAT IT IS, WHAT IT'S FOR AND HOW TO USE IT ..... **17**

**Прохватілова О.С.**
СОЦІАЛЬНА ПАМ'ЯТЬ ЯК ЕКОСИСТЕМА: КОНЦЕПТУАЛЬНО-МЕТОДОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ..... **21**

**Станіславська Т.О., Мілютіна К.Л.**
КРОС-КУЛЬТУРНЕ ПОРІВНЯННЯ ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОЇ ТРАВМИ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕЗУЛЬТАТИ УКРАЇНСЬКО-УГОРСЬКОГО ДОСЛІДЖЕННЯ З ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДИКИ HITT-Q ..... **29**

## СЕКЦІЯ 2
## СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

**Бірюкова М.В., Гнутов А.В.**
АКТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ УСПІХУ ПІДПРИЄМСТВ В УКРАЇНІ ПІД ЧАС КРИЗИ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ..... **35**

**Довгаль С.А., Тухтарова Т.К.**
ВПЛИВ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ІМЕРСИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ТРАНСФОРМАЦІЮ СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ..... **41**

**Климанська Л.Д., Колесніков О.Р.**
ТРАНСФОРМАЦІЯ ГЕНДЕРНОГО ПОРЯДКУ В УМОВАХ ВОЄННОЇ МОБІЛІЗАЦІЇ ТА ЄВРОПЕЇЗАЦІЇ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСВІДУ ХОРВАТІЇ ТА УКРАЇНИ ..... **46**

**Лагодзінський В.В., Рожков Є.О.**
МОВА ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЗБРОЯ В УМОВАХ ВІЙНИ ..... **52**

**Любченко В.В.**
ЗМІНИ В СОЦІАЛЬНИХ РОЛЯХ ЖІНОК В УМОВАХ РОСІЙСЬКОЇ АГРЕСІЇ ..... **58**

**Степаненко В.П.**
УКРАЇНСЬКЕ ГРОМАДЯНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО В ПІДТРИМЦІ СОЦІАЛЬНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ ..... **65**

## СЕКЦІЯ 3
## СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

**Бобро Н.В.**
ВИЗНАЧАЛЬНІ РИСИ ВИРАЖЕННЯ ПРАГМАТИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ТЕКСТІВ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ ..... **71**

**Позній О.В.**
КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ РЕЛІГІЙНОСТІ ЯК СОЦІАЛЬНОГО ФЕНОМЕНУ В КОНТЕКСТУАЛЬНОМУ ПОЛІ КЛАСИЧНИХ І СУЧАСНИХ СОЦІОЛОГІЧНИХ ПАРАДИГМ ..... 77

**Рекало А.С.**
ІННОВАЦІЇ В ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ АВІАЦІЙНОЇ ГАЛУЗІ: ОБҐРУНТУВАННЯ СУСПІЛЬНОГО ПОПИТУ ..... 82

## СЕКЦІЯ 4
## ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

**Асєєва Ю.О., Ахунова Л.А.**
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДІ ..... 88

**Волянюк Н.Ю., Ложкін Г.В., Староконь Є.Г.**
ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЯК МЕТАІНТЕЛЕКТУАЛЬНА ОПЕРАЦІЯ ТА ДИНАМІЧНИЙ ПРОЦЕС ..... 94

**Ковальчук З.Я.**
ГОРДІСТЬ ЯК ЕМОЦІЯ ТА ОСОБИСТІСНА ВЛАСТИВІСТЬ: ІСТОРИЧНИЙ РАКУРС ТА АВТОРСЬКА МОДЕЛЬ ..... 99

**Купрєєва О.І.**
ПРОГРАМА СПРИЯННЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА МОЛОДІ ..... 106

**Ольховецький С.М.**
ПСИХІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ..... 113

## СЕКЦІЯ 5
## ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Кузікова С.Б., Лукомська С.О.**
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ КЛІЄНТІВ РІЗНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ ..... 119

**Осадча М.В., Савченко О.В.**
ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ: ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ..... 124

**Співак Я.О., Співак Л.А.**
ВПЛИВ ДОРОСЛИХ НА ПСИХІЧНИЙ РОЗВИТОК ДИТИНИ: ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ У ФОКУСІ ..... 131

**Тірон В.О., Зубченко О.С.**
ВІДЧУТТЯ ДОМУ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ВПО У ПРИЙМАЮЧИХ ГРОМАДАХ (НА ПРИКЛАДІ М. ЯМПІЛЬ ВІННИЦЬКОЇ ОБЛАСТІ) ..... 137

**Туманова Ю.В., Тоценко Л.Ф.**
РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ СЕРЕДНЬОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ОСВІТНІХ ТРАНСФОРМАЦІЙ ..... 144

**Тюпа О.О., Адамська З.М.**
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ СТУДЕНТАМИ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В КОНТЕКСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ ..... **151**

**Чорна І.М., Кулик Х.Я.**
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОСТІ В ДІТЕЙ ЯК НАСЛІДОК КРИЗИ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ..... **159**

**Шевченко Т.Ю.**
МЕТАКОГНІТИВНИЙ КОНТРОЛЬ І КЛІПОВЕ МИСЛЕННЯ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ: МОЖЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ..... **164**

## СЕКЦІЯ 6
## ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

**Гребеник Т.В., Федчун О.І.**
ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: МЕНЕДЖЕРСЬКИЙ КОНТЕКСТ ..... **170**

**Зимянський А.Р.**
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІЙ АДМІНІСТРУВАННЯ ТА УПРАВЛІННЯ ..... **176**

**Новіцький В.Г.**
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АРХЕТИПІВ У БІЗНЕСОВИХ СТРУКТУРАХ: ТЕОРЕТИЧНИЙ КОНЦЕПТ ..... **181**

**Проскурня А.С., Гуренко Т.М.**
ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГА ДО РОБОТИ У СФЕРІ СІМЕЙНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ: КЕЙС-АНАЛІЗ ..... **186**

**Тимченко А.А.**
МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ ..... **192**

## СЕКЦІЯ 7
## ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Приходькіна Н.О.**
КЛІНІЧНІ ТА ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ В УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ: КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ..... **196**

**Продан Є.О., Ходотаєв А.А.**
ПРОБЛЕМА ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ В ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ З РАС: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТА СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОКОРЕКЦІЇ ..... **204**

**Раскосова А.М., Іванова Т.В.**
ІНТЕГРАЦІЯ МЕТАКОГНІТИВНОЇ ТА ДІАЛЕКТИЧНОЇ ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В КОРЕКЦІЇ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ..... **210**

**Федик О.В.**
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ ЗДАТНОСТІ ДО ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК КОМПОНЕНТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ..... **215**

# CONTENTS


## SECTION 1
## METHODOLOGY AND METHODS OF SOCIOLOGICAL RESEARCH

**Kravtsov Yu.S., Chernikova N.S., Yuvsechko Ya.V.**
THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE FORMATION OF PUBLIC OPINION: A COMPARISON OF UKRAINE AND THE EU ..... 10

**Maltseva K.S.**
FREE-LISTING TASK: WHAT IT IS, WHAT IT'S FOR AND HOW TO USE IT ..... 17

**Prokhvatilova O.S.**
SOCIAL MEMORY AS AN ECOSYSTEM: A CONCEPTUAL AND METHODOLOGICAL FRAMEWORK ..... 21

**Stanislavska T.O., Miliutina K.L.**
CROSS-CULTURAL COMPARISON OF TRANSGENERATIONAL TRAUMA IN WARTIME: RESULTS OF A UKRAINIAN-HUNGARIAN STUDY USING THE HITT-Q METHODOLOGY ..... 29

## SECTION 2
## SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS

**Biriukova M.V., Hnutov A.V.**
RECONCEPTUALIZING BUSINESS SUCCESS IN UKRAINE DURING CRISIS: A SOCIOLOGICAL ANALYSIS ..... 35

**Dovhal S.A., Tukhtarova T.K.**
THE IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND IMMERSIVE TECHNOLOGIES ON THE TRANSFORMATION OF SOCIAL INTERACTION ..... 41

**Klymanska L.D., Kolesnikov O.R.**
TRANSFORMATION OF GENDER ORDER UNDER MILITARY MOBILIZATION AND EUROPEANIZATION: SOCIOLOGICAL ANALYSIS OF CROATIAN AND UKRAINIAN EXPERIENCE ..... 46

**Lahodzinskyi V.V., Rozhkov Ye.O.**
LANGUAGE AS A KEY FACTOR OF NATIONAL IDENTITY AND A WEAPON IN TIMES OF WAR ..... 52

**Liubchenko V.V.**
CHANGES IN THE SOCIAL ROLES OF WOMEN IN THE CONTEXT OF RUSSIAN AGGRESSION ..... 58

**Stepanenko V.P.**
UKRAINIAN CIVIL SOCIETY IN SUPPORTING SOCIAL RESILIENCE UNDER WARTIME CONDITIONS ..... 65

## SECTION 3
## SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES

**Bobro N.V.**
DEFINITIVE FEATURES OF THE EXPRESSION OF THE PRAGMATIC POTENTIAL OF SOCIAL ADVERTISING TEXTS ..... 71

**Poznii O.V.**
CONCEPTUALIZATION OF RELIGIOSITY AS A SOCIAL PHENOMENON IN THE CONTEXTUAL FIELD OF CLASSICAL AND CONTEMPORARY SOCIOLOGICAL PARADIGMS ..... 77

**Rekalo A.S.**
INNOVATIONS IN THE TRAINING OF AVIATION PROFESSIONALS: JUSTIFICATION OF PUBLIC DEMAND ..... 82

## SECTION 4
## GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Asieieva Yu.O., Akhunova L.A.**
THEORETICAL BASIS OF RESEARCHING SUICIDAL BEHAVIOR IN YOUTH..... 88

**Volianiuk N.Yu., Lozhkin H.V., Starokon Ye.H.**
GOAL-SETTING AS A META-INTELLECTUAL OPERATION AND A DYNAMIC PROCESS..... 94

**Kovalchuk Z.Ya.**
PRIDE AS AN EMOTION AND PERSONALITY PROPERTY: HISTORICAL PERSPECTIVE AND AUTHOR'S MODEL..... 99

**Kuprieieva O.I.**
THE PROGRAM PROMOTING DEVELOPMENT OF ADOLESCENTS'AND YOUTH'S PERSONAL RESOURCES FOR PSYCHOLOGICAL RESILIENCE..... 106

**Olkhovetskyi S.M.**
MENTAL WELL-BEING OF STUDENTS..... 113

## SECTION 5
## DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY

**Kuzikova S.B., Lukomska S.O.**
CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF CLIENTS OF DIFFERENT AGES DURING WAR ..... 119

**Osadcha M.V., Savchenko O.V.**
PROFESSIONAL BURNOUT OF EDUCATIONAL STAFF: PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS AND COPING STRATEGIES ..... 124

**Spivak Ya.O., Spivak L.A.**
THE INFLUENCE OF ADULTS ON THE MENTAL DEVELOPMENT OF A CHILD: AGE PSYCHOLOGY IN FOCUS..... 131

**Tiron V.O., Zubchenko O.S.**
THE SENSE OF HOME AS A FACTOR OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF IDP CHILDREN IN HOST COMMUNITIES (ON THE EXAMPLE OF THE TOWN OF YAMPIL, VINNYTSKA REGION) ..... 137

**Tumanova Yu.V., Totsenko L.F.**
DEVELOPMENT OF STRESS RESILIENCE OF MIDDLE-ADULTHOOD TEACHING STAFF IN THE CONTEXT OF EDUCATIONAL TRANSFORMATIONS ..... 144

**Tiupa O.O., Adamska Z.M.**
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STUDENTS' PERCEPTION OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN THE CONTEXT OF EDUCATIONAL GROUP INTERACTION ..... **151**

**Chorna I.M., Kulyk Kh.Ya.**
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF AGGRESSION IN CHILDREN AS A CONSEQUENCE OF THE CRISIS OF OLDER ADOLESCENCE ..... **159**

**Shevchenko T.Yu.**
METACOGNITIVE CONTROL AND CLIP THINKING IN BLENDED LEARNING: DEVELOPMENT OPPORTUNITIES AND PROSPECTS ..... **164**

## SECTION 6
## PSYCHOLOGY OF WORK

**Hrebenyk T.V., Fedchun O.I.**
PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF STRESS RESILIENCE IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT: A MANAGERIAL CONTEXT ..... **170**

**Zymianskyi A.R.**
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADMINISTRATIVE AND MANAGEMENT FUNCTIONS ..... **176**

**Novitskyi V.H.**
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ARCHETYPES IN BUSINESS STRUCTURES: THEORETICAL CONCEPT ..... **181**

**Proskurnia A.S., Hurenko T.M.**
SPECIFICS OF PROFESSIONAL TRAINING OF PSYCHOLOGISTS FOR WORK IN FAMILY COUNSELING: CASE ANALYSIS ..... **186**

**Tymchenko A.A.**
THE MOTIVATIONAL COMPONENT OF PROFESSIONAL TRAINING FOR PSYCHOLOGISTS ..... **192**

## SECTION 7
## PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY

**Prykhodkina N.O.**
CLINICAL AND PSYCHOSOCIAL FEATURES OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN UKRAINIAN SOCIETY: COMPREHENSIVE ANALYSIS AND PERSPECTIVES ..... **196**

**Prodan Ye.O., Khodotaiev A.A.**
THE PROBLEM OF DEVIANT BEHAVIOR IN CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH ASD: THEORETICAL ANALYSIS AND MODERN APPROACHES TO PSYCHOCORRECTION ..... **204**

**Raskosova A.M., Ivanova T.V.**
INTEGRATION OF METACOGNITIVE AND DIALECTICAL BEHAVIORAL THERAPY IN THE CORRECTION OF SUICIDAL BEHAVIOR ..... **210**

**Fedyk O.V.**
THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF THE STUDY OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL INDICATORS OF THE DEVELOPMENT OF THE ABILITY FOR EMOTIONAL SELF-REGULATION AS A COMPONENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN YOUNG PEOPLE ..... **215**

# СЕКЦІЯ 1
# МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

## ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ: ПОРІВНЯННЯ УКРАЇНИ ТА ЄС

## THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE FORMATION OF PUBLIC OPINION: A COMPARISON OF UKRAINE AND THE EU

УДК 316.4: 303.446.2
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.1
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Кравцов Ю.С.**
д.філос.н., професор кафедри соціально-психологічних та гуманітарних наук
Дніпровський державний технічний університет
ORCID ID: 0000-0003-4968-9112

**Чернікова Н.С.**
к.іст.н., доцентка, доцентка кафедри філософії, соціології та історії
Дніпровський державний аграрно-економічний університет
ORCID ID: 0000-0002-5470-0622

**Ювсечко Я.В.**
к.філос.н., доцент кафедри міжнародної комунікації та політології
Хмельницький національний університет

*Стаття присвячена вивченню впливу соціальних мереж на процес формування громадської думки в Україні та країнах Європейського Союзу з урахуванням особливостей правового регулювання та освітньої політики. Мета дослідження – визначити характер і специфіку впливу соціальних мереж на громадську думку у порівнянні між Україною та ЄС, а також виявити ключові відмінності у системах нормативного забезпечення та підходах до медіаосвіти. У ході наукового дослідження використовувалися загальнонаукові методи пізнання: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, індукція та дедукція. Результати дослідження показують, що вплив соціальних мереж на громадську думку в Україні та ЄС має відмінний характер, зумовлений нерівномірністю регуляторного та освітнього середовища. У Європейському Союзі сформовано комплексну та цілісну систему нормативного регулювання діяльності онлайн-платформ. Це підтверджується дією таких ключових документів, як Digital Services Act, що встановлює вимоги до модерації контенту, прозорості реклами та застосування risk-based підходу до великих онлайн-платформ; GDPR, який гарантує захист персональних даних і регламентує обмеження щодо профілювання; AVMSD, що визначає обов'язки держав у сфері медіаграмотності та аудіовізуального контенту; Кодекс практики протидії дезінформації 2022 року; а також Регламент про прозорість і таргетування політичної реклами. Така система створює правове поле, яке суттєво обмежує можливості маніпулятивного впливу на користувачів і підсилює роль соціальних мереж як простору для демократичної дискусії. Водночас в Україні регуляція соціальних мереж є фрагментарною і зводиться до окремих положень різних законодавчих актів, які лише частково охоплюють інформаційні потоки. Досліджено, що відсутність єдиної стратегії державної політики та цілісного регуляторного дизайну знижує ефективність захисту громадської думки від маніпуляцій та дезінформації. Практичне значення дослідження полягає в обґрунтуванні напрямів адаптації української інформаційної та освітньої політики до європейських стандартів задля підвищення стійкості громадської думки в умовах цифровізації та інформаційних загроз.*
**Ключові слова:** *соціальні мережі, громадська думка, регулювання, медіаосвіта, Європейський Союз.*

*The article examines the influence of social media on the process of shaping public opinion in Ukraine and the European Union, taking into account the specifics of legal regulation and educational policy. The purpose of the study is to determine the nature and peculiarities of social media's impact on public opinion in a comparative context between Ukraine and the EU, as well as to identify key differences in regulatory frameworks and approaches to media education. The research employed general scientific methods of cognition: analysis, synthesis, comparison, generalization, induction, and deduction. The findings show that the influence of social media on public opinion in Ukraine and the EU is significantly different due to the uneven development of regulatory and educational environments. The European Union has established a comprehensive and consistent regulatory framework for online platforms. This is confirmed by the adoption of such key documents as the Digital Services Act, which sets requirements for content moderation, advertising transparency, and the application of a risk-based approach to large online platforms; the GDPR, which ensures the protection of personal data and regulates restrictions on profiling; the AVMSD, which defines the responsibilities of states in the field of media literacy and audiovisual content; the 2022 Code of Practice on Disinformation; and the Regulation on the transparency and targeting of political advertising. This system creates a legal environment that significantly limits opportunities for manipulative influence on users and strengthens the role of social media as a space for democratic debate. In contrast, regulation of social media in Ukraine remains fragmented and limited to certain provisions in separate legislative acts, which only partially cover information flows. The study demonstrates that the absence of a unified state policy strategy and an integrated regulatory framework reduces the effectiveness of protecting public opinion from manipulation and disinformation. The practical significance of the study lies in substantiating directions for adapting Ukraine's information and educational policies to European standards in order to strengthen the resilience of public opinion in the context of digitalization and information threats.*
**Key words:** *social media, public opinion, regulation, media education, European Union.*

**Постановка проблеми.** У сучасному світі соціальні мережі стали одним з ключових чинників формування громадської думки та мобілізації суспільних настроїв. Для України це питання набуло особливої актуальності у зв'язку з війною, коли інформаційний простір використовується як

поле бою не менш активно, ніж військовий фронт. Кампанії дезінформації, маніпулятивні вкиди та координовані інформаційні атаки здатні впливати на політичні рішення, створювати панічні настрої, підривати довіру до державних інституцій та послаблювати національну єдність. Соціальні мережі в цьому контексті перетворюються не лише на засіб комунікації, але й на інструмент стратегічного впливу, що визначає поведінку громадян і напрями розвитку суспільного дискурсу.

Попри таку значущість цифрового середовища, держава демонструє недостатню відповідальність у сфері його регулювання. В Україні відсутній єдиний закон, що спеціалізовано регулює діяльність соціальних мереж, а наявні нормативні акти охоплюють лише загальні питання інформаційних потоків, реклами та захисту персональних даних. Освітня політика також залишається фрагментарною: масова медіаосвіта не інтегрована в систему базової чи вищої освіти, а реалізується здебільшого у форматі поодиноких ініціатив громадських організацій чи курсів для зацікавлених груп. Таким чином, суспільство опиняється на передовій інформаційних воєн без належних правових інструментів і системної підготовки громадян, що створює високі ризики для стійкості громадської думки та інформаційної безпеки країни.

**Аналіз останніх наукових досліджень і публікацій.** Питання впливу соціальних мереж на формування громадської думки в Україні та країнах Європейського Союзу є достатньо дослідженим як у вітчизняній, так і у зарубіжній науковій літературі, що зумовлено швидким зростанням ролі цифрових платформ у суспільно-політичному та інформаційному житті. В українському контексті значну увагу приділено нормативно-правовому регулюванню медіасфери. Водночас публікації у професійних виданнях, зокрема матеріали Н. Петрухи, М. Тріпака та В. Федорчука [9], демонструють застосування інтерактивних технологій у контексті розвитку стресостійкості, що опосередковано пов'язано з інформаційним впливом соціальних мереж.

У європейському науковому дискурсі переважають дослідження, присвячені медіаграмотності як ключовому чиннику формування критичного мислення та протидії маніпуляціям. Значний внесок зробили такі інституції, як Європейська асоціація глядацьких інтересів (EAVI) [12], Європейська комісія [13], а також Media & Learning Association [14], які розробляють освітні програми та звіти щодо підвищення медіаграмотності в країнах ЄС. Аналітичні огляди Європейської парламентської дослідницької служби, зокрема робота Т. Лаанінена [15], підкреслюють значення медіаосвіти у контексті демократичних процесів. Особливу увагу приділено регуляції дезінформації через прийняття Digital Services Act, що детально аналізується у працях Р. О'Фатайга, Д. Бюйса та Й. ван Хобокена [16], а також П. Вольтерса і Ф. Зюйдервена Боргезіуса [18]. Ці дослідження висвітлюють не лише юридичний вимір, але й вплив нових правил на онлайн-рекламу та політичну комунікацію.

Для поглиблення аналізу використовувалася й експертна література, зокрема сучасні публікації у фахових інтернет-виданнях, таких як «Закон Онлайн» [11], які адаптують складні законодавчі аспекти до практичних потреб користувачів та пояснюють вплив цифрових платформ на суспільні процеси.

Попри наявність значної кількості літератури з цієї теми, все ще відчувається нестача систематизованого матеріалу, який би комплексно поєднував український та європейський досвід у сфері впливу соціальних мереж на формування громадської думки. Тому у дослідженні з використанням різних методів наукового пізнання було проаналізовано, погруповано та систематизовано інформацію, що дало змогу розкрити проблему у зв'язку з поставленою темою.

**Метою статті** є з'ясування особливостей впливу соціальних мереж на формування громадської думки в Україні та Європейському Союзі, а також визначення ключових відмінностей у підходах до їх нормативного регулювання та освітньої політики. У ході дослідження передбачається проаналізувати європейський досвід правового врегулювання цифрових платформ, розкрити стан та проблеми українського законодавства у сфері соціальних медіа, а також оцінити роль медіаосвіти у зміцненні інформаційної безпеки. Це дасть змогу сформулювати висновки щодо необхідності адаптації українських практик до стандартів ЄС з урахуванням викликів воєнного часу.

**Виклад основного матеріалу.** У країнах Європейського Союзу питання впливу соціальних мереж на формування громадської думки розглядається як один з ключових викликів для сучасної демократії. ЄС поступово виробив комплексну нормативну й інституційну систему, спрямовану на забезпечення прозорості, безпеки та підзвітності цифрових платформ. Центральне місце у цій системі посідає ухвалений у 2022 році Digital Services Act (DSA), який набув чинності у 2024 році. Європейська комісія ухвалила Digital Services Act (DSA) як ключовий нормативний документ, спрямований на захист громадян Європейського Союзу від цілеспрямованих інформаційних маніпуляцій, зокрема від поширення дезінформації у соціальних мережах. Попри те, що саме поняття «дезінформація» не отримало чіткого визначення у тексті регламенту і прямо не згадується в його статтях, DSA створює цілісну систему правил для онлайн-платформ, які мають забезпечувати «безпечне, передбачуване та надійне» інформаційне середовище (стаття 1 (1) DSA) [16]. У межах цього документа передбачено низку механізмів, які дають змогу виявляти й оперативно видаляти незаконний контент, включно з випадками дезінформації, якщо вона підпадає під кримінальне законодавство окремих держав-членів ЄС.

Стаття 9 DSA уповноважує національні судові та адміністративні органи видавати обов'язкові розпорядження щодо дій проти незаконного контенту.

Стаття 16 DSA запроваджує механізм повідомлень і дій (*notice-and-action mechanism*), який зобов'язує онлайн-платформи створити інструменти для подання скарг користувачами та своєчасного реагування на них.

Стаття 22 DSA встановлює інститут "trusted flaggers" – довірених повідомлювачів, якими можуть бути державні органи чи уповноважені інституції. Повідомлення від таких суб'єктів підлягають обов'язковому і пріоритетному розгляду.

Відповідно до статті 34 DSA, такі платформи з кількістю користувачів понад 40 млн осіб зобов'язані здійснювати регулярну оцінку системних ризиків, серед яких зазначено поширення незаконного контенту, негативний вплив на свободу вираження поглядів, загрози для громадського дискурсу та виборчих процесів, а також для громадської безпеки. У цьому контексті дезінформація розглядається як фактор, що може призводити до виникнення таких ризиків. Згідно зі статтею 35 DSA, платформи повинні вживати пропорційних заходів для зменшення виявлених ризиків, включно з адаптацією алгоритмів, зміною механізмів модерації контенту та співпрацею з перевіреними організаціями [16].

Стаття 14 (4) DSA встановлює, що застосування платформами власних правил модерації контенту повинно відбуватися з «належним урахуванням» фундаментальних прав користувачів, включно зі свободою вираження, гарантованою статтею 11 Хартії основоположних прав ЄС.

Стаття 17 DSA зобов'язує платформи надавати користувачам обґрунтовані пояснення у разі видалення або обмеження їхнього контенту, а стаття 20 DSA гарантує право на оскарження рішень через внутрішні механізми розгляду скарг, а також через незалежні органи позасудового врегулювання спорів (стаття 21 DSA).

Таким чином, DSA створює регуляторне середовище, яке, з одного боку, передбачає ефективні механізми боротьби з незаконною дезінформацією, а з іншого – гарантує захист свободи вираження громадян, запобігаючи надмірним обмеженням. Завдяки цьому документу Європейський Союз закладає баланс між протидією маніпулятивному інформаційному впливу в соціальних мережах та збереженням демократичних стандартів комунікації [16].

У Digital Services Act (DSA) визначено чіткі вимоги до онлайн-реклами, які спрямовані на забезпечення прозорості, підзвітності та захисту прав користувачів. Документ систематизує правила, що стосуються як усіх онлайн-посередників, так і особливо великих платформ (VLOPs) та пошукових систем (VLOSEs). Основні вимоги можна звести до кількох ключових блоків. По-перше, передбачено обов'язки регулярного звітування щодо модерації контенту, включно з рекламою, що дає змогу контролювати кількість скарг, спорів, рішень про видалення та блокування. По-друге, установлено обов'язок створювати публічні репозиторії реклами, які дають змогу дослідникам, журналістам та громадськості відстежувати інформацію про зміст оголошень, їхніх замовників, платників, період показу та цільову аудиторію. По-третє, закон вводить обмеження на використання персональних даних у рекламних практиках: заборонено профілювання на основі чутливих даних, а також таргетовану рекламу на дітей. Нарешті, документ вимагає від великих платформ забезпечувати доступ до даних як для регуляторних органів, так і для перевірених дослідників, щоб здійснювати незалежний нагляд за ризиками, пов'язаними з онлайн-рекламою [18].

В Україні система регулювання соціальних мереж ґрунтується не на спеціалізованому законі,

Таблиця 1

**Вимоги до онлайн-реклами згідно з документом**

| Сфера регулювання | Зміст вимог |
|---|---|
| Звітування | Провайдери послуг повинні регулярно публікувати звіти про модерацію контенту (статті 15, 24 DSA). Для VLOPs і VLOSEs це робиться двічі на рік з більш деталізованими даними, що охоплюють також рекламний контент. |
| Репозиторії реклами | Встановлено обов'язок (стаття 39 DSA) створювати публічні бази даних реклами, доступні для пошуку та дослідження, з інформацією про зміст оголошень, замовника, платника, параметри таргетингу, аудиторію та причини видалення реклами. |
| Прозорість модерації реклами | У разі видалення реклами замість її змісту в репозиторії зазначаються причини видалення або правові підстави рішень, що забезпечує підзвітність дій платформ. |
| Обмеження профілювання | Заборонено використовувати чутливі персональні дані для реклами (стаття 26 (3) DSA, ст. 9 (1) GDPR) та застосовувати таргетовану рекламу для дітей (стаття 28 DSA). VLOPs/VLOSEs зобов'язані також пропонувати користувачам опцію відмови від реклами на основі профілювання (стаття 38 DSA). |
| Доступ до даних | Згідно зі статтею 40 DSA, VLOPs і VLOSEs зобов'язані надавати дані Європейській комісії та перевіреним дослідникам для аналізу системних ризиків, у тому числі пов'язаних з рекламними практиками. |

*Примітка:* систематизовано авторами на основі джерела [18].

а на ширшій нормативно-правовій базі, яка охоплює сферу інформатизації, доступу до інформації, реклами та захисту персональних даних. Ключову роль відіграє кілька законів. Закон «Про друковані засоби масової інформації (пресу в Україні)» [2] втратив чинність, натомість актуальний Закон України «Про медіа» [4] заклав основу правового регулювання мас-медіа в державі, проте його положення майже не адаптовані до цифрової комунікації та соціальних платформ. Закон «Про доступ до публічної інформації» [1] визначає процедури отримання громадянами інформації від органів влади та закріплює принцип прозорості, але не врегульовує особливості поширення контенту в соціальних мережах. Важливим також є Закон «Про рекламу» [5], який встановлює правила поширення рекламної інформації, у тому числі в електронних медіа, однак не охоплює повною мірою специфіку таргетованої та поведінкової реклами у соціальних мережах [7].

Окрему роль відіграють норми щодо захисту персональних даних, зокрема Закон України «Про захист персональних даних» [3], який формально наближений до європейського законодавства, однак практично не має достатніх механізмів контролю за діяльністю глобальних платформ. Також застосовуються укази Президента, акти Кабінету Міністрів України та профільних відомств (наприклад, Міністерства цифрової трансформації), які регулюють інформаційну безпеку, функціонування телекомунікацій і кіберзахист. Проте всі ці документи стосуються переважно загальних інформаційних потоків, а не специфічної сфери соціальних мереж.

В Україні питання безпечного використання соціальних мереж регулюється низкою законодавчих актів, які формують базову систему захисту прав користувачів у цифровому середовищі. Хоча спеціального закону саме про соціальні мережі наразі немає, низка загальних правових норм охоплює основні ризики онлайн-комунікації [11]:

захист авторських прав регулюється *Законом України «Про авторське право і суміжні права»*, який встановлює відповідальність за незаконне використання чужих фото, відео, текстів чи іншого контенту;

захист честі, гідності та ділової репутації закріплений у *Цивільному кодексі України* (статті 297–299), що дає можливість вимагати спростування недостовірної інформації та компенсації завданої шкоди;

право на приватність та персональні дані визначено *Законом України «Про захист персональних даних»* та *Законом «Про доступ до публічної інформації»* – вони встановлюють обмеження на розкриття приватної інформації без згоди особи;

відповідальність за наклеп, погрози та образи регулюється нормами *Кримінального кодексу України* (стаття 189 – вимагання, стаття 295 – заклики до насильства, стаття 161 – порушення рівноправності за ознаками).

Адміністративна відповідальність за порушення правил онлайн-комунікації закріплена у *Кодексі України про адміністративні правопорушення* (КУпАП), зокрема у статтях, що стосуються порушення правил реклами, розповсюдження неправдивих відомостей чи неправомірного використання персональних даних.

Таким чином, хоча законодавство не виділяє окремо соціальні мережі, ключові правові акти дають змогу регулювати питання онлайн-безпеки через загальні норми інформаційного та кримінального права. Це означає, що кожна дія користувача в мережі може мати юридичні наслідки: від адміністративних штрафів до кримінального переслідування [11].

На рівні державної політики регулювання соціальних мереж часто інтегрується у ширший контекст інформаційної безпеки та протидії дезінформації. Так, в умовах гібридної війни Росії проти України питання інформаційних загроз набули статусу пріоритетних. Прийняті Стратегія кібербезпеки України та окремі акти РНБО визначають боротьбу з дезінформацією у соціальних мережах як складову частину національної безпеки [7]. Водночас відсутність єдиного спеціального закону про соціальні мережі чи цифрові платформи створює серйозні прогалини в регуляторному полі, що не дає змоги ефективно контролювати поширення небезпечного чи маніпулятивного контенту.

На відміну від Європейського Союзу, де функціонує гармонізована система регулювання, що включає Директиву 95/46/ЄС про захист персональних даних та новіший Загальний регламент про захист даних (GDPR), в Україні відсутня уніфікована концепція контролю за діяльністю соціальних мереж. Це створює серйозну проблему, оскільки глобальні платформи, такі як Facebook, Instagram чи TikTok, залишаються поза межами національної юрисдикції, а наявні українські норми здебільшого спрямовані на традиційні медіа та загальне регулювання реклами.

Особливої гостроти ця проблема набула під час воєнного стану. Соціальні мережі стали ключовим каналом отримання інформації населенням, проте одночасно вони перетворились на інструмент поширення дезінформації, панічних настроїв і маніпуляцій. В умовах війни це становить пряму загрозу національній безпеці та соціальній стабільності. Саме тому відсутність цільових програм державної медіаполітики та законодавчих механізмів протидії зловживанням у соціальних мережах можна вважати системною прогалиною.

Наявні рекомендації міжнародних організацій, зокрема робочих груп із захисту даних у сфері телекомунікацій, підкреслюють важливість освітніх програм для користувачів, запровадження інструментів захисту персональних даних, прозорості діяльності платформ, контролю за використанням дитячих акаунтів та створення механізмів швидкого видалення профілів. В Україні ці рекомендації реалізуються лише

частково, переважно через освітні ініціативи громадських організацій.

Таким чином, можна констатувати, що українське законодавство у сфері регулювання соціальних мереж перебуває на етапі становлення. Воно охоплює лише загальні інформаційні процеси й не містить спеціалізованих норм, які б враховували європейські стандарти прозорості, захисту персональних даних та боротьби з дезінформацією. Подальший розвиток цієї сфери потребує адаптації до норм ЄС, насамперед у напрямі комплексного правового регулювання онлайн-платформ, що особливо актуально в умовах війни, коли інформація стає стратегічним ресурсом і фактором суспільної безпеки.

Окрім регулювальної функції управління соціальними мережами, в країнах ЄС активно впроваджується система освіти громадян. У Європі розвиток медіаграмотності став пріоритетом з початку 2000-х років, проте найбільш активно ці програми почали впроваджуватися після ухвалення Директиви про аудіовізуальні медіапослуги (AVMSD) та подальших стратегічних документів. Особливо вираженою є Європейська стратегія з медіаграмотності [13], що визначає необхідність формування у громадян критичного мислення, здатності розпізнавати дезінформацію та відповідально користуватися цифровими медіа. Ця стратегія закріпила вимогу до держав-членів розробляти власні національні політики й подавати звіти про їх реалізацію.

Крім загальноєвропейських стратегічних рамок, у багатьох країнах ЄС прийнято національні документи, які включають програми в освітніх системах, державні кампанії та інституційні заходи. Такі документи мають на меті підвищення стійкості суспільства до інформаційних маніпуляцій, а також формування компетентності вчителів і молоді у сфері роботи з інформацією.

В Україні сьогодні практично не існує системних державних програм, спрямованих на навчання роботі в соціальних мережах. Замість цього пропонуються окремі тренінги та курси, які мають переважно освітньо-бізнесове спрямування та орієнтовані на тих, хто вже зацікавлений у сфері цифрових технологій.

Наприклад, платформа Prometheus [17] пропонує курс «SMM: фундамент», який дає базові знання з просування та реклами в соціальних мережах. На державному ресурсі «Дія.Цифрова освіта» [6] доступний тренажер «Кібергігієна: як захиститися від фішингу», що зосереджується на безпечному користуванні цифровим простором, однак не є частиною загальної шкільної чи університетської програми. Також Київська школа економіки [8] у своїх освітніх проєктах має курс «Інтернет-маркетинг», який охоплює питання роботи із соціальними мережами в контексті цифрової економіки.

Таблиця 2

**Європейські програми та проєкти у сфері медіаграмотності**

| Програма / проєкт | Детальний опис |
|---|---|
| Digital Strategy – Media Literacy | Європейська стратегія цифрових послуг визначає медіаграмотність як базовий елемент цифрової компетентності громадян. Вона орієнтована на створення єдиного підходу до підвищення обізнаності щодо інформаційних ризиків і передбачає як інституційну, так і освітню підтримку. Зокрема, країни-члени повинні запроваджувати програми з медіаосвіти в навчальних закладах, проводити національні кампанії та розробляти інструменти оцінки ефективності політики. Стратегія також стимулює об'єднання науковців, журналістів та громадських організацій для обміну практиками [15]. |
| TeaMLit Project | Цей проєкт реалізується у шести країнах ЄС (Австрія, Кіпр, Фінляндія, Греція, Литва, Нідерланди) і спрямований на підготовку викладачів та тренерів для розвитку медіаграмотності в системі освіти. TeaMLit розробляє навчальні модулі для вчителів, надає практичні матеріали для шкільних програм та проводить тренінги для освітян. Особлива увага приділяється розвитку критичного мислення в учнів, умінню працювати з алгоритмами соціальних мереж, а також розпізнавати дезінформацію та маніпулятивні практики онлайн [13]. |
| EPRS Briefing | Аналітичний звіт Європейського парламенту акцентує увагу на медіаграмотності як ключовій громадянській компетентності в умовах цифрової інформаційної екосистеми. У документі підкреслюється важливість медіаосвіти для підтримки демократичних процесів та боротьби з дезінформацією, особливо під час виборів. У ньому наведено приклади національних політик у країнах ЄС, показано їхню роль у захисті молоді та зміцненні здатності громадян розпізнавати недостовірну інформацію. Окремо висвітлюється зв'язок медіаграмотності з виконанням Кодексу практики з дезінформації. |
| EAVI – Media Literacy | Європейська асоціація інтересів глядачів активно підтримує розвиток медіаграмотності серед широкої аудиторії. Вона розробляє освітні ресурси, проводить дослідження і створює кампанії, спрямовані на підвищення критичного сприйняття інформації. Організація виступає посередником між інституціями ЄС, освітніми закладами та громадянським суспільством, просуваючи підхід, який розглядає медіаграмотність як передумову демократичної участі та культурного розвитку. |

*Примітка:* систематизовано авторами на основі джерел [12–15].

Водночас такі ініціативи залишаються доступними лише тим, хто цілеспрямовано цікавиться розвитком у сфері SMM та інтернет-маркетингу. Вони не інтегровані до системи загальної освіти й не формують у широких мас населення навичок грамотного й безпечного використання соціальних мереж.

З огляду на те що соціальні медіа формують значну частину інформаційного середовища, держава має не лише відповідати за його якість, але й забезпечувати підготовку громадян до критичного та усвідомленого споживання контенту. Важливо створити нормативну базу у сфері медіаосвіти, а навчальні курси з користування засобами масової інформації мають викладатися нарівні з правознавством та іншими базовими дисциплінами у школах і закладах вищої освіти.

**Висновки.** Отже, вплив соціальних мереж на формування громадської думки в ЄС та Україні є відмінним, що зумовлено наявністю комплексного регулювання й освітніх програм у Європейському Союзі та фрагментарністю законодавства й відсутністю системних державних ініціатив в Україні. У ЄС нормативне регулювання діяльності онлайн-платформ вибудуване як цілісна система: Digital Services Act (DSA) (зокрема, вимоги до модерації, прозорості реклами, risk-based підхід до VLOPs/VLOSEs), GDPR (захист персональних даних і обмеження профілювання), AVMSD (обов'язки держав щодо медіаграмотності та аудіовізуального контенту), Кодекс практики щодо дезінформації 2022 та Regulation on Transparency and Targeting of Political Advertising. В Україні ж регуляція соціальних мереж є фрагментарною через низку законодавчих актів, що регулюють інформаційні потоки.

Освітня політика ЄС системно підсилює правове поле: Digital Education Action Plan, вимоги AVMSD щодо медіаосвіти, проєкти на кшталт TeaMLit, мережі EDMO/EAVI/Insafe, національні програми держав-членів – усе це інтегрує медіаграмотність у шкільні курикулуми, перепідготовку вчителів і громадянські кампанії. В Україні наявні окремі ініціативи (Дія.Освіта, курси з кібергігієни, поодинокі модулі з медіаграмотності, проєкти ГО), але немає загальнообов'язкового стандарту медіаосвіти в школі/ЗВО та сталої державної програми професійного розвитку педагогів у цій сфері.

Таким чином, для мінімізації маніпулятивного впливу соціальних мереж та захисту громадської думки Україні потрібна поетапна гармонізація з європейськими стандартами – імплементація DSA-подібних вимог (алгоритмічна та рекламна прозорість, доступ дослідників до даних, ризик-менеджмент VLOPs), посилення GDPR-сумісного захисту даних і масштабування медіаосвіти як публічної політики. Водночас регуляторний дизайн має враховувати виклики воєнного стану: протидію дезінформаційним операціям, швидкі процедури реагування без «перемодерації», баланс зі свободою вираження, а також координацію між регулятором, платформами й сектором перевірки фактів.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Верховна Рада України. Закон України «Про доступ до публічної інформації» від 13 січня 2011 року № 2939-VI. *Відомості Верховної Ради України*. 2011. № 32. С. 314. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2939-17.

2. Верховна Рада України. Закон України «Про друковані засоби масової інформації (пресу в Україні)» від 16 листопада 1992 року № 2782-XII. *Відомості Верховної Ради України*. 1992. № 1. С. 1. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2782-12.

3. Верховна Рада України. Закон України «Про захист персональних даних» від 1 червня 2010 року № 2297-VI. *Відомості Верховної Ради України*. 2010. № 34. С. 481. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2297-17.

4. Верховна Рада України. Закон України «Про медіа» від 13 грудня 2022 року № 2849-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2849-20.

5. Верховна Рада України. Закон України «Про рекламу» від 3 липня 1996 року № 270/96-ВР. *Відомості Верховної Ради України*. 1996. № 39. С. 181. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/270/96-вр.

6. Дія.Цифрова освіта. Кібергігієна: як захиститися від фішингу. Дія. 2022. URL: https://osvita.diia.gov.ua/simulators/cyber-hygiene-how-to-protect-yourself-from-phishing.

7. Карпець А. Правові проблеми регулювання соціальних мереж в Україні. *Актуальні проблеми міжнародних відносин*. 2012. № 107 (2). С. 105–109. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apmv_2012_107%282%29__18.

8. Київська школа економіки. Інтернет-маркетинг. *KSE*. 2024. URL: https://kse.ua/ua/kse-course/internet-marketing.

9. Петруха Н., Тріпак М., Федорчук В. Інтерактивні технології розвитку стресостійкості здобувачів з особливими освітніми потребами: прикладний аспект. *Вишкіл вищої та фахової передвищої інклюзивної освіти*. Кам'янець-Подільський, 2024. С. 45–62.

10. Рада національної безпеки і оборони України. Стратегія кібербезпеки України: Указ Президента України від 26 серпня 2021 року № 447/2021. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/447/2021.

11. Соціальні мережі та закон в Україні: що варто знати. *Закон Онлайн*. 2025. URL: https://zakononline.com.ua/blog/socialni-merezhi-ta-zakon-v-ukrayini-sho-varto-znati.

12. European Association for Viewers' Interests (EAVI). (n.d.). Media literacy. 2025. URL: https://eavi.eu/media-literacy.

13. European Commission. (n.d.). Media literacy. Digital Strategy. URL: https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/media-literacy.

14. Media & Learning Association. Enhancing media literacy education in Europe: Insights from the Third TeaMLit Project Report. URL: https://media-and-learning.eu/subject/media-literacy/enhancing-media-literacy-education-in-europe-insights-from-the-third-teamlit-project-report.

15. Laaninen T. Media literacy (EPRS Briefing 772886). European Parliamentary Research Service. URL: https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2025/772886/EPRS_BRI(2025)772886_EN.pdf.

16. Ó Fathaigh R., Buijs D., van Hoboken J. The regulation of disinformation under the Digital Services Act. Media and Communication, 2025. С. 13 (Protecting Democracy from Fake News: The EU's Role in Countering Disinformation). URL: https://www.cogitatiopress.com/mediaandcommunication/article/view/9615/4391.

17. Prometheus. SMM: фундамент. *Prometheus*. 2023. URL: https://prometheus.org.ua/prometheus-free/smm-foundation.

18. Wolters P., Zuiderveen Borgesius F. The EU Digital Services Act: what does it mean for online advertising and adtech? *arXiv*. 2025. URL: https://arxiv.org/pdf/2503.05764.

*Стаття надійшла у редакцію: 09.09.2025*
*Стаття прийнята: 22.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# FREE-LISTING TASK: WHAT IT IS, WHAT IT'S FOR AND HOW TO USE IT

# ПРОЦЕДУРА ФРІ-ЛІСТИНГУ: ЩО ЦЕ, ДЛЯ ЧОГО ВІН І ЯК ЙОГО ВИКОРИСТОВУВАТИ

UDC 303.621:008:394
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.2
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Maltseva K.S.**
Doctor of Sociological Sciences,
Associate Professorat the Department of Socilogy
National University of Kyiv-Mohyla Academy
ORCID ID: 0000-0001-6540-8734

*Studying culture is among the more complex and challenging tasks making the measurement of cultural phenomena far from unproblematic. Designing effective, culturally-sensitive measurement procedures is a central challenge across many social sciences interested in collecting reliable data about intangible things such as individual mental states or collective beliefs. The accuracy of data and the credibility of researcher's conclusions hinge on the robustness and sensitivity of the developed metrics and the precisions of the measurement process. Regardless disciplinary distinction, measurement also holds particular importance when studying social environments that are affected by cultural characteristics. Ethnographers often begin their studies by trying to identify and describe the cultural domains that are used by the people they are studying. One of the means to do that is by generating lists of items that the locals associate with the domain, which is called free-listing – a procedure developed by cognitive anthropologists. Recognition of free-listing as a productive tool in cultural research is increasing. A free-list is a free-association task that prompts a mental inventory of items an individual intuitively assigns to a given category. Free-listing is a simple and quick elicitation procedure based on collecting frequency counts and order of recall, computed from a pool of items obtained from multiple informants without the assumption of them being cultural experts. During this procedure the participants are asked to list features of the domain that come to mind, while the resulting lists allow insights into the local knowledge about the domain and its internal structure and variation. As an elicitation method free-listing is most useful as it requires minimal local knowledge on the researcher's part and therefore can be employed from the outset of the project. Free-listing can also be conceived as an alternative validity testing tool with respect to scale development procedure. The goal of this publication is to elucidate the purpose and function of the free-listing procedure, detail its steps and critically assess its practical applications and natural limitations.*
**Key words:** *free-listing, cultural domain, culture, ethnography, emic approach, methodological training, cross-cultural research.*

*Вивчення культури є одним з найскладніших і найвибагливіших завдань, що робить вимірювання культурних явищ доволі проблемним. Розроблення ефективних, культурно чутливих процедур вимірювання є центральним завданням у багатьох соціальних науках, що зацікавлені у зборі достовірних даних про нематеріальні речі, такі як індивідуальні психічні стани чи колективні уявлення. Точність даних та достовірність висновків дослідника залежать від надійності та чутливості розроблених метрик і точності процесу вимірювання. Незалежно від дисциплінарних відмінностей, вимірювання також має особливе значення під час вивчення соціального середовища, на яке впливають культурні характеристики. Етнографи часто починають свої дослідження, намагаючись визначити та описати культурні домени, якими користуються люди, яких вони вивчають. Один зі способів зробити це – створити списки атрибутів, які члени досліджуваної спільноти асоціюють з цією сферою, що називається «фрі-листінг», – процедура, розроблена когнітивними антропологами. Визнання фрі-листінгу продуктивним інструментом у культурних дослідженнях зростає. Фрі-листінг – це завдання на вільні асоціації, яке спонукає людину до уявного переліку елементів, які вона інтуїтивно відносить до певної категорії. Фрі-листінг – це проста та швидка процедура збору даних, що базується на зборі показників частоти та порядку згадування лексем, обчислених з пулу елементів, отриманих від кількох інформантів, без припущення, що вони є культурними експертами. Під час цієї процедури учасників просять перерахувати особливості домену, які спадають їм на думку, а отримані списки дають змогу отримати уявлення про місцеві знання про предметну галузь, її внутрішню структуру та варіативність. Як метод екстракції фрі-листінг є найбільш корисним, оскільки вимагає мінімальних знань локального контексту від дослідника, тому може бути застосований від самого початку проєкту. Фрі-листінг також можна розглядати як альтернативний інструмент перевірки валідності щодо процедури розроблення багатопозиційних шкал. Метою цієї публікації є роз'яснення призначення та функції процедури фрі-листінгу, деталізований опис її кроків і критичне оцінювання її практичного застосування та обмежень.*
**Ключові слова:** *фрі-лістинг, культурний домен, культура, етнографія, емічний підхід, викладання дослідницьких методів, крос-культурні дослідження.*

**Relevance and research problem.** Cultural notions do not exist in isolation in individual minds. Cultural ideas are embedded into a network of interrelated thoughts and concepts. These networks are organized in ways that link them to other ideas within cultural schemas of varying complexity. The connections and overlaps between these schemas give rise to larger agglomerations of culturally organized shared knowledge that guide the sense-making process typical for the cultural group's metal landscape. That way, they are instrumental to our ability to interpret our daily experiences, see meaning and valence in events, and establish the relations of cause and effect in the social world we inhabit. Explaining the logic of these connections is both the challenge for ethnographers and the task for methodologists [21; 27].

Ethnographers often begin their studies by trying to identify and describe the cultural domains that are used by the people they are studying [2, p. 81; 7]. One method known for its effectiveness in this task is free-listing. A free-list is a free-association task that prompts a mental inventory of items an individual intuitively assigns to a given category [4; 8; 11; 15; 19–21]. Recognition of free-listing as a productive tool in cultural research is increasing [10–13; 23]. As an elicitation method free-listing is most useful as it requires minimal local knowledge on the researcher's part and therefore can be employed from the outset of the project. Free-listing can also be conceived as an alternative validity testing tool with respect to scale development procedure [1]. Social scientists, most especially cognitive anthropologists, often emphasize the importance of testing construct validity and providing evidence of cross-task validity, yet it is rarely done in ethnography, even when multi-item scales are involved [1, p. 2].

While free-listing technique is widely and consistently used, the dynamic of its use reflects some debates and tensions underlying them. Some of the contentious issues include how to interpret salience, how to account for inter-informant variation within generated free-lists, and how to ensure cultural sensitivity while creating prompts for free-listing and interpreting its results, as well as the question of general depth of the interpretation allowed for by free-listing results.

**Review of current research and publications.** Free-listing has evolved from a niche tool for ethnographic field inquiry into a widely adopted, versatile method for different disciplines [4]. With its origins in cognitive anthropology, it was first designed to uncover cultural patterns expressed in cultural domain structure by capturing how individuals spontaneously list items related to a concept. Over time, researchers have recognized the breadth of analytic powers offered by free-listing – including introducing salience metrics, combining it with other techniques (such as pile sorting) or using it for scale development, – as well as its adaptability to diverse social contexts. During several decades, the frequency of each item and the order of citation were used as separate measures of salience [2; 27], but they were later combined into one Salience Index [4]. Computing the Salience Index is relatively simple, and while specialized software can be used [4], it can also be done manually in Excel (PivotTables).

Free-listing was initially developed by cognitive anthropologists in the early 1980s as a qualitative technique for exploration of cultural domains and was mainly used to explore how people in different cultural groups conceive of various categories such as kinship, food, diseases etc. To administer free-listing, an informant is usually asked to name all items that come to mind in response to a given stimulus *("What kinds of X do you know?"*). The resulting lists are then analyzed for salience and frequency counts across the informants to identify shared beliefs or collectively prioritized ideas [14; 24; 25].

Since its inception this technique has left the anthropological terrain and has been widely used to collect information in public health, ethnobotany, consumer behavior and marketing, as well as education and sociolinguistics [5; 8; 9; 17–20]. The technique has gained traction and is valued for its speed, relative simplicity and ability to uncover emic categories that are otherwise implicit.

Free-listing is usually employed as part of cultural domain analysis, item salience estimation, interview design and multi-item scale development. While its application is quite versatile, it is useful to review what free-listing procedure can be used for, what it can offer and what some of its shortcomings are. **This publication aims to** elucidate the purpose and function of the free-listing procedure, detail its steps and critically assess its practical applications and natural limitations.

**Applications and limitations of free-listing technique**

Free-listing is a simple and quick elicitation procedure based on collecting frequency counts and order of recall, computed from a pool of items obtained from multiple informants without the assumption of them being cultural experts.

*Free-listing task: purpose and function*

The purpose of free-listing is to uncover how individuals or groups mentally organize and prioritize concepts within a specific cultural domain. During this procedure the participants are asked to list features of the domain that come to mind, while the resulting lists allow insights into the local knowledge about the domain and its internal structure and variation. Free-listing is usually introduced at the initial stage of a project to help the investigator outline the salient features of the domain presumably unknown to them and to ensure the emic nature of the categories obtained in observations. It can also help obtain evidence of cultural sharing with respect to knowledge, based on similarities, inter-informant overlap and frequency of listed items. While free-listing collects qualitative information (e.g., words), it introduces the elements of quantification and is easily quantifiable [8; 11].

*Free-listing task: how it works*

Free-listing is an established, effective procedure that rests on three assumptions [12]. First, when participants engage in free-listing task, the order of items on the produced list reflects the degree of their familiarity. Things on top of the list can be assumed to be more focal and central with respect to other elements of the domain and are more available in recall, which means that they are likely to appear first. Second, individuals who know more about the domain would list more terms than novices who know less about the domain and whose lists will be shorter. Third, items mentioned most frequently tend to reflect local preference [12].

Once responses (i.e. lists of items) are collected and entered, the analysis begins with data cleaning.

The first step is checking for typos, unifying spelling, identifying and grouping synonyms. At this point the researcher has to decide[1] whether closely semantically related items should be treated as distinct concepts or collapsed as synonyms. Then based on the resulting lists item frequency is examined identifying which items appear most often across participants and which are unique[2] to each specific participant. Then, to assess the relative importance or prominence of items, salience scores can be calculated, which combine information on how frequently an item is mentioned, how early it appears in each list, and the length of the list itself. Items that are mentioned often and early tend to be more culturally salient. Further analysis comparing free-listing results from different social or age groups could be useful, as it can reveal potential insights or informative patterns in similarities, contrasts, omissions, and emphases embedded into free-listed items.

*Free-listing task: what it can and cannot do*

Free-listing can be administered for a wide array of spheres [5; 9; 17; 18; 22; 26] and in various formats – including walking [13] – and offers invaluable insights, most notably to prevent an inadvertent imposition of researcher's own categories. In various combinations of groups of free-listing informants, it can generate rich and nuanced information that provides a practical foundation for forthcoming interviews or scale development. It does not require large samples to work, can be administered to several individuals simultaneously, and offers substantial understanding about the features of the domain without demanding extensive local knowledge from the researcher.

While a useful and practical elicitation tool, free-listing procedure has its limitations [4; 13]. One of the difficulties deals with recall bias, as an individual can forget items or only list the most obvious or trivial ones that lack nuance and elaboration. Another aspect of recall deals with effects of order, namely that the items that appear at the top of the list may just be easier to recall. Depending on the domain and historical context, items can be reduced to the list of things that are most frequently displayed in the media or on social network websites, or are salient due to the circumstances rather than their inherent salience to the group (for example, as in case of an impending final exam, a physical injury, a scheduled surgery or an ongoing war).

Another aspect of limitations associated with free-listing has to do with the fact that this procedure elicits words. In this case the length and contents of the generated inventory would depend on the extensiveness of one's lexicon. While the role of cultural capital and social background is rarely discussed in the context of free-listing, these factors do influence the word use (metaphors, irony etc.), size of vocabulary and linguistic style.

Another limitation of free-listing is that while the items provide structure and offer a tentative outline of the domain, they do not reveal the relationships among themselves (thus falling short of uncovering inter-item correlations) or support exploration of logical networks linking them. We also do not gain an understanding as to why the item was chosen, so the rationale behind the item selection remains unclear.

**Conclusions.** Cultural knowledge is not perfectly homogenous but accommodating a number of variants circulating within a group. Some individuals are more knowledgeable about a cultural domain, others less so. One likely source of the existing intra-cultural variation in knowledge is simply the amount of knowledge one possesses about the domain (i.e. "expertise" or "competence"). Yet to understand how cultural knowledge is socially distributed, it is important to consider not only the distinctions in how much information one has, but also variations in its content and structure. Differences in shared knowledge within a group are also shaped by various social factors such as age, education, gender etc. Different social groups can hold quite distinct worldviews shaped by the underlying foundational cultural assumptions that they uphold or contest. These assumptions guide individual's behavior in the society, mold their mental habits, and affect life outcomes. Devising instruments to measure cultural knowledge is therefore a task of practical importance.

Designing effective, culturally-sensitive measurement procedures is a central challenge across many social sciences interested in collecting reliable data about intangible things such as individual mental states or collective beliefs [1; 16]. The accuracy of data and the credibility of researcher's conclusions hinge on the robustness of the developed metrics and the precisions of the measurement process. Regardless disciplinary distinction, measurement remains a vital element of scientific inquiry. It also plays a crucial role in all scholarly endeavors and holds particular importance when studying social environments [3; 6; 28]. Rigorous measurement serves as the primary link between the researchers and the real-world phenomena they seek to understand and explain – a particularly critical function when the object of study is affected by cultural factors [28]. Free-listing is a valuable methodological tool that bridges the emic perspective with the potential for developing rigorous measurement. Ethnographic techniques such as free-listing can be used to further refine the operationalization of research constructs. As a data extraction method, it enables to capture cultural nuance and supports procedures that allow for direct validity testing (i.e. multi-item scale development) thus strengthening the overall measurement network.

[1] At this juncture some subjectivity enters the analysis, as the resulting salience scores are dependent on the perception and similarity judgment of the researcher.

[2] However, frequency alone does not offer an exhaustive explanation, and often quite many of the listed items are unique (appearing only once). This proportion depends on the domain in question.

**BIBLIOGRAPHY:**

1. Bendixen T., Purzycki B. G. Cognitive and cultural models in psychological science: a tutorial on model-

ing free-list data as a dependent variable in Bayesian regression. *Psychological Methods*. 2025. Vol. 30. № 2. P. 223–239. https://doi.org/10.1037/met0000553.

2. Borgatti S.K., Halgin D.S. Elicitation techniques for cultural domain analysis. In: Schensul, J.J. and LeCompte, M.D. (eds.): Specialized Ethnographic Methods: a mixed methods approach. Vol. 4. Pp. 89–119. AltaMira Press, New York, 2013.

3. Carmines E.G., Zeller R.A. Reliability and validity assessment. Newbury Park, CA: Sage, 1979.

4. Chaves L.S., Nascimento A.L.B., Albuquerque U.P. What matters in free listing? A probabilistic interpretation of the salience index. *Acta Botanica Brasilica*. 2019. Vol. 33. № 2. P. 360–369. https://doi.org/10.1590/0102-33062018abb0330.

5. Cuffia F., Rojas-Rivas E., Urbine A. et al. Using the free listing technique to study consumers' representations of traditional gastronomy in Argentina. *Journal of Ethnic Food.* 2023. Vol. 10. № 2. P. 1–13. https://doi.org/10.1186/s42779-023-00166-7.

6. DeVellis R.T. Scale development. Theory and applications. Second Edition. Applied Social Science Research Methods Series (Vol. 26). Thousand Oaks: SAGE Publications, 2003.

7. Dengah H.J.F., Snodgrass J.G., Polzer E.R., Nixon W.C. Systematic methods for analyzing culture. New York, 2021.

8. Keddem S., Barg F.K., Frasso R. Practical guidance for studies using freelisting interviews. *Prevention of Chronic Diseases*. 2021. Vol. 18. 200355. https://doi.org/10.5888/pcd17.200355.

9. Kim D., Kwak H., Lim M., Lee Y. Comparison of check-all-that-apply (CATA), rate-all-that-apply (RATA), flash profile, free listing, and conventional descriptive analysis for the sensory profiling of sweet pumpkin porridge. *Foods*. 2023. Vol. 12. 3556. https://doi.org/10.3390/foods12193556

10. Kuchynskyi O. Using free-listing technique to develop measures of group consensus the case of language choice in Ukraine. *Scientific Papers of NaUKMA: Sociology*. 2022. Vol. 5. P. 26–38. https://doi.org/10.18523/2617-9067.2022.5.26-38

11. Placek C.D., Budzielek E., White L., Williams D. Anthropology in evaluation: Free-listing to generate cultural models. *American Journal of Evaluation*. 2023. Vol. 45. №1. P. 133–145. https://doi.org/10.1177/10982140221116095.

12. Quinlan M.B. The freelisting method. In P. Liamputtong (Ed.), *Handbook of research methods in health social sciences* (pp. 1431–1446). Springer, Singapore, 2019. https://doi.org/10.1007/978-981-10-2779-6_12-1

13. Quinlan M. Considerations for collecting free lists in the field: Examples from ethnobotany. *Field Methods*. 2005. 17. 219–234.

14. Robbins M.C., Nolan J.M., Chen D. An improved measure of cognitive salience in free listing tasks: A Marshallese example. *Field Methods*. 2017. Vol. 29. № 4. P. 395–403. https://doi.org/10.1177/1525822X17726726.

15. Ryan G.W., Nolan J.M., Yoder P.S. Successive free listing: Using multiple free lists to generate explanatory models. *Field Methods*. 2000. Vol. 12. № 2. P. 83–107. https://doi.org/10.1177/1525822X0001200201.

16. Snodgrass J.G., Dengah H.J.F. 2nd, Sagstetter S.I., Zhao K.X. Causal inference in ethnographic research: refining explanations with abductive logic, strength of evidence assessments, and graphical models. *PloS One*. 2024. Vol. 19. № 5. e0302857. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302857.

17. Schrauf R., Sanchez J. Age effects and sample size in free listing. *Field Methods*. 2010. Vol. 22. № 1. P. 70–87. https://doi.org/10.1177/1525822X09359747.

18. Schrauf R.W., Sanchez J. Using freelisting to identify, assess, and characterize age differences in shared cultural domains. The Journals of Gerontology: Series B. 2008. Vol. 63. № 6. P. S385–S393, https://doi.org/10.1093/geronb/63.6.S385.

19. Smith J.J. Using ANTHOPAC 3.5 and a spreadsheet to compute a free-list salience index. *Cultural Anthropology Methods*. 1993. Vol. 5. № 3. P. 1–3. https://doi.org/10.1177/1525822X9300500301.

20. Smith J.J., Borgatti S.P. Salience counts and so does accuracy: Correcting and updating a measure for free-list-item salience. *Journal of Linguistic Anthropology*. 1997. Vol. 7. P. 208–209.

21. Souleles D. Meaning in the miscellany of a cultural domain. *Field Methods*. 2018. Vol. 30. № 4. P. 345–356. https://doi.org/10.1177/1525822X18781822.

22. Sousa D.C.P., Soldati G.T., Monteiro J.M., *et al.* Information retrieval during free listing is biased by memory: Evidence from medicinal plants. *PLOS ONE*. 2016. Vol. 11. e0165838. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0165838.

23. Stausberg M. Free-listing. *The Routledge Handbook of Research Methods in the Study of Religion*. Steven Engler, Michael Stausberg, Michael Stausberg (Eds.). Ch. 3.4. P. 925–942. Taylor & Francis, 2021. https://doi.org/10.4324/9781003222491-39.

24. Sutrop U. List task and a cognitive salience index. *Field Methods*. 2001. Vol. 13. № 3. P. 263–276. https://doi.org/10.1177/1525822X0101300303.

25. Thompson E.C., Juan Z. Comparative cultural salience: Measures using free-list data. *Field Methods*. 2006. Vol. 18. № 4. P. 398–412. https://doi.org/10.1177/1525822X06293128.

26. Ulep M.G., & Liénard P. Free-listing and semantic knowledge: A tool for detecting Alzheimer disease? *Cognitive and Behavioral Neurology: Official Journal of the Society for Behavioral and Cognitive Neurology.* Vol. 2024. № 37. 3. P. 117–143. https://doi.org/10.1097/WNN.0000000000000370.

27. Weller S, Romney A. Systematic data collection. Vol. 10. Qualitative research methods. California, SAGE Publications, 1988.

28. Zeller R.A., & Carmines E.G. Measurement in the social sciences: The link between theory and data. Cambridge: Cambridge University Press, 1980.

*Стаття надійшла у редакцію: 29.09.2025*
*Стаття прийнята: 16.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СОЦІАЛЬНА ПАМ'ЯТЬ ЯК ЕКОСИСТЕМА: КОНЦЕПТУАЛЬНО-МЕТОДОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ

# SOCIAL MEMORY AS AN ECOSYSTEM: A CONCEPTUAL AND METHODOLOGICAL FRAMEWORK

УДК 316.77
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.3
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Прохватілова О.С.**
аспірантка кафедри прикладної соціології та соціальних комунікацій
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
ORCID ID: 0009-0005-3059-8546

*У статті презентовано модель екосистеми соціальної пам'яті як динамічного емерджентного поля, що охоплює різні рівні, напрями впливу та коло акторів, включаючи державні, соціальні, медійні й індивідуальні практики. Виокремлено чотири групи акторів, як-от: 1) держава, влада та інституції; 2) соціальні групи; 3) медіа; 4) аудиторія (споживачі) та окремі індивіди. Розглянуто успішні кейси міжнародних дослідницьких проєктів, присвячених аналізу взаємодії з меморіалами, тілесних практик, ритуалів і цифрових форм комеморації. Обґрунтовано доцільність міждисциплінарного підходу, що полягає у продуктивній координації методологій різних дисциплін, наведено приклади реалізації такого підходу в міжнародних дослідницьких проєктах, підкреслено роль поєднання теоретичних і практичних інструментів. Особливу увагу приділено розширенню соціологічного інструментарію сучасними якісними та змішаними методами, як-от: go-along-інтерв'ю, subcams, playback-інтерв'ю, ко-перформанс, візуальна фіксація, збір даних із соціальних мереж через API, close reading, distant reading тощо. Це дозволяє не лише описувати практики пам'яті як культурні явища чи політичні інструменти, а й досліджувати їхній вплив на соціальні процеси, громадські дискусії щодо минулого, колективну ідентичність, емоційні та тілесні аспекти пам'яті, а також функціонування соціальної пам'яті в цифровому просторі. Результати дослідження спрямовані на актуалізацію соціологічного внеску в міждисциплінарні дослідження пам'яті й окреслення перспектив застосування сучасних методів для системного аналізу соціальної пам'яті й комеморативних практик в українському та міжнародному контекстах.*
**Ключові слова:** *соціальна пам'ять, комеморація, міждисциплінарність, цифрова пам'ять, соціологічні методи.*

*This article presents a model of social memory as a dynamic emergent field encompassing multiple levels, directions of influence, and a broad range of actors. Four groups of actors are distinguished: 1) the state, authorities, and institutions; 2) social groups; 3) the media; 4) the audience (consumers) and individual actors. Successful cases of international research projects are analyzed, focusing on the study of interaction with memorials, embodied practices and rituals, commemorative ceremonies, and digital forms of memory work. The necessity of an interdisciplinary approach to memory research is substantiated, emphasizing the productive coordination of methodologies from different disciplines, and an example of a research project implemented following this principle is presented. Special attention is given to expanding the sociological methodological toolkit with contemporary qualitative and mixed methods: go-along interviews, subcams, playback interviews, co-performance, visual documentation, API-based social media data collection, close reading, distant reading, etc. These methods enable researchers not only to describe memory practices as cultural phenomena or political instruments but also to examine their influence on social processes, public debates about the past, collective identity, emotional and bodily dimensions of memory, and the functioning of social memory in digital and hybrid spaces. The study aims to highlight the sociological contribution to interdisciplinary memory research and to outline the potential of contemporary methods for analyzing social memory and commemorative practices as a complex, interconnected system in both Ukrainian and international contexts.*
**Key words:** *social memory, commemoration, interdisciplinarity, digital memory, sociological methods.*

**Вступ.** Останніми роками дослідження соціальної пам'яті та пов'язаних із нею феноменів дедалі активніше привертають увагу українських соціологів, що засвідчує зростання інтересу до проблем впливу колективних уявлень про минуле на сучасні суспільства. У наукових працях дедалі частіше застосовуються новітні теоретичні підходи та різноманітні методи, що дозволяє по-новому осмислювати механізми формування, трансляції та репрезентації пам'яті. Українські соціологи залучені до міждисциплінарних ініціатив, пов'язаних із дослідженнями усної історії та документуванням воєнного досвіду, урбаністичних студій і регіональної пам'яті (див., наприклад, проєкти Наталі Отріщенко [9], Вікторії Середи [12]). Проте в соціологічних дослідженнях пам'яті та комеморативних практик в Україні досі переважають емпіричні кількісні дослідження, покликані оцінити ставлення респондентів до окремих історичних подій і постатей. У таких розвідках часто використовують терміни «історична пам'ять» та «національна пам'ять» як синоніми соціальної пам'яті, розмиваючи межу між публічною історією як формою *знання* про минуле та власне *пам'яттю*, функції якої виходять за межі збереження інформації у формі історичних фактів чи

наративів[1]. Методологічна рамка соціологічного опитування є доречною для з'ясування сталих характеристик, оцінювання інтенсивності окремих тенденцій тощо. Водночас отримані результати характеризуються високим рівнем узагальнення і не дають змоги простежити мотиви чи контекст відповідей респондентів. На такі обмеження вказує Ярослав Яблонський [15], досліджуючи кореляцію між практиками святкування та ставленням до політики декомунізації та дерусифікації, а також Олександр Голіков і Софія Нолбат [1] у дослідженні ставлення українців до державних свят. Так, у звіті про загальнонаціональне репрезентативне опитування, присвячене встановленню рівня обізнаності громадян з історією України [13], на запитання про перейменування вулиць відповідь респондента «Негативно, не підтримую» може означати різні позиції: від незадоволення самою ініціативою декомунізації до критики конкретних топонімів (якщо він уважає невиправданою заміну одних маркерів на інші, як, наприклад, у разі перейменування Московського проспекту в Києві на проспект Бандери, або якщо критично ставиться до використання нейтральних назв на кшталт вулиці Веселої чи Квітучої). Такі відповіді мало дають для повного аналізу реального ставлення до перейменування, що ще більше ускладнюється в ситуації суспільного тиску, коли відкрита критика декомунізаційних законів або ресентимент за совєтськими чи російськими культурними маркерами можуть трактуватись як девіантна поведінка.

Водночас використання якісних або змішаних методів дослідження дало б змогу глибше інтерпретувати дані соціологічних опитувань [15, с. 136]. Нині більшість таких досліджень мають культурологічний або етнографічний характер: об'єктом аналізу виступають не стільки соціальні відносини й структури, скільки культурні артефакти (монументи, ритуали, підручники, фільми, мистецькі ініціативи, музейні експозиції тощо) [6]. Отже, залишається відкрита перспектива для соціологічного аналізу.

Якщо говорити про теоретичний зріз українських студій пам'яті, то в них – за винятком Моріса Гальбвакса та його теорії соціальних рамок пам'ятання – переважають історичні (П'єр Нора) та культурологічні (Ян і Аляйда Ассман) класичні підходи. Унаслідок цього поняття «соціальна пам'ять» нерідко вживається як синонім «культурної пам'яті», що звужує аналітичний кут зору й подає соціальну пам'ять та комеморативні практики як статичні культурні феномени або результати діяльності, а не як динамічний процес. Звернення до цифрових практик пам'ятання в сучасній українській академії становить окрему проблемну ділянку, адже такі дослідження часто спираються на традиційні підходи, зокрема концепцію місць пам'яті П'єра Нора, які екстраполюються в цифровий простір. Це сприяє формуванню уявлення про «цифрові місця пам'яті» як продовження традиційних форм комеморації [10]. Натомість сучасні напрацювання у сфері *digital memory studies* та передусім результати, пов'язані з переосмисленням пам'яті й суспільних процесів під впливом цифрових медіа та соціальних мереж (так званий *connective turn* Ендрю Госкінса), залишаються поза увагою.

Наявні прогалини в українській соціології можна пояснити загальною незавершеністю соціологічного знання, що є наслідком «совєтської спадщини» [14]. Протягом багатьох років українські науковці орієнтувались на російську академію, де продовжувала домінувати марксистсько-ленінська традиція історичного матеріалізму. Соціолог Наталя Черниш зазначає: «Ця методологічна невизначеність, фобія до теоретизування, необізнаність із кращими досягненнями світової соціології, розрив зв'язків з іншими науками, насамперед філософією <…> спричинили у вітчизняній соціології і відсутність повної структури соціологічного знання, і брак концептуалізацій у річищі визначення суті та головних характеристик сучасного світу чи українського суспільства» [14, с. 11]. Унаслідок браку загальносоціологічних теорій соціологія ототожнюється із соціометрією, формуючи «стереотипне уявлення про соціолога з анкетою», здатного лише опитувати респондентів і обробляти кількісні дані [14, с. 16].

У сфері українських досліджень пам'яті зазначені тенденції проявляються в редукції її функцій до соціального контролю або консолідації суспільства (переважно навколо національної ідентичності), тоді як безліч інших аспектів, що різнобічно пояснюють роль пам'яті і якими цікавляться західні соціологи, ігноруються. Так, у відповіді на запитання «Хто впливає на формування соціальної пам'яті, хто створює і підтримує комеморативні практики?» українські дослідники найчастіше схиляються до теоретичних рамок політики пам'яті або «винайдення традиції» (вузько розуміючи ідеї Ерика Гобсбаума та Теренса Рейнджера), визначають напрямок впливу як «згори вниз». Звідси визначення політики пам'яті як «цілеспрямованого конструювання та утилітарного використання в політичних цілях історичної пам'яті та інших форм колективних уявлень про минуле та його репрезентації – зокрема й професійної історіографії» [4] та критика через її неінклюзивність [3; 8]. Водночас навіть використання термінології «політики пам'яті» може передбачати участь різних акторів,

[1] Наприклад, у висловлюванні «Я пам'ятаю, що Друга світова війна почалась у 1941 р.» ідеться не про особистий досвід участі у війні чи можливість *пригадати* день її початку, а радше про *знання*, засвоєне з певних джерел – родинних розмов, підручника, науково-популярного відео на YouTube тощо. Водночас людина може *пам'ятати*, як дід розповідав про 1941 р., як учитель організовував семінар про початок війни, як вона була на концерті до Дня перемоги, де на банері були надруковані цифри «1941–1945». Усе це разом: отримана інформація та індивідуальна пам'ять про процес її отримання – може узагальнюватися у формулі «я пам'ятаю». Якщо ж згодом людина дізнається, що, відповідно до загальноприйнятої хронології, війна почалася в 1939 р., то це буде не акт пригадування, але акт отримання нової інформації. У подальшій комунікації висловлювання «Я пам'ятаю, що війна почалась у 1939 р.» знову виконуватиме функцію позначення *знання*, але не репрезентуватиме *пам'ять* як таку. Докладніше на цю тему див., наприклад, Locke D. Memory / D. Locke. Macmillan, 1971. 145 p.

якщо розглядати цю політику як різновид суспільної[2] [2]. Отже, очевидною є потреба в системному підході до вивчення соціальної пам'яті та комеморативних практик, який розглядав би їх як динамічну екосистему, де взаємодіють різні суб'єкти – держава, інституції, групи, індивіди, медіа.

На основі цих міркувань постає кілька ключових запитань, які формують рамку подальшого викладу матеріалу.

(1) Якою є система соціальної пам'яті? У чому цінність системного підходу до дослідження пам'яті та комеморативних практик?

(2) Що означає міждисциплінарність для студій пам'яті, яка цінність та роль соціологічної теорії та методів у таких дослідженнях?

(3) Які сучасні методи використовуються для досліджень, пов'язаних із пам'яттю соціальних феноменів, і які перспективи запозичення цих методів українськими соціологами?

**Аналіз попередніх досліджень.** Деякі дослідники вже намагалися осмислити соціальну пам'ять в системному ключі. Так, Наталія Комих у статті «Дискурси соціальної пам'яті в умовах російсько-української війни: теоретико-методологічні засади дослідження» наголошує на інституційному закріплені соціальної пам'яті й виділяє як головні інститути державу, політику, медіа, культуру, сім'ю [7, с. 98]. Дослідниця також вказує на множинність просторів репрезентації пам'яті, зокрема «об'єктивний» і «віртуальний», а також на широкий спектр форм – від колективних дій до індивідуальних проявів у цифрових середовищах.

Олександр Гриценко в дослідженні, присвяченому політикам пам'яті в Україні, прямо формулює ідею системності колективної пам'яті, зазначає, що «спільна (колективна) пам'ять суспільства як (під)система має включати певну інфраструктуру, котра забезпечує здатність суспільства накопичувати й зберігати досить повну й адекватну інформацію (знання) про пережитий спільний досвід, а в потрібні моменти – актуалізувати (переосмислювати) й використовувати її з метою самозбереження, саморегулювання, саморозвитку спільноти» [2, с. 201]. Водночас він наголошує, що системність не варто ототожнювати із централізованістю чи «односуб'єктністю» формування пам'яті; найближчою аналогією тут виступає саме екосистема.

Зазначене дослідження суголосне із класичною працею Вульфа Кайнштайнера [23]. Якщо в українській традиції основною вадою теоретизації соціальної пам'яті є її редукція до політичної інструменталізації історичного знання, В. Кайнштайнер зазначає протилежну проблему – спробу пояснювати пам'ять через метафоричне використання понять психології та неврології, що виникли в контексті автобіографічної пам'яті. Альтернативу він бачить у системному підході до колективної пам'яті: за аналогією зі студіями медіа, де можна виділити три складники комунікації – відправника (джерело, комунікатор), одержувача та повідомлення (комунікат), у контексті колективної пам'яті він виділяє творців пам'яті (*memory makers*), споживачів пам'яті (*memory consumers*) та культурні традиції. Взаємодія між цими трьома учасниками формує «арену політики пам'яті».

У дискусії про пам'ять як екосистему варто ще раз згадати Наталію Черниш [14], яка, обґрунтовуючи необхідність зв'язків соціології з іншими науками, спирається на ідеї Джона Уррі про *complexity turn* – міждисциплінарну парадигму, що виходить з уявлень про хаос, нелінійність і комплексність світу, природи та суспільства, які варто розглядати у взаємозв'язку. Дж. Уррі зазначав, що цей інтелектуальний зсув пов'язаний із появою «більш загальної «складної» структури почуттів, яка ставить під сумнів деякі повсякденні уявлення про соціальний порядок» [25, с. 1]. Він наголошує, що системи є емерджентними, динамічними та самоорганізованими; їх неможливо звести до елементарних законів чи простих процесів [25, с. 3]. Поняття емерджентності (від англ. *emergency*) вказує на непередбачувані, незаплановані прояви, які з'являються у функціонуванні систем. Як приклад він описує екологічні системи, підкреслюючи, що вони далекі від стану гармонійного порядку: «Нормальний стан природи – це не баланс чи спокій, нормальний стан – це відновлення від останньої катастрофи» [25, с. 6]. Отже, головним висновком *complexity thought* є ідея, що система – це більше, ніж проста сукупність елементів, з яких вона складається.

**Виклад основного матеріалу.** Комеморативну динаміку можна зобразити схематично, як систему, що поєднує взаємопов'язаних акторів, що власними комеморативними ініціативами виходять у публічне поле, де розпочинається процес переговорів, що в деяких випадках дає суспільству можливість дійти консенсусу щодо минулого, а в інших – інституціоналізує наявні розколи (рис. 1).

*Держава, влада, інституції.* До цієї групи належать президенти та представники державної влади, зокрема й органи виконавчої влади зі спеціальним статусом (наприклад, УІНП в Україні), регіональна влада (обласні, міські та районні ради), а також наднаціональні інституції, зокрема ЄС та міжнародні комісії. Системні підходи до пам'яті визначають зазначену групу акторів як «макрорівень» системи [18], або її «структурний рівень» [2]. Як уже зазначалося вище, поширеною є ідея про те, що політика пам'яті є результатом діяльності держави й інституцій, які визначають форми

[2] Зокрема, під час Дев'ятої щорічної конференції Асоціації досліджень пам'яті (Memory Studies Association, MSA) "Beyond Crises: Resilience and (In)stability", яка відбулася у Празі (Чеська Республіка) 14–18 липня 2025 р., було презентовано кілька прикладів вернакулярної комеморації російської агресії в Україні. На особливу увагу заслуговує доповідь Валентини Хархун щодо аматорських музеїв АТО та російського вторгнення та Оксани Довгополової щодо «тактичної» комеморації, зокрема ініціатив митців або локального бізнесу (наприклад, «Вина, що любила Віка» або «Тут міг би сидіти той, хто віддав за нас своє життя»). Це свідчить про те, що тема комеморативних практик, ініційованих недержавними акторами, зараз актуальна й починає активно досліджуватись, щоправда, поки що меншою мірою соціологами.

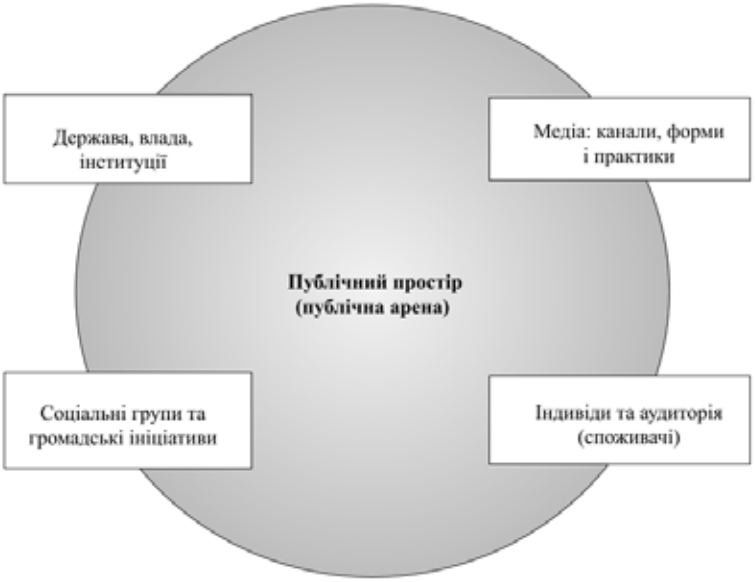


**Рис. 1. Модель екосистеми соціальної пам'яті (власна розробка)**

й зміст комеморації. Це породжує дві протилежні позиції. Перша виходить із того, що держава має відігравати провідну роль у конструюванні національної пам'яті, сприяючи консолідації суспільства. Друга, навпаки, наполягає на неприйнятності спроб держави формувати національну пам'ять як таких, що інструменталізують історію в політичних цілях і спричиняють конфлікти, пов'язані з невключеністю окремих соціальних груп. Погляд на соціальну пам'ять як на екосистему дає змогу концептуалізувати роль держави не як монополіста, а як одного з акторів у ширшій взаємодії. Водночас держава залишається ключовим учасником комеморації, формує рамки та визначає суспільне значення пам'яті. Це важливо, адже вироблення консолідуючих наративів є завданням, у якому можуть бути незацікавлені інші учасники, зосереджені на захисті власних інтересів.

*Медіа: канали, форми, практики.* Ми розглядатимемо медіа в широкому сенсі, із застосуванням поняття медіації Астрід Ерлл і Енн Рігні [19], відповідно до якого пам'ять існує не сама собою, а опосередковується матеріальними чи символічними носіями. Тобто йтиметься не лише про медіа в сенсі ЗМІ, але про меморіальні медіа, які визначаються як канали, форми й практики, за допомогою яких суспільства фіксують, зберігають і передають колективну пам'ять про минуле. До них відносять тексти та літературу, візуальні й аудіальні медіа, музеї та архіви, пам'ятники та меморіали, ритуали та публічні практики, а також цифрові медіа. У XX ст. медіа здебільшого функціонували у вертикальній моделі «згори вниз», пов'язаній із концентрацією ресурсів і контролем над комунікаційними каналами. Сучасні цифрові технології значно вплинули на екосистему комеморації, спричинивши *connective turn*, який Ендрю Госкінс окреслює в контексті нових цифрових студій пам'яті [21]. Соціальні платформи розмивають межі традиційних медіа: будь-який учасник може стати медіа, поширювати інформацію, формувати наративи або мобілізувати аудиторію до дій. Медіа виступають водночас ініціаторами пам'яті, каналами її трансляції та посередниками між різними акторами, формують інтерактивний і динамічний простір комеморативних практик, де пам'ять постає як активний, гнучкий і контекстуально залежний процес [21]. Також змінюється роль музеїв: дедалі частіше відвідувача розглядають як співтворця, а меморіальні простори постають просторами діалогу й інтерактивної комунікації. Отже, їх аналіз доцільно здійснювати з урахуванням усієї екосистеми соціальної пам'яті.

*Соціальні групи та громадські ініціативи.* До зазначеного кола акторів належать соціальні групи (зокрема, родини), спільноти, об'єднані ідентичністю, активістські колективи й інші групові актори, які беруть участь у формуванні комеморативних практик поза межами державних структур та інституцій. Вони часто виступають ініціаторами альтернативних наративів пам'яті, створюють різноманіття комеморативних форм. Нині в західній академії дослідження такого плану представлені здебільшого вивченням активізму, *LGBTIQ+*-спільнот, гендерними, деколоніальними та міграційними студіями тощо. Часто пам'ять соціальних груп доцільно розглядати як мезорівень, розташований між макрорівнем (держава, владні інституції) та мікрорівнем (індивідууми). Прикладом є бельгійське дослідження, присвячене передачі пам'яті про незручне минуле в родинах, старші покоління яких мали стосунок до колонізації Конго та колаборації під час Другої світової війни. Родина постає тут як актор комеморації, який опосередковує структурний рівень (держава та медіа) і особистісний [15; 16].

*Індивіди й аудиторія (споживачі)*. Людина не лише є носієм соціальної пам'яті й учасником комеморативних практик, а і як споживач інформації декодує її, формує власний наратив щодо минулого, який може ґрунтуватися на когнітивних упередженнях, селективному сприйнятті й інших комунікативних викривленнях. Це робить споживачів важливими акторами екосистеми соціальної пам'яті [23]. Демократизація пам'яті протягом останніх десятиліть призвела до зростання ролі індивіда та його перспективи (значення «особистих голосів»), що яскраво демонструють, зокрема, дослідження усної історії. Вивчення ролі особистості у формуванні соціальної пам'яті часто спирається на інструментарій психології. Водночас суспільна пам'ять не зводиться до індивідуальної, як і жодна індивідуальна пам'ять не існує у вакуумі, ізольованою від суспільства. Споживачі комеморативних практик можуть підтримувати, трансформувати або відкидати наративи, стимулюючи динаміку пам'яті та впливаючи на те, які практики й символи стають стійкими, а які залишаються марґінальними.

*Публічний простір (публічна арена)*. Варто також додати кілька коментарів щодо центрального елементу моделі – публічного простору (у теоріях медіації пам'яті – *public arena* [19]). Він постає ядром екосистеми соціальної пам'яті, особливо в дослідженнях, пов'язаних із комеморацією, яка за визначенням має колективний і публічний характер [11]. Це простір, у який актори, зображені на схемі, можуть входити для ведення переговорів щодо минулого. Цей концепт уособлює хаос, про який ішлося вище в контексті ідей Джона Урі: публічним простором ніхто не управляє, а його результати неможливо передбачити, хоча різні актори постійно намагаються на нього впливати. Якщо раніше вирішальне значення мали ресурси, то нині соціальні мережі суттєво знизили бар'єр входу: будь-яке спонтанне відео, зняте на смартфон, може стати вірусним і спричинити зміни навіть у глобальному масштабі.

Концептуалізація пам'яті через публічний простір, а не через вертикаль, виводить розуміння соціальної пам'яті за межі опозиції «впливу згори» та «низових практик». Ключовим стає саме доступ до простору – як у сенсі продукування та організації комеморативних практик, так і в сенсі їх споживання. В авторитарних державах обмеження доступу до глобальної інтернет-мережі водночас означає звуження можливостей доступу до знань та інформації, а також участі в дискусіях як на міжнародному рівні, так і всередині суспільства (наприклад, ухвалення законів про пам'ять щодо Другої світової війни в Росії фактично унеможливлює суспільне обговорення).

Прокоментувавши всі зазначені на рис. 1 елементи, наведемо кілька важливих зауважень щодо зображеної моделі.

1. Критеріями, за якими визначається належність до акторів, може бути ініціатива певної комеморативної дії (тоді актори = ініціатори) або участь (тоді всі учасники є акторами). Важливою ознакою також є суб'єктність: чи актором може бути тільки людина (група людей), чи об'єкт та мережа (розвиваючи ідеї послідовників акторно-мережевої теорії)? Ці питання – радше запрошення для дискусії, оскільки виходять за межі даної статті. Зазначимо, що ми відштовхувались від того, що ініціатор важливий лише на початкових етапах, далі всі учасники стають акторами, або ж практика просто зникає. Отже, розглядати комеморацію винятково крізь призму того, «хто започаткував» чи «чий це інтерес / ресурс» – непродуктивно, бо такий підхід ігнорує подальшу динаміку. Акторами, на нашу думку, є всі учасники, і ми відносимо до них людей і групи людей, не заперечуємо, однак, того, що об'єкти та мережі в деяких ситуаціях також мають риси агентності.

2. На практиці поділ на групи акторів є досить умовним: та сама людина може належати до кількох категорій одночасно. Наприклад, політик, який підписує закон про пам'ять, є актором держави та влади, як член якоїсь родини – представляє пам'ять соціальної групи (сімейну пам'ять). Водночас він є споживачем медійного контенту, відвідувачем музеїв, користувачем соцмереж. Окрім того, може бути представником *LGBTIQ+* чи ветеранської спільноти. Тож провести чіткі межі неможливо й навряд чи має сенс, бо це призвело б до штучного спрощення соціальної реальності.

3. Запропонована модель екосистеми соціальної пам'яті передусім орієнтується на комеморативні форми пам'ятання, тобто публічні й колективні, часто пов'язані із вшануванням окремх постатей і подій. Це залишає поза увагою повсякденну пам'ять, яка здебільшого функціонує у формі наративів.

4. Використовуючи розподіл на виробників пам'яті та її споживачів, ми усвідомлюємо його умовність у застосуванні до наведеної на рис. 1 моделі, оскільки в якомусь сенсі всі зображені актори водночас продукують і споживають комеморативні практики.

***Інтердисциплінарність у дослідженнях пам'яті – розмиття меж дисциплін чи новий простір співпраці?*** Наведена на рис. 1 модель демонструє поле, у якому можуть ефективно взаємодіяти представники різних дисциплін, отже, її можна використовувати як привід для дискусії щодо меж міждисциплінарності у студіях пам'яті. Часто міждисциплінарність концептуалізується як радше негативна риса, що свідчить про «розмивання меж традиційних дисциплін» [5, с. 150], як наслідок – «ненауковість» досліджень, зокрема в разі протиставлення пам'яті й академічної історії. Такий підхід легітимізує монополію істориків на дослідження пам'яті, обмежує як теоретичні, так і методологічні можливості системного аналізу. Протилежну позицію представляє Наталія Черниш, яка зазначає, що створення інтерфейсів між

соціологією та іншими галузями наукового знання, включно з гуманітарними, технічними та природничими науками, має позитивний вплив на соціологічну теорію [13, с. 11]. Такі інтерфейси застосовні й до досліджень пам'яті, що вже інтегрують результати та теорії з інших дисциплін, найчастіше культурології та психології.

Реальна практика міждисциплінарних досліджень пам'яті показує, що йдеться не про застосування особливих методів, що суперечать класичним науковим підходам чи «руйнують межі дисциплін», а радше про вивчення об'єкта з різних дисциплінарних позицій і поєднання отриманих результатів для створення спільних гіпотез і теорій. Вдалим прикладом міждисциплінарності є дослідження родинної пам'яті, що проводились у Лувенському католицькому університеті (Бельгія) [16]. Одним із його результатів став спеціальний випуск журналу Memory Studies, присвячений концепції мікропам'ятей [24]. Підставою для нього став експеримент, у якому взяли участь 10 дослідників пам'яті, що представили різні дисципліни. Під час колаборативних дата-сесій учасники аналізували деконтекстуалізований уривок інтерв'ю, спираючись на теорії та методи власної дисципліни: соціології, психології, лінгвістики, історії, літературознавства, антропології, політології та семіотики. Результати відкрили нові онтологічні горизонти інтерпретації, змусивши дослідників «перекладати» дисциплінарні терміни мовою інших дисциплін. Важливим інсайтом дослідження став висновок про те, що пам'ять не можна охопити єдиним методом – різні дисципліни висвітлюють окремі аспекти: мовні стратегії, культурні схеми, когнітивні процеси, політичні контексти тощо. Водночас ці підходи доповнюють один одного: кожна інтерпретація додає «шар» розуміння, забезпечує процес, який автори називають «видобутком пам'яті» [24]. Якщо застосуємо ці ідеї до моделі, зображеної на рис. 1, зазначимо, що жоден з елементів екосистеми не може бути монополією окремої дисципліни: їх дослідження доцільно здійснювати системно, у співпраці із представниками різних дисциплін і з використанням сучасних методів.

***Перспективні методи досліджень комеморативних практик у соціології.*** У цій частині статті спробуємо зіставити запропоновану модель екосистеми соціальної пам'яті із сучасними методами дослідження комеморативних практик.

*1. Дослідження політик пам'яті та «місць пам'яті».* Дослідження, пов'язані з «політикою пам'яті», часто обмежуються аналізом промов чи законодавчих ініціатив і соціологічними опитуваннями. Погляд на комеморацію як екосистему дозволяє доповнити їхній інструментарій новими якісними методами. Цікавий підхід запропонували Ігнасіо Бреско де Луна та Бреді Дарра Вагонер у статті 2022 р. «Меморіали з перспективи досвіду взаємодії: порівняння Долини полеглих в Іспанії із сучасними контрмеморіалами» [17][3]. Традиційні соціологічні методи, як-от опитування чи глибинні інтерв'ю, дозволяють зафіксувати усвідомлені позиції та ідентичності, які часто відображають політичні переконання, родинні або медійні впливи, але не розкривають несвідомих переживань і спонтанних емоцій. Саме цю прогалину намагалися заповнити І. Бреско де Луна та Б.Д. Вагонер, які розглядали меморіали як культурні інструменти, що водночас відкривають і обмежують можливості взаємодії та інтерпретації. Дизайн аналізованого дослідження включав низку мобільних і сенсорних методів: *go-along-інтерв'ю* (дослідник рухався разом з учасником простором меморіалу, фіксуючи його коментарі в реальному часі), *subcams* (суб'єктивні камери, закріплені на рівні очей, які записували відео й аудіо максимально наближено до досвіду учасника) та *playback-інтерв'ю* (після відвідування учасники переглядали власний відеозапис і коментували його, що стимулювало епізодичну пам'ять і давало глибші пояснення). Ця комбінація методів дозволила зафіксувати багатоканальний досвід – зоровий, слуховий, тактильний – і моменти, що провокують інтерпретацію.

У результаті дослідники встановили, що монументальна велич Долини полеглих викликала у відвідувачів відчуття відчуження, тиску й пригніченості, на відміну від контрмеморіалів (наприклад, Меморіал убитим євреям Європи в Берліні чи Національний меморіал 11 вересня у США), які спонукали до активної взаємодії, тілесного занурення та особистої рефлексії. Вони дійшли висновку, що просторові характеристики пам'ятних місць формують різні режими переживання: від пасивного, підпорядкованого офіційній інтерпретації, до відкритого, інтерактивного й критичного. Для соціології цей підхід важливий тим, що дозволяє встановити кореляцію між задекларованими позиціями (сформованими під впливом медіа, родинних наративів, соціальних груп чи державної політики) та реальним тілесно-емоційним переживанням. Це важлива інформація для ініціювання більш зваженого та конструктивного діалогу навколо державної політики пам'яті [17].

*2. Дослідження ритуалів і церемоній.* Праці цього спрямування відображають різні підходи до аналізу ритуалів і практик, що уособлюють тілесну пам'ять. У розрізі комеморації передусім ідеться про святкування, церемонії вшанування та інші комеморативні ритуали. Цей напрям досліджень ґрунтується на ідеях соціальних антропологів, зокрема – концепції пам'яті-звички (*habit-memory*), запропонованої Полом Коннертоном. В Україні дослідження здебільшого представлені

[3] Долина полеглих (ісп. Valle de los Caídos) є одним із найпроблемніших місць пам'яті Іспанії. Монумент було збудовано за наказом Франко після громадянської війни, і хоча офіційно він мав символізувати «примирення», фактично увічнював перемогу франкістського табору. Хоча у 2019 р. тіло Франко було перепоховане, тисячі жертв і досі поховані там без згоди родин, що робить цей простір травматичним і неоднозначним у символічному плані. Оскільки нині він перебуває у процесі переосмислення, його статус і значення змінюються, що створює контекст для дослідження пам'яті про конфлікти в динаміці.

кількісними соціологічними опитуваннями, які фіксують ставлення до свят і церемоній, водночас якісні підходи могли б значно розширити розуміння суспільних трансформацій. Цікавий дизайн пропонує розвідка Джея Гізе й Енн Кейтлі «Танець крізь час: методологічне дослідження втіленої пам'яті» [20]. Він включає фокус-групи на початку й після танцю для обговорення асоціацій і спогадів; етнографічне спостереження професійних і соціальних танців у природному контексті; поглиблені інтерв'ю для деталізації індивідуального досвіду; ко-перформанс, де дослідники разом з учасниками навчалися та виконували танець; а також візуальну фіксацію (фото, відео, малюнки) для подальшого аналізу невербальних проявів пам'яті.

Автори дійшли висновку, що танець дозволяє досліджувати як сталі, так і трансформовані образи минулого, створює простір для колективної рефлексії і відновлення почуття спільноти. Дослідження показує, як учасники під час танцю «ведуть переговори пам'яті», обирають, трансформують або уникають деяких тем, і водночас демонструє фізичні обмеження та забування як прояви тілесної пам'яті. Для соціології та культурології цей підхід цінний тим, що поєднує тілесний, емоційний і когнітивний рівні досвіду із соціальними практиками й культурними нормами, доповнює традиційні методи аналізу усвідомлених позицій і дискурсів. Отже, соціолог може простежити взаємодію між мікрорівнем тілесного досвіду та макрорівнем інституційного впливу.

*3. Дослідження цифрових практик пам'ятання.* Соціальні мережі та нові технології все частіше опиняються в центрі наукових дискусій. Ідеться не лише про створення нових каналів комунікації, а й про появу нових акторів, які активно беруть участь у формуванні суспільної пам'яті. Показовим прикладом є використання технологій штучного інтелекту для створення цифрових копій померлих. У контексті війни актуалізувалася потреба архівування цифрових даних і створення «віртуальних монументів» і меморіалів – як державних, так і спонтанних або навіть комерційних. Отже, обсяг цифрової інформації постійно зростає, і для її аналізу традиційних методів уже замало: потрібні інструменти, здатні автоматизувати роботу з великими масивами даних. У цьому контексті показовим є дослідження Хелле Страндгорд Йенсена «Цифрові методи в дослідженні пам'яті: базовий гайд із масштабного аналізу даних у *Twitter*» [22]. Із застосуванням технології *API* було зібрано великі масиви твітів, що дозволило мінімізувати алгоритмічні спотворення інтерфейсу й отримати репрезентативний корпус повідомлень. Для аналізу застосовувалися різні методи: хронологічна візуалізація (для виявлення фаз дискусій), *close reading* (для розрізнення автентичних спогадів і автоматизованого контенту), *distant reading* (аналіз великих масивів тексту на закономірності) та мережевий аналіз (для виявлення ключових акторів, gatekeepers і структур впливу). У рамках дослідження було проаналізовано приблизно 200 000 твітів, пов'язаних із дитячою телевізійною програмою *Sesame Street*, що показало одночасне існування спонтанних флешбек-дискусій і організованих кампаній.

Такий методологічний підхід поєднує кількісні, якісні та змішані методи, дозволяє відстежувати вплив соціальних мереж і їхніх користувачів на екосистему пам'яті, унаочнює тенденції, недоступні для традиційних методів опитувань чи інтерв'ю. Для соціології та культурології цінність цього дослідження полягає в можливості більш глибоко простежити взаємодію між індивідуумами, цифровими платформами й інституційними структурами, а також зрозуміти, як організовані кампанії та спонтанні дискусії взаємодіють у публічному цифровому просторі, формуючи динамічні патерни колективної пам'яті.

**Висновки.** Пам'ять і потреба її дослідження найчастіше актуалізуються в ситуаціях суспільних трансформацій, коли виникає відчуття недоказаності, дискримінації чи необхідність відновлення гідності та справедливості щодо минулих подій. Це складні й багатовимірні процеси, які не можна повноцінно дослідити в межах однієї дисципліни. Пропонований у статті підхід до соціальної пам'яті як до екосистеми видається продуктивним із кількох причин. По-перше, він дозволяє аналізувати об'єкти дослідження в ширшому контексті – з урахуванням різних рівнів і множинності акторів. По-друге, він підкреслює відсутність єдиного центру управління: як і природні екосистеми, система соціальної пам'яті функціонує на засадах емерджентності, що робить її адаптивною до непередбачуваних викликів. По-третє, зменшує ризик методологічних помилок, уникаючи спрощених інтерпретацій і механічного перенесення понять з історії, культурології чи психології на соціологічний ґрунт. По-четверте, системне бачення дозволяє свідомо інтегрувати дисциплінарні підходи, не втрачаючи власне соціологічної перспективи.

Впровадження сучасних методологічних підходів, доповнення кількісних методів якісними й змішаними та відкритість до міждисциплінарності роблять пошуки відповідей на класичне запитання Пола Коннертона «Як суспільства пам'ятають?» набагато більш продуктивними. Попри численні спроби відповіді на нього, воно залишається відкритим в українській соціології, окреслюючи простір для нових наукових дискусій і теоретичних розробок.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Голіков О., Нолбат С. Простір сприйняття свят українцями: до можливостей концептуалізації. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2024. № 3. С. 149–168. https://doi.org/10.15407/sociology2024.03.149

2. Гриценко О. Між культурою пам'яті та державною політикою: проблематика, моделі та методологія дослідження політики пам'яті в Україні. *Культурологічна думка*. 2017. № 11. С. 200–222.

3. Касьянов Г. Історична пам'ять та історична політика: до питання про термінологію й генеалогію понять. *Український історичний журнал*. 2016. № 2. С. 118–137.

4. Касьянов Г. К десятилетию Украинского института национальной памяти (2006–2016). *Historians.in.ua*. 14 січня 2016 р.

5. Киридон А. Студії пам'яті в сучасній гуманітаристиці: Історія становлення. *Український історичний журнал*. 2017. № 4. С. 150–161.

6. Коваль-Фучило І. Сучасні комеморативні практики переселенців із затоплених сіл. *Сіверянський літопис*. 2021. № 2. С. 123–133. https://doi.org/10.5281/zenodo.4733973

7. Комих Н. Дискурси соціальної пам'яті в умовах російсько-української війни: теоретико-методологічні засади дослідження. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2024. № 1 (128), С. 94–99. https://doi.org/10.31733/2078-3566-2024-1-94-99

8. Малес Л. Політики пам'яті та полікультурність у соціокультурному аналізі українського суспільства. *Ukr. socium*. 2009. № 3 (30), С. 15–24. https://doi.org/10.15407/socium2009.03.015

9. Отріщенко Наталя. Др. Наталя Отріщенко. *Центр міської історії* [Електронний ресурс]. Львів, 2025. URL: https://www.lvivcenter.org/team/dr-nataliaotrishchenko/ (дата звернення: 14.09.2025).

10. Половинчак Ю. Комеморативні практики в сучасному інформаційному просторі. *Бібліотекознавство. Документознавство. Інформологія*. 2018. № 2, С. 94–100. https://doi.org/10.32461/2409-9805.2.2018.150360

11. Прохватілова О. Соціальні функції комеморативних практик. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. 2024. С. 31–44. https://doi.org/10.26565/2227-6521-2024-52-03

12. Середа Вікторія. Вікторія Середа. *Катедра соціології, Український католицький університет* [Електронний ресурс]. Львів, 2025. URL: https://sociology.ucu.edu.ua/our-team/viktoriya-sereda/ (дата звернення: 14.09.2025)

13. У близько половини українців зріс інтерес до історії після повномасштабного вторгнення – соцопитування : пресреліз. *Український інститут національної пам'яті.* 22 листопада 2023 р. URL: https://uinp.gov.ua/pres-centr/novyny/u-blyzko-polovyny-ukrayinciv-zris-interes-do-istoriyi-pislya-povnomasshtabnogo-vtorgnennya-socopytuvannya

14. Черниш Н. Українська соціологія у пошуках загальної теорії в умовах міждисциплінарності. *Український соціум*. 2019. № 2 (69)/ С. 9–34. https://doi.org/10.15407/socium2019.02.009

15. Яблонський Я. Святковий календар як маркер (не)підтримки українцями декомунізації та дерусифікації. *Український соціум*. 2025. № 2 (93). С. 117–139. https://doi.org/10.15407/socium2025.02.117

16. Aerts K., Bouchat P., Cordonnier A., De Wever B., Luminet O., Rasmont F., Rosoux V., Wouters N. The sorrows of Belgium: WWII memories and family transmission (Final report). Belgian Science Policy Office. 2022. URL: https://www.belspo.be/belspo/brain-be/projects/FinalReports/TRANSMEMO_%20FinRep.pdf

17. Brescó de Luna I., Wagoner B. Memorials from the perspective of experience: A comparison of Spain's Valley of the Fallen to contemporary counter-memorials. *Memory Studies*. 2022. № 17 (2). P. 349–369. https://doi.org/10.1177/17506980221126943

18. Cordonnier A., Rosoux V., Gijs A.-S., Luminet O. Collective memory: An hourglass between the collective and the individual. *Memory, Mind & Media*. 2022. № 1. https://doi.org/10.1017/mem.2022.1

19. Erll A., Rigney A. (Eds.) Mediation, remediation, and the dynamics of cultural memory (in collaboration with L. Basu & P. Bijl). De Gruyter, 2009.

20. Giese J., Keightley E. Dancing through time: A methodological exploration of embodied memories. *Memory Studies*. 2022. № 17 (2), P. 444–457. https://doi.org/10.1177/17506980221126611

21. Hoskins A. (Ed.) Digital memory studies: Media pasts in transition. 1st ed. Routledge, 2018.

22. Jensen H.S., Jensen J.M., Thygesen A.U., Pedersen M.O. Digital methods in memory studies: A beginner's guide to scalable reading of Twitter data. *Memory Studies*. 2023. № 17 (6), P. 1277–1295. https://doi.org/10.1177/17506980231197126

23. Kansteiner W. Finding meaning in memory: A methodological critique of collective memory studies. *History and Theory*. 2002. № 41 (2), P. 179–197. https://doi.org/10.1111/0018-2656.00198

24. Van de Putte T., Hirst W. Introduction: Micromemories. *Memory Studies*. 2025. № 18 (3). https://doi.org/10.1177/17506980251330562

25. Urry J. The complexity turn. *Theory, Culture & Society*. 2005. № 22 (1). P. 1–14.

*Стаття надійшла у редакцію: 14.09.2025*
*Стаття прийнята: 23.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# КРОС-КУЛЬТУРНЕ ПОРІВНЯННЯ ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОЇ ТРАВМИ В УМОВАХ ВІЙНИ: РЕЗУЛЬТАТИ УКРАЇНСЬКО-УГОРСЬКОГО ДОСЛІДЖЕННЯ З ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДИКИ HITT-Q

# CROSS-CULTURAL COMPARISON OF TRANSGENERATIONAL TRAUMA IN WARTIME: RESULTS OF A UKRAINIAN-HUNGARIAN STUDY USING THE HITT-Q METHODOLOGY

УДК 159.9.072:316.7
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.4
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Станіславська Т.О.**
аспірантка
ТОВ «Київський інститут сучасної психології та психотерапії»
ORCID ID: 0009-0003-3649-1550

**Мілютіна К.Л.**
д.психол.н., професор
ТОВ «Київський інститут сучасної психології та психотерапії»
ORCID ID: 0000-0003-0013-2989

*Трансгенераційна передача травми є феноменом, який проявляється залежно від культурного контексту та поточних соціально-політичних умов. Україна переживає повномасштабну війну із 2022 року, що створює унікальний контекст для дослідження трансгенераційної травми в умовах активного воєнного конфлікту на тлі складної історії множинних травматичних подій. Метою дослідження стало крос-культурне порівняння показників трансгенераційної травми між українською та угорською популяціями. Методи: порівняльне крос-культурне дослідження з використанням даних двох незалежних вибірок – української (n = 299, серпень 2024 року, під час активних бойових дій) та угорської (n = 724, березень – квітень 2021 року, нащадки тих, хто вижив після Голокосту). Використовувався «Опитувальник міжпоколінної передачі історичної травми (HITT-Q)» із 12 шкалами та критерій Вілкоксона для незалежних вибірок з розрахунком рангово-бісеріального коефіцієнта кореляції. За результатами виявлено статистично значущі відмінності за всіма 12 шкалами опитувальника (p < 0,001–0,013). Українські респонденти демонстрували вищі показники вразливості сім'ї («дисрегульована комунікація», r = 0,599, «виховання під впливом травми», r = 0,812, «страх», r = 0,302, «дистрес», r = 0,761) та вразливості нащадків («втеча», r = 0,309, «підвищена відповідальність», r = 0,460), а також вищі показники адаптації (r = 0,734). Водночас українці показали нижчі показники стійкості сім'ї (r = −0,447), приналежності (r = −0,628) та цінностей (r = −0,821). Висновки: результати відображають комбінований вплив культурних особливостей та поточного воєнного конфлікту. Війна в Україні не просто додає новий шар травми населенню, а кардинально перебудовує існуючі патерни трансгенераційної передачі, активізує механізми вразливості та трансформує традиційні форми стійкості.*
**Ключові слова:** *крос-культурне дослідження, трансгенераційна травма, війна, культурні відмінності, HITT-Q, Україна, Угорщина.*

*Transgenerational trauma transmission is a phenomenon that manifests depending on cultural context and current socio-political conditions. Ukraine has been experiencing full-scale war since 2022, creating a unique context for studying transgenerational trauma during active military conflict against the backdrop of a complex history of multiple traumatic events. The study aimed to conduct a cross-cultural comparison of transgenerational trauma indicators between Ukrainian and Hungarian populations. Methods: comparative cross-cultural study using data from two independent samples – Ukrainian (n = 299, August 2024, during active combat) and Hungarian (n = 724, March – April 2021, descendants of Holocaust survivors). The "Historical Intergenerational Trauma Transmission Questionnaire (HITT-Q)" with 12 scales and Wilcoxon test for independent samples with rank-biserial correlation coefficient calculation were used. Results showed statistically significant differences across all 12 questionnaire scales (p < 0,001–0,013). Ukrainian respondents demonstrated higher scores on family vulnerability ("dysregulated communication", r = 0,599, "trauma-influenced parenting", r = 0,812, "fear", r = 0,302, "distress", r = 0,761) and descendant vulnerability ("escape", r = 0,309, "heightened responsibility", r = 0,460), as well as higher adaptation scores (r = 0,734). Meanwhile, Ukrainians showed lower scores on family resilience (r = −0,447), belonging (r = −0,628), and values (r = −0,821). Conclusions: results reflect the combined impact of cultural characteristics and current military conflict. The war in Ukraine does not simply add a new layer of trauma to the population, but fundamentally restructures existing patterns of transgenerational transmission, activating vulnerability mechanisms and transforming traditional forms of resilience.*
**Key words:** *cross-cultural research, transgenerational trauma, war, cultural differences, HITT-Q, Ukraine, Hungary.*

**Вступ.** Концепція трансгенераційної передачі травми вперше була систематично досліджена в контексті нащадків вижилих після Голокосту, де дослідники виявили специфічні психологічні та поведінкові патерни, що передавалися від батьків до дітей [2]. Подальші дослідження продемонстрували універсальність цього феномену в різних культурних контекстах, включаючи нащадків жертв геноцидів, військових конфліктів, природних катастроф та інших масштабних травматичних подій.

Механізми трансгенераційної передачі є мультифакторними та включають:

**Біологічні механізми.** Епігенетичні зміни, що можуть передаватися нащадкам через зміни в експресії генів без зміни ДНК-послідовності. Дослідження показують, що стрес і травма можуть впливати на метилювання ДНК, що потенційно передається наступним поколінням [3].

**Психологічні механізми.** Включають стилі прив'язаності, батьківські практики, моделі емоційної регуляції та копінг-стратегії. Травматизовані батьки можуть передавати дітям специфічні страхи, тривожність та дезадаптивні поведінкові патерни [4].

**Соціокультурні механізми.** Колективна пам'ять, культурні наративи, ритуали та традиції можуть служити як засобами збереження травматичного досвіду, так і ресурсами для його подолання [5].

**Сімейні системи.** Функціонують як посередники в передачі травми через комунікативні патерни, сімейні ролі, секрети та мовчання навколо травматичних подій [6].

**Культурні особливості трансгенераційної травми**

Прояви трансгенераційної травми можуть мати культурно-специфічні особливості. У колективістських культурах більш виражена тенденція до збереження сімейної пам'яті та передачі травматичного досвіду через покоління, тоді як в індивідуалістичних культурах може переважати тенденція до «забування» та індивідуального подолання [7].

Особливості культурних контекстів також впливають на ресурси резильєнтності. Деякі культури мають розвинені традиційні практики подолання травми, зокрема й релігійні ритуали, колективну підтримку та специфічні наративи про страждання та відновлення [8].

Україна й Угорщина мають спільну історію в рамках колишньої Австро-Угорської імперії та схожі травматичні переживання XX ст., зокрема й Другої світової війни та періоду комуністичного правління. Однак сучасний досвід цих країн суттєво відрізняється. Україна із 2022 р. переживає повномасштабну війну з Росією, що створює унікальний контекст для дослідження трансгенераційної травми в умовах активного воєнного конфлікту [9].

Попередні дослідження нашої групи були присвячені адаптації та валідизації української версії Опитувальника міжпоколінної передачі історичної травми (далі – HITT-Q), розробленого Békés і Starrs (2024) [10]. Результати показали достатню надійність більшості шкал адаптованого опитувальника та підтвердили дванадцятифакторну структуру методики для української популяції [11]. Ці дослідження створили основу для проведення крос-культурного порівняння показників трансгенераційної травми між українською та угорською популяціями.

**Особливості травматичного досвіду України**

Україна має особливо складну історію колективних травм, що охоплює різні історичні періоди:

**1. Голодомор 1932–1933 рр.** – штучно створений голод, який призвів до загибелі мільйонів українців і залишив глибокі сліди в колективній пам'яті народу [12].

**2. Друга світова війна** – період окупації, Голокосту, партизанської боротьби та масових переселень, що вплинув на всі верстви населення [13].

**3. Чорнобильська катастрофа 1986 р.** – техногенна катастрофа, що мала довготривалі наслідки для фізичного та психологічного здоров'я населення [14].

**4. Поточна війна з Росією** – повномасштабна війна, що розпочалася у 2022 р. й продовжується, створюючи новий шар травматичного досвіду на тлі вже існуючих історичних травм [15].

Дослідження показують, що Україна має складну історію множинних травматичних подій, і поточна війна додає новий шар до цієї трансгенераційної травми [16]. Згідно з останнім оцінюванням потреб у сфері охорони здоров'я в Україні ВООЗ, 68% українців повідомляють про погіршення свого здоров'я порівняно з довоєнним періодом, а найпоширенішими проблемами здоров'я є проблеми психічного здоров'я, які уражають 46% людей [17].

Крос-культурні дослідження трансгенераційної травми є критично важливими для розуміння універсальних і культурно-специфічних аспектів цих процесів. Порівняння результатів HITT-Q між українською та угорською вибірками дозволяє дослідити культурні відмінності у проявах трансгенераційної травми між спорідненими європейськими культурами, вплив поточного воєнного конфлікту на показники трансгенераційної передачі травми та темпоральні ефекти: порівняння результатів, отриманих у відносно мирний час (2021 р.) та під час активних бойових дій (2024 р.).

**Мета дослідження** – здійснити крос-культурне порівняння показників трансгенераційної травми між українською та угорською популяціями з використанням HITT-Q та проаналізувати вплив поточного воєнного конфлікту на ці показники.

**Дизайн дослідження:** порівняльне крос-культурне дослідження з використанням даних двох незалежних вибірок.

**Учасники.** Українська вибірка складалася із 299 осіб, збір даних проводився в серпні 2024 р. під час активних бойових дій на території України. Критерії включення: вік від 18 років, володіння українською мовою, добровільна згода на участь у дослідженні. Угорська вибірка включала 724 особи (нащадки вижилих після Голокосту), збір даних проводився в березні – квітні 2021 р. в Угорщині за аналогічними критеріями включення [10].

В українському дослідженні дані збиралися онлайн через Google-форми з дотриманням принципів анонімності та конфіденційності. Учасники отримували детальну інформацію про мету дослідження та надавали інформовану згоду. Середній час заповнення опитувальника становив 25–30 хвилин. В угорському дослідженні використовувалася аналогічна процедура збору даних.

**Методика.** В обох дослідженнях використовувався Опитувальник міжпоколінної передачі історичної травми (HITT-Q), що включає 65 пунктів, об'єднаних у 12 шкал: 1) Вразливість сім'ї: Дисрегульована та пов'язана із травмою комунікація (4 пункти), Виховання під впливом травми (5 пунктів), Страх (5 пунктів), Дистрес (4 пункти); 2) Стійкість сім'ї: Стійкість сім'ї (4 пункти); 3) Вразливість нащадків: Втеча (4 пункти), Підвищена

відповідальність (3 пункти), Дистрес, пов'язаний із травмою (7 пунктів); 4) Стійкість нащадків: Адаптація (2 пункти), Приналежність (6 пунктів), Цінності (3 пункти); 5) Історична моральна травма: Історична моральна травма (7 пунктів).

**Статистичний аналіз.** Для порівняння показників між групами використовувався критерій Вілкоксона для незалежних вибірок (Wilcoxon rank-sum test), оскільки попередній аналіз показав відхилення розподілів від нормального. Розраховувався рангово-бісеріальний коефіцієнт кореляції для оцінювання величини ефекту, де значення 0,1–0,3 вважаються малими, 0,3–0,5 – помірними, більше 0,5 – великими ефектами. Рівень статистичної значущості встановлювався на рівні $p < 0,05$. Аналіз проводився у статистичному пакеті jamovi 2.3.

Дослідження проводилося відповідно до етичних стандартів Гельсінкської декларації. Усі учасники надали інформовану згоду на участь у дослідженні. Дані збиралися та зберігалися з дотриманням принципів конфіденційності й анонімності.

**Результати дослідження**

Описові статистики для української вибірки представлено в таблиці 1.

Аналіз розподілів показав, що більшість шкал мали асиметричні розподіли з переважанням низьких балів, що є типовим для психометричних інструментів, що вимірюють патологічні процеси в загальній популяції.

Результати порівняння показників між українською та угорською вибірками представлено в таблиці 2.

Усі порівняння виявилися статистично значущими. Величини ефектів варіювалися від помірних до великих ($|r| = 0,165–0,821$).

**Детальний аналіз патернів відмінностей.** Шкали з найбільшими розмірами ефекту:

**Цінності** ($r = −0,821$) – найбільший розмір ефекту серед усіх порівнянь, що свідчить про кардинально різне ставлення до сімейних і культурних цінностей;

**Виховання під впливом травми** ($r = 0,812$) – другий за величиною ефект, що вказує на значний вплив війни на батьківські практики;

Таблиця 1

**Описові статистики для української вибірки (n = 299)**

| Шкала | Середнє | Стандартне відхилення |
|---|---|---|
| Дисрегульована та пов'язана із травмою комунікація | 2,03 | 1,14 |
| Виховання під впливом травми | 1,92 | 1,00 |
| Страх | 1,63 | 0,909 |
| Дистрес | 2,04 | 1,25 |
| Стійкість сім'ї | 1,91 | 0,961 |
| Втеча | 1,51 | 0,963 |
| Підвищена відповідальність | 2,18 | 0,941 |
| Дистрес, пов'язаний із травмою | 1,42 | 1,04 |
| Адаптація | 3,25 | 1,67 |
| Приналежність | 2,10 | 0,927 |
| Цінності | 1,51 | 1,07 |
| Історична моральна травма | 2,48 | 1,07 |

Таблиця 2

**Результати крос-культурного порівняння українських і угорських показників HITT-Q**

| Шкала | Wilcoxon W | p | Рангово-бісеріальний коефіцієнт | Напрямок різниці |
|---|---|---|---|---|
| Дисрегульована та пов'язана із травмою комунікація | 35 857 | <0,001 | 0,599 | Україна > Угорщина |
| Виховання під впливом травми | 40 643 | <0,001 | 0,812 | Україна > Угорщина |
| Страх | 29 187 | <0,001 | 0,302 | Україна > Угорщина |
| Дистрес | 39 487 | <0,001 | 0,761 | Україна > Угорщина |
| Стійкість сім'ї | 12 410 | <0,001 | −0,447 | Україна < Угорщина |
| Втеча | 29 350 | <0,001 | 0,309 | Україна > Угорщина |
| Підвищена відповідальність | 32 750 | <0,001 | 0,460 | Україна > Угорщина |
| Дистрес, пов'язаний із травмою | 15 739 | <0,001 | −0,298 | Україна < Угорщина |
| Адаптація | 38 893 | <0,001 | 0,734 | Україна > Угорщина |
| Приналежність | 8 342 | <0,001 | −0,628 | Україна < Угорщина |
| Цінності | 4 017 | <0,001 | −0,821 | Україна < Угорщина |
| Історична моральна травма | 18 722 | 0,013 | −0,165 | Україна < Угорщина |

**Дистрес** (r = 0,761) – високий рівень загального дистресу в українській популяції;

**Адаптація** (r = 0,734) – парадоксально високі адаптивні здібності українців, попри загальну вразливість.

Українські респонденти демонстрували вищі показники порівняно з угорськими за такими шкалами:

– **шкали вразливості сім'ї:** усі чотири шкали (Дисрегульована комунікація, Виховання під впливом травми, Страх, Дистрес) показали значущо вищі значення в українській вибірці з великими розмірами ефекту (r = 0,302–0,812);

– **шкали вразливості нащадків:** Втеча та Підвищена відповідальність також були вищими в українців (r = 0,309 та r = 0,460 відповідно);

– **Адаптація:** єдина шкала стійкості, де українці показали вищі результати (r = 0,734).

Українські респонденти демонстрували нижчі показники за такими шкалами:

– **Стійкість сім'ї:** значущо нижчі показники сімейної резильєнтності (r = −0,447);

– **Стійкість нащадків:** приналежність та цінності показали найбільші розміри ефекту серед усіх порівнянь (r = −0,628 та r = −0,821 відповідно);

– **Дистрес, пов'язаний із травмою:** парадоксально нижчі показники в українській вибірці (r = −0,298);

– **Історична моральна травма:** нижчі показники переживання історичної несправедливості (r = −0,165).

– **Дискусія.** Отримані результати демонструють чіткий патерн, що відображає вплив поточного воєнного конфлікту на прояви трансгенераційної травми. Вищі показники за шкалами вразливості в українській вибірці можуть бути інтерпретовані як результат реактивації та посилення трансгенераційних травматичних процесів під впливом поточної травматизації [18].

**Інтерпретація результатів у контексті воєнного конфлікту.**

**Вплив на сімейні системи.** Підвищена вразливість сім'ї в українській вибірці відображає дестабілізуючий вплив війни на сімейні системи. Дослідження показують, що психотерапевти в Україні під час війни стикаються із проблемами спільної травматичної реальності, що може поширюватися і на сімейні відносини [19]. Особливо показовими є результати за шкалами «Дисрегульована комунікація» (r = 0,599) та «Виховання під впливом травми» (r = 0,812), що свідчить про значний вплив поточної кризи на внутрішньосімейні процеси.

Війна порушує звичні комунікативні патерни в сім'ях через необхідність постійного моніторингу загроз, обмеження інформації для захисту дітей, загальну атмосферу невизначеності. Батьки можуть неусвідомлено передавати дітям свої страхи та тривоги через вербальні та невербальні сигнали, що відображається у високих показниках дисрегульованої комунікації.

**Трансформація батьківських практик.** Надзвичайно високий показник за шкалою «Виховання під впливом травми» (r = 0,812) свідчить про кардинальні зміни в підходах до виховання дітей в умовах війни. Батьки змушені адаптувати свої виховні стратегії до екстремальних умов, що може включати:

– підвищену протекційність та контроль;

– передчасне «дорослішання» дітей через необхідність участі в убезпеченні;

– зміну пріоритетів з розвитку особистості на забезпечення виживання;

– передачу копінг-стратегій, адаптованих до воєнних умов.

**Психофізіологічний стрес.** Підвищені страх і дистрес логічно відображають безпосередній вплив воєнної загрози. Дослідження нейронауки травми під час російського вторгнення в Україну показують, що люди постійно піддаються кільком формам травми: страху втрати життя та/або свободи, горю, розлученню із сім'ями, соціальній ізоляції [20].

Хронічна активація системи «бий або тікай» призводить до виснаження адаптивних ресурсів організму та може мати довготривалі наслідки для фізичного та психічного здоров'я. Це особливо важливо в контексті трансгенераційної передачі, оскільки хронічний стрес батьків може впливати на розвиток дітей через епігенетичні механізми.

**Парадоксальні результати та їх інтерпретація.**

**Феномен «парадоксу резильєнтності»**. Одним із найцікавіших результатів дослідження є поєднання високих показників вразливості з підвищеною адаптацією (r = 0,734). Це явище може бути інтерпретоване як «парадокс резильєнтності» – здатність людей мобілізувати адаптивні ресурси саме в умовах найбільшої загрози.

Можливі механізми цього феномену:

**1. Активізація латентних ресурсів** – екстремальні умови можуть розкривати прихований потенціал адаптації, який не проявляється у звичайних обставинах.

**2. Колективна мобілізація** – війна може сприяти посиленню соціальної згуртованості та взаємодопомоги, що компенсує індивідуальні втрати.

**3. Переосмислення пріоритетів** – кризи часто призводять до перегляду життєвих цілей і цінностей, що може підвищувати адаптивність.

**4. Гормезис-ефект** – помірний стрес може стимулювати розвиток адаптивних механізмів, хоча важливо не перетнути межу, за якою стрес стає деструктивним.

**Зниження травма-специфічного дистресу.** Нижчі показники дистресу, пов'язаного із травмою, в українській вибірці (r = −0,298) можуть відображати кілька процесів:

**1. Дисоціативні механізми захисту** – відокремлення емоційного переживання від усвідомлення загрози як спосіб збереження функціональності.

**2. Звикання до хронічного стресу** – адаптація нервової системи до постійної загрози може знижувати гостроту переживань.

**3. Зсув фокуса уваги** – концентрація на поточному виживанні може зменшувати увагу до історичних травм.

**4. Колективна нормалізація** – коли травматичний досвід стає спільним для всього суспільства, він може сприйматися як «нормальний».

**Трансформація ціннісних орієнтацій.** Найбільший розмір ефекту спостерігався за шкалою «Цінності» (r = −0,821), що вказує на кардинальну трансформацію ціннісних орієнтацій українців в умовах війни. Це може відображати:

**1. Переорієнтацію із традиційних на виживальні цінності** – пріоритет фізичної безпеки над культурними та духовними цінностями.

**2. Ревізію сімейних традицій** – необхідність адаптації до нових умов може призводити до відмови від звичних практик.

**3. Генераційний конфлікт цінностей** – молоде покоління може відкидати цінності, що асоціюються з «мирним» минулим.

**4. Тимчасову дезорієнтацію** – криза ідентичності, що виникає в умовах радикальних змін життєвих обставин.

**Культурні та темпоральні чинники. Специфіка української колективної травми**

Важливо розглядати отримані результати не лише як наслідок воєнного конфлікту, але й у контексті культурних відмінностей між українською та угорською популяціями. Україна має унікальну історію множинних травматичних подій, що може створювати специфічний культурний контекст для переживання та передачі травми [21].

Особливості української колективної травми включають:

**1. Багатошаровість травм** – накладення різних історичних травм одна на одну створює складний травматичний комплекс.

**2. Незавершеність процесу горювання** – політичні обставини часто не дозволяли повноцінно опрацювати попередні травми.

**3. Інтергенераційна передача опору** – поряд із травмою передаються і традиції опору, що може пояснювати високі показники адаптації.

**4. Амбівалентність культурної ідентичності** – тривалі періоди політичної нестабільності створили складності з формуванням стабільної національної ідентичності.

**Темпоральні ефекти.** Різниця в часі збору даних (2021 р. в Угорщині vs 2024 р. в Україні) додає темпоральний вимір до крос-культурного порівняння. Це дозволяє не лише порівняти дві культури, але й дослідити ефект «до/під час» війни, що має особливу наукову цінність.

**Клінічні рекомендації.** Результати дослідження мають важливі практичні наслідки для організації психологічної допомоги в Україні:

**1. Сімейна терапія** – високі показники сімейної вразливості вказують на необхідність розроблення спеціалізованих сімейних інтервенцій, що враховують специфіку воєнної травми.

**2. Батьківські програми** – критично важливою є підтримка батьків у розробленні адаптивних стратегій виховання в умовах війни.

**3. Превентивні заходи** – високі показники вразливості за збережених адаптивних ресурсах створюють «вікно можливостей» для превентивних інтервенцій.

**4. Культурно-сенситивні підходи** – необхідність адаптації існуючих терапевтичних підходів до української культурної специфіки.

**Висновки.** Крос-культурне порівняння показників HITT-Q між українською та угорською вибірками виявило статистично значущі відмінності за всіма шкалами опитувальника, що відображає комбінований вплив культурних особливостей і поточного воєнного конфлікту.

**Основні висновки:**

**1. Підтверджено гіпотезу про реактивацію трансгенераційної травми в умовах війни** – українські респонденти демонструють значно вищі показники сімейної вразливості й особистої дезадаптації, що узгоджується з очікуваним впливом поточної травматизації на трансгенераційні процеси.

**2. Виявлено «парадокс резильєнтності»** – знижені показники традиційних форм стійкості поєднуються з підвищеною адаптацією, що може відображати мобілізацію альтернативних копінг-ресурсів у відповідь на екстремальні виклики.

**3. Встановлено специфічні культурні патерни** – найбільші відмінності спостерігалися за шкалами цінностей і виховання під впливом травми, що вказує на культурно-специфічні механізми адаптації до кризи.

**4. Підтверджено важливість контекстуального підходу** – результати підкреслюють необхідність урахування актуального соціально-політичного контексту під час дослідження трансгенераційної травми.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Békés V., Starrs C. J. Assessing transgenerational trauma transmission: development and psychometric properties of the Historical Intergenerational Trauma Transmission Questionnaire (HITT-Q). *European Journal of Psychotraumatology.* 2024. Vol. 15. № 1. P. 2329510.

2. Danieli Y. International handbook of multigenerational legacies of trauma. New York : Plenum Press, 1998. 754 p.

3. Gapp K., Jawaid A., Sarkies P. et al. Implication of sperm RNAs in transgenerational inheritance of the effects of early trauma in mice. *Nature Neuroscience.* 2014. Vol. 17. № 5. P. 667–669.

4. Scharf M. Long-term effects of trauma: psychosocial functioning of the second and third generation of Holocaust survivors. *Development and Psychopathology.* 2007. Vol. 19. № 2. P. 603–622.

5. Alexander J.C. Cultural trauma and collective identity. Berkeley : University of California Press, 2004. 301 p.

6. Baum N.L. Shared traumatic reality in communal disasters: toward a conceptualization. *Psychoanalytic Psychology.* 2010. Vol. 27. № 3. P. 306–323.

7. Hofstede G. Culture's consequences: comparing values, behaviors, institutions and organizations across nations. 2nd ed. Thousand Oaks : Sage Publications, 2001. 596 p.

8. Kirmayer L.J., Gone J.P., Moses J. Rethinking historical trauma. *Transcultural Psychiatry.* 2014. Vol. 51. № 3. P. 299–319.

9. Jawaid A., Gomolka M., Timmer A. Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine. *Nature Human Behaviour.* 2022. Vol. 6. P. 748–749.

10. Békés V., Starrs C. J. Assessing transgenerational trauma transmission: development and psychometric properties of the Historical Intergenerational Trauma Transmission Questionnaire (HITT-Q). *European Journal of Psychotraumatology.* 2024. Vol. 15. № 1. P. 2329510.

11. [Посилання на статтю про адаптацію HITT-Q – буде додано після публікації].

12. Applebaum A. Red famine: Stalin's war on Ukraine. New York : Doubleday, 2017. 496 p.

13. Snyder T. Bloodlands: Europe between Hitler and Stalin. New York : Basic Books, 2010. 524 p.

14. Petryna A. Life exposed: biological citizens after Chernobyl. Princeton : Princeton University Press, 2002. 264 p.

15. Kuzio T. Putin's war against Ukraine: revolution, nationalism, and crime. Toronto : University of Toronto Press, 2017. 384 p.

16. Westin E. Trauma and healing through postgenerational Holodomor survivor research. *Life Writing.* 2024. Vol. 21. № 4. P. 493–511.

17. World Health Organization. Three years of war: rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation. WHO Europe News. 2025. URL: https://www.who.int/europe/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation

18. Starrs C.J., Békés V. Historical and transgenerational trauma: A conceptual framework. *Traumatology.* 2024. У друці.

19. Leshem R., Krasovec A., Pankevych L. Shared traumatic reality during the continuous war in Ukraine and the protective role of transgenerational transfer: Voices of mental health professionals. *Journal of Community Psychology.* 2025. Vol. 53. № 1. P. 445–463.

20. Jawaid A., Gomolka M., Timmer A. Neuroscience of trauma and the Russian invasion of Ukraine. *Nature Human Behaviour.* 2022. Vol. 6. P. 748–749.

21. Shynkarenko M. The cure for generational trauma. IWM Blog. 2023. URL: https://www.iwm.at/blog/the-cure-for-generational-trauma

*Стаття надійшла у редакцію: 16.09.2025*
*Стаття прийнята: 25.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 2
# СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

## АКТУАЛІЗАЦІЯ ПОНЯТТЯ УСПІХУ ПІДПРИЄМСТВ В УКРАЇНІ ПІД ЧАС КРИЗИ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

## RECONCEPTUALIZING BUSINESS SUCCESS IN UKRAINE DURING CRISIS: A SOCIOLOGICAL ANALYSIS

УДК 316.4:005.33
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.5
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Бірюкова М.В.**
д.соціол.н., професор,
доцент кафедри соціології і публічного управління
Навчально-наукового інституту соціально-гуманітарних технологій
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»
ORCID ID: 0000-0003-0525-3659

**Гнутов А.В.**
аспірант кафедри соціології і публічного управління
Навчально-наукового інституту соціально-гуманітарних технологій
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»
ORCID ID: 0009-0008-4320-6419

*У статті здійснено спробу концептуалізації поняття успіху підприємств в Україні в умовах війни та масштабної соціальної нестабільності, де економічні показники не можуть вичерпно відображати реальний стан справ. Показано, що успіх постає як соціально сконструйоване явище, яке формується у взаємодії із суспільними інститутами та ґрунтується на довірі, легітимності, репутації та вбудованості в соціальні структури. Теоретичним підґрунтям аналізу слугують символічний інтеракціонізм, концепції соціального капіталу (П. Бурдьє, Р. Патнем, Ф. Фукуяма) та теорія вкоріненості М. Грановеттера, що надають можливість переосмислити роль бізнесу як соціального актора в кризовому середовищі.*

*У центрі уваги перебуває корпоративна соціальна відповідальність, яка в сучасних умовах із факультативної практики трансформується у механізм виживання та забезпечення соціальної підтримки. Висвітлюється, що українські підприємства адаптують стратегії до викликів воєнного часу, інтегруються в локальні спільноти, підтримують армію та громадян, забезпечують гуманітарні ініціативи й тим самим підвищують власну конкурентоспроможність. Аргументовано, що соціальний успіх неможливо звести до прибутковості; він визначається здатністю підприємства узгоджувати свої дії з домінантними цінностями суспільства, формувати довіру й демонструвати чутливість до потреб громади.*

*Результати аналізу дають підстави виокремити три ключові компоненти соціального успіху підприємств: легітимність, що забезпечує суспільне визнання та «соціальну ліцензію» на діяльність; вбудованість, яка виражає інтегрованість бізнесу в місцеві та національні соціальні структури; та чутливість до запитів громади, що виявляється у здатності швидко реагувати на нові виклики й потреби. Зроблено висновок, що у воєнних та постворенних умовах саме ці чинники забезпечують підприємствам довготривалу стійкість і конкурентні переваги, тоді як традиційні економічні метрики відходять на другий план.*

**Ключові слова:** *соціологія бізнесу, соціальний капітал, легітимність, корпоративна відповідальність, вбудованість, довіра, соціальна чутливість, підприємництво в умовах війни, успіх, криза.*

*The article reconceptualizes the notion of business success in Ukraine under conditions of war and profound social instability, where traditional economic indicators fail to capture the full scope of enterprises' performance. Success is examined as a socially constructed phenomenon shaped by interaction with institutions and grounded in trust, legitimacy, reputation, and embeddedness within social structures. Theoretical foundations include symbolic interactionism, theories of social capital (P. Bourdieu, R. Putnam, F. Fukuyama), and M. Granovetter's concept of embeddedness, which together allow for reinterpreting business as a social actor in a crisis environment.*

*Special attention is devoted to corporate social responsibility (CSR), which in the Ukrainian context has shifted from an optional practice to a mechanism of survival and societal support. Enterprises adapt their strategies to wartime challenges, integrate into local communities, support the Armed Forces and civilians, and implement humanitarian initiatives, thereby enhancing their resilience and competitiveness. It is argued that business success should not be reduced to profitability; instead, it is defined by the capacity of firms to align their actions with dominant social values, to generate trust, and to demonstrate responsiveness to community needs.*

*The analysis identifies three core components of social success: legitimacy, ensuring public recognition and a "social license to operate"; embeddedness, reflecting integration into local and national social structures; and responsiveness to community demands, expressed in the ability to react swiftly to societal challenges. The findings indicate that under wartime and post-war conditions, these factors provide enterprises with long-term stability and competitive advantages, while conventional economic metrics recede in importance.*

**Key words:** *business sociology, social capital, legitimacy, corporate responsibility, embeddedness, trust, responsiveness, entrepreneurship in war, success, crisis.*

Актуалізація концепту «успіх» у соціологічному дискурсі пов'язана з необхідністю переосмислення його теоретичних засад у контексті повоєнного відновлення та трансформації українського суспільства. Ідеться не лише про стратегічну перспективу розвитку держави, але й про функціонування бізнесу як форми економічної діяльності та підприємства як повноцінного соціального суб'єкта, інтегрованого в мережу суспільних зв'язків і зобов'язань. Успіх як соціологічна категорія не є новим поняттям, проте саме в умовах масштабної соціальної кризи – втрати довіри до інституцій, порушення

звичних механізмів мобільності та деконструкції стабільних ролей – виникає потреба у його новій операціоналізації. У межах цього дослідження підприємство трактується як соціальний актор, який діє в умовах невизначеності, піддається впливу норм, очікувань та символічних структур і прагне досягнення суспільно визнаного успіху. Така аналітична рамка дає змогу здійснити порівняння між індивідуальним і колективним (організаційним) рівнем успішності, виявити спільні соціальні механізми, що регулюють процеси визнання, легітимації та укорінення в соціальному середовищі.

Успіх при цьому постає не як об'єктивна або універсальна категорія, а як соціально сконструйоване, змінне в часі й культурно обумовлене явище. Його визнання формується через колективні уявлення, символічні ресурси та механізми інтерсуб'єктивної взаємодії. У різних соціальних контекстах домінуючими можуть бути різні критерії успішності – від матеріального благополуччя до громадської участі чи морального авторитету. Отже, критерії успіху функціонують як соціальні маркери, що не лише ієрархізують індивідів і організації, але й відображають структуру домінантних цінностей певної соціальної групи. Успішність підприємства, як і особистості, потребує суспільного визнання, включеності в систему соціальних відносин, здатності до символічного «представлення» та відповідності нормам легітимності [12].

У сучасному українському контексті, який визначається надзвичайно високим рівнем соціальної турбулентності, що викликана війною, деінституціоналізацією довіри, міграційними хвилями, переосмисленням ролі громадських структур і руйнацією сталих моделей соціальної мобільності, поняття успіху набуває нової якості. Успіх стає не лише особистою ціллю, але й маркером здатності окремих соціальних суб'єктів – як індивідів, так і організацій – адаптуватися, трансформуватися та бути релевантними в середовищі невизначеності. Дослідженням трансформації успіху підприємств та супутніми питаннями, як-от корпоративно-соціальна відповідальність, соціально-трудові відносини в Україні, займаються Червінська Л., Бедашева О. Ю., Горбова Ю. С., Мазурик О. В., Панькова О. В. та інші.

Метою цієї статті є концептуалізація успіху підприємства як соціального явища в умовах системної кризи, зумовленої воєнними діями, соціальною дестабілізацією та інституційною фрагментацією в українському суспільстві. У фокусі дослідження – аналіз соціальних механізмів, які лежать в основі визнання, легітимації та адаптації підприємств до зміненої соціальної реальності, а також виявлення умов, за яких організаційна успішність може бути осмислена не лише через економічні показники, а й через відповідність етичним, культурним і колективним очікуванням. Такий підхід дає змогу не лише переосмислити роль бізнесу як соціального актора, а й окреслити ширший нормативний горизонт для формування стійкої та інклюзивної моделі соціального розвитку в повоєнний період.

Сьогодні в Україні успіх більше не може трактуватися в термінах суто індивідуальних досягнень або прагматичних економічних результатів. Він передбачає нову етику відповідальності, яка вимагає від кожного суб'єкта – від громадянина до підприємства – враховувати інтереси інших, зокрема вразливих груп, локальних спільнот, держави, а також дбати про соціальну згуртованість. Будь-який успіх, що досягається ціною зневаги до інституційних правил, норм справедливості чи соціальної довіри, ризикує втратити свою легітимність і призвести до поглиблення соціальної фрагментації.

Таким чином, у новій парадигмі, що формується в Україні, успіх – це процес взаємного узгодження очікувань, визнання, солідарної участі в досягненнях. Він передбачає діалогічну модель взаємодії, у якій різні соціальні групи не конкурують за ресурси чи символічний капітал, а співтворять соціальне благо. Цей підхід потребує радикального перегляду традиційних критеріїв успіху: від домінування кількісних метрик, як-от прибуток, позиція на ринку, охоплення, до інтеграції якісних показників – рівня довіри, інклюзії, стійкості соціальних практик.

Соціологія, зі свого боку, надає інструменти для вивчення цих процесів, зокрема через аналіз соціальних очікувань, колективних уявлень, моральної економіки та інституціональних механізмів легітимації. Такий аналіз дає змогу не тільки описати, але й осмислити, яким чином у період трансформацій може формуватися соціально справедливий, інклюзивний і релевантний для широкого кола учасників стандарт успіху.

Під час огляду різних соціологічні підходів можна виділити в успіху кілька акцентів, які можуть бути основними точками прикладання зусиль у процесі досягання успіху. Почати варто саме з успіху індивідів, оскільки успіх підприємства в певному сенсі є середнім арифметичним успіху кількох акторів, що об'єднані однією справою.

Ідеологія досягнень стверджує, що успіх – це результат індивідуальних зусиль, завзятості й компетентності. Така ідеологія, глибоко вкорінена в капіталістичному світогляді, ігнорує або применшує значення структурних бар'єрів, з якими стикаються менш привілейовані соціальні групи. Сандра Л. Барнс довела, що віра в цю ідеологію поширеніша серед представників соціально захищених груп, тоді як маргіналізовані індивіди схильні визнавати існування системної нерівності, де їхні проблеми пов'язані з незмінними якостями, як-от раса чи етнічна приналежність, стать і сімейна економіка [6].

З погляду зору символічного інтеракціонізму успіх формується лише тоді, коли дії індивіда визнаються значущими іншими, тобто дії індивіда отримують позитивне сенсування з боку інших людей. Інакше кажучи, самі по собі зусилля або

досягнення не є «успіхом», поки вони не інтерпретовані спільнотою як такі [10; 1]. Таким чином, успіх виникає із взаємодії двох типів чинників: суб'єктивних (особистісних уявлень про успіх) і об'єктивних (соціально визнаних символів успіху). Коли індивід ставить перед собою мету та досягає її, він одночасно контролює її сприйняття іншими – подає себе для оцінювання. Учасники взаємодії використовують символи, мову й ритуали (нагородження, визнання, ритуальне схвалення), щоб позначити, що певні дії чи статус відповідають їх уявленню про успішність. Зокрема, Е. Гофман у своєму аналізі «поведінки людини в буденному житті» звертає увагу на соціальний «фронт» особистості: зовнішній вигляд і манеру поведінки як елементи іміджу. Вони слугують сигналами для оточення про очікуваний соціальний статус індивіда [10]. Наприклад, діловий костюм і нагороди під час офіційного прийому «повідомляють» публіці про високий статус і досягнення цієї людини. Отже, у символічному інтеракціонізмі успіх – це насамперед процес «виконання ролі успішної людини» й отримання соціального визнання за цю роль [1]. Тобто символічна комунікація має відбуватися в одній системі символів, яку може подати індивід або підприємство та яку може інтерпретувати суспільство, щоб сформувати свої судження. Це формує соціальний статус і соціальну легітимність, тобто право на певне місце в ієрархії суспільства.

Фокус на психологічній потребі перевершити інших і досягти високих стандартів, а саме потребі в досягненні, описує теорія трьох потреб Девіда МакКлелланда. Згідно з нею саме підприємці є вмотивованими досягненнями, тому прагнуть бути успішними, а це, зі свого боку, життєво важливо для економіки, тому капіталістична культура плекає цю потребу в людях [18].

Концепція соціального капіталу акцентує роль мереж соціальних зв'язків і норм у створенні вигод для учасників. П'єр Бурдьє розглядав соціальний капітал як індивідуальне надбання, що походить із положення та статусу особи в суспільстві, Роберт Патнем популяризував соціальний капітал як колективне явище, тобто особливості соціальних організацій – мережі, норми, довіру, що спрощують дію і кооперацію для взаємної вигоди, та вже Френсіс Фукуяма виокремлював довіру як ключовий компонент соціального капіталу, що забезпечує успіх суспільства й економіки. На його думку, високий рівень соціальної довіри між людьми та інститутами є передумовою ефективної співпраці й економічного зростання, тобто успіху, опосередковано [16; 20].

Оскільки успіх має суб'єктивну специфіку, на основі різних теорій можна виділити фактори, що визначають, за якими критеріями вважають особу чи підприємство успішними, а саме:

– **соціальні норми й очікування** – кожна спільнота встановлює свої уявлення про те, що вважається належним успіхом. При цьому невиконання цих норм тягне за собою суспільне неприйняття або маркування особи як «неуспішної»;

– **цінності та ідеали** – суспільні уявлення про успішну людину відображають домінуючі культурні цінності. Ідеали успіху закріплюються через виховання, ЗМІ, освітню систему і стають орієнтирами поведінки індивідів;

– **символи успіху** – важлива роль належить символічним проявам, які сигналізують про статус;

– **соціальний капітал** – доступ до інформації, підтримка оточення, наставництво – усе це полегшує досягнення успіху. Натомість відсутність мереж і капіталу довіри може ставати бар'єром, навіть якщо особа сама дуже старанна;

– **соціальна легітимація** – суспільство осмислює ідею успіху крізь призму ціннісного сенсу: успіх повинен бути легітимним у розумінні спільноти, тобто узгоджуватися з домінуючими ідеологіями й отримувати суспільне схвалення.

Таким чином, за результатами застосування запропонованих вище соціологічних теорій та підходів можемо вийти за межі індивідуалістичних і ринково орієнтованих моделей успіху, запропонувавши більш комплексне, контекстуальне й інклюзивне розуміння. Успіх – це не лише результат дій, а соціальна подія, що потребує визнання, моральної легітимності та відповідності колективним очікуванням. Успішність, таким чином, є одночасно культурним конструктом і чинником соціальної ієрархії. Тож успіх підприємств у соціологічному вимірі постає як результат складної взаємодії між внутрішніми організаційними процесами, зовнішнім соціальним середовищем і структурною позицією підприємства в суспільстві. Він не може бути зведений до простих фінансових показників – прибутку, зростання доходів чи експансії ринку. Успішні підприємства зазвичай розглядаємо як економічно прибуткові, оскільки саме заробіток грошей є основною та явною функцією бізнесу, а дослідження шляхів отримання прибутку більше належить до економіки. Натомість соціологічний підхід акцентує на глибших засадах – довірі, соціальній легітимності, організаційній згуртованості, репутаційному капіталі, а також адаптивності до соціальних очікувань і викликів.

Однією з ключових концепцій сучасної економічної соціології виступає ідея embeddedness, що акцентує увагу на невід'ємному зв'язку економічної дії із соціальними структурами. Економічна поведінка не є автономною, вона завжди вплетена у тканину соціальних зв'язків, норм і культурних значень. Підприємства функціонують не у вакуумі, а у складній системі взаємин із працівниками, партнерами, конкурентами, спільнотами та інституціями. Гановеттер виокремлював реляційну вбудованість (тривалі, довірчі відносини між акторами) і структурну вбудованість (положення в мережі). Пізніше цю ідею доповнили, ввівши когнітивну вбудованість (загальна ментальна модель, спільні цінності) як третій компонент мережевих зв'язків. Теорія вбудованості показує, що підприємство зазвичай не діє ізольовано – його рішення й результативність тісно

залежать від того, наскільки глибоко воно інтегроване в соціальні контексти. Саме ці зв'язки створюють можливості для зростання, а також формують межі – правові, моральні, інституційні, у яких підприємства діють [11].

В умовах сучасної України, де традиційні економічні інструменти часто виявляються недостатніми або недієвими через кризу державних інституцій, воєнні дії та структурну нестабільність, соціальні чинники виходять на перший план. Підприємства, які мають глибоку соціальну вкоріненість, демонструють значно вищу стійкість, здатність до самоорганізації, кооперації та подолання викликів. Це підтверджується як якісними кейсами (наприклад, кейсами волонтерських ініціатив у бізнесі), так і емпіричними дослідженнями в галузі соціального підприємництва та сталого розвитку.

Підтримка з боку інститутів (закони, норми, профільні організації, держава) надає підприємству офіційної легітимності та формального авторитету. Легітимність – це узагальнене сприйняття, що дії компанії є належними в рамках суспільних та інституційних норм – визнання урядовими програмами, галузевими сертифікатами чи нагородами. Разом це створює довіру зацікавлених груп, тобто соціальний капітал. Сукупно легітимність і соціальний капітал впливають на статус підприємства. Ті, що перебувають на вищих щаблях соціальної ієрархії, мають кращі можливості конвертувати свій статус у реальні ресурси та співпрацю. Високий статус організації в структурі спільноти означає більшу впізнаваність її бренду, довіру клієнтів і партнерів, а також можливість формувати правила на ринку [23; 9].

У підсумку можна стверджувати, що успіх підприємства є наслідком його соціальної вбудованості в суспільство. Підприємства, які мають міцні мережеві зв'язки, високий статус і легітимність, отримують постійний доступ до нової інформації, ресурсів і підтримки з боку різних організацій [22]. Сучасні дослідження підтверджують: соціальний капітал визнається одним із головних факторів сталого бізнес-успіху [19]. Інакше кажучи, чим краще організація інтегрована в соціальні та інституційні структури, тим більші її можливості мобілізувати ресурси, завойовувати довіру громадськості та формувати свою репутацію, що в кінцевому підсумку визначає її конкурентоспроможність і успіх [17].

В умовах повномасштабної війни бізнес в Україні стикається з абсолютно новою реальністю. Російська агресія докорінно змінила економічне та соціальне середовище: традиційні інститути державної підтримки виявилися послабленими, а суспільна довіра до влади та судової системи знизилася. З одного боку, довіра громадян до органів влади і правосуддя залишалася вкрай низькою, що свідчить про деградацію інституційних механізмів. З іншого – довіра до армії та волонтерських рухів стрімко зросла: після початку війни довіра до Збройних сил перевищила 95%, а довіра до волонтерських і гуманітарних організацій перебуває на рекордно високому рівнів [5]. У таких умовах підприємства змушені виходити за межі чисто комерційної діяльності, оскільки державні інститути не в змозі повною мірою задовольнити соціальні потреби. Підприємницьке середовище відчуває посилену турбулентність: мають місце економічні ризики воєнного часу, знецінення інституціональних гарантій і масова мобілізація ресурсів, які раніше скеровувалися на розвиток бізнесу [4]. У цих умовах від бізнесу чекають не тільки дотримання законів, але й активної соціальної позиції – як «партнера суспільства» в забезпеченні стабільності та допомозі постраждалим групам населення.

Українські компанії відповіли на виклики війни не формальною статистикою, а практичними діями, наближеними до бойового волонтерства. Більше половини великих підприємств повідомляють про прямі внески у перемогу та соціальну підтримку: 72 компанії перерахували на рахунки Нацбанку майже 2,77 млрд грн фінансової допомоги для армії, а ще понад 3,45 млрд грн було витрачено на гуманітарну допомогу (продукти, ліки, евакуацію). Окремі галузі особливо активні: ІТ-компанії і банки відкривали нові офіси в безпечних регіонах, організовували евакуацію співробітників і гарантовано виплачували зарплати. Майже 177 компаній перераховували частину прибутку або кошти співробітників до фондів підтримки ЗСУ. Примітно, що корпоративне волонтерство стало масовим явищем – понад 136 підприємств забезпечували бойовиків їжею і пальним, 19 фармкомпаній передали армії ліки на десятки мільйонів гривень. Багато компаній також попередньо сплатили податки з розрахунку минулого року, що забезпечило бюджету 3,66 млрд грн додаткового ресурсу [13].

Ці перетворення не є непередбачуваними. Ще до повномасштабного вторгнення експерти з корпоративно-соціальної відповідальності наголошували, що соціальна відповідальність бізнесу в Україні стає невід'ємною складовою виживання підприємств під час агресії [4]. Компанії засновують благодійні фонди, долучаються до ініціатив відбудови (ремонт шкіл, лікарень, житла переселенців), сприяють реінтеграції ветеранів. Такі дії формують у громадськості уявлення про бізнес як про активного соціального актора, на якого можна покластися в кризу. За відсутності повноцінної допомоги з боку держави роль приватного бізнесу у волонтерському забезпеченні й відбудові стає критичною. Загалом українські компанії зарекомендували себе не лише постачальниками товарів і послуг, а й учасниками національного порятунку: їхні соціальні ініціативи тепер розглядаються як одна з основних форм «інвестицій» у майбутню стабільність.

У такому середовищі соціальний успіх підприємства означає здобуття довгострокової підтримки суспільства на рівні легітимності, стійкої інтеграції

та адекватної реакції на потреби громади. Формулу можна уявити як поєднання трьох чинників: легітимність + вбудованість + чутливість.

**Легітимність.** Бізнес має діяти відповідно до суспільних цінностей і очікувань. У час війни легітимність означає публічне підтвердження, що фірма розділяє національні інтереси (наприклад, спільна боротьба проти агресора, створення «спільної цінності» для суспільства). Як підкреслює Майкл Портер, «мета корпорацій повинна бути переозначена як створення спільної цінності, а не лише прибутку» [24]. Інакше кажучи, підприємство здобуває соціальну ліцензію на діяльність, лише якщо очевидна вигода суспільства від його існування. Натомість «чистий бізнес» або скриті спроби заробити на війні суттєво підірвуть довіру й легітимність компанії.

**Вбудованість.** Соціальні ініціативи мають бути не випадковим актом милосердя, а органічно інтегровані у стратегію та операційну діяльність компанії. Інакше кажучи, CSR-проєкти потрібно «вшивати» в бізнес-модель, а не виконувати їх за залишковим принципом. Як зауважують фахівці, у сталих бізнес-підходах соціальні цілі вбудовані у стратегію і щоденну рутину компанії, тоді як традиційні CSR-акції часто йдуть «накладкою» на основну діяльність [24]. Умовно кажучи, підприємство має стати частиною локального соціального організму: відкривати виробництва й офіси в громадах, активно співпрацювати з місцевою владою і НДО, стимулювати розвиток навколишньої інфраструктури. Вбудованість визначає, наскільки глибоко бізнес залучений у вирішення регіональних проблем: чим сильніше його «коріння» в громаді, тим вищий соціальний капітал підприємства.

**Чутливість до соціальних запитів.** Швидкість адаптації до нагальних потреб суспільства визначає репутаційний капітал фірми. Підприємство має постійно відстежувати нові виклики (наприклад, брак критичної інфраструктури, потреби внутрішньо переміщених осіб, питання екології та енергозбереження в умовах воєнного дефіциту) і відповідно коригувати свої ініціативи. Комунікація зі стейкхолдерами (співробітниками, клієнтами, громадами) має бути злагоджена: важливо не втратити об'єктивність і надавати необхідну підтримку, коли вона дійсно потрібна. Наприклад, рішення банку знижувати процентні ставки для клієнтів чи компанії – створювати додаткові робочі місця в безпечних регіонах – демонструють чутливість і розуміння поточних потреб. Саме ця реактивність до соціальних запитів забезпечує підприємству стійкість суспільної підтримки.

Проведене дослідження дає змогу стверджувати, що успіх сучасного українського підприємства вже не варто розглядати суто як економічну категорію. Він дедалі більше набуває соціального виміру, де ключовими стають суспільне визнання, легітимність, відповідність домінантним цінностям, а також чутливість до соціальних очікувань і викликів. Успіх перетворюється на соціально сконструйовану характеристику, що формується у взаємодії бізнесу з громадськістю, державними інституціями, локальними спільнотами та партнерами.

Розгляд успіху з позицій соціологічного підходу дав змогу окреслити низку ключових чинників, що визначають конкурентоспроможність підприємств у кризових умовах. Серед них особливе значення мають символічна легітимність, соціальний капітал, репутація, вкоріненість у спільноту та здатність до суспільної рефлексії. Коли класичні економічні інструменти втрачають ефективність, саме ці чинники виступають джерелами стійкості та мобілізації підтримки. В умовах війни українські компанії змушені були переосмислити свої стратегії, змістивши акцент із прибутковості на соціальну результативність і відповідальну поведінку. Корпоративна соціальна відповідальність перестала бути факультативною практикою і перетворилася на базовий інструмент виживання та засіб укріплення довіри.

Під час аналізу окреслено нову модель успіху підприємства в українських реаліях, що ґрунтується на триєдиній формулі: легітимність, соціальна вбудованість і чутливість до запитів суспільства. Саме ця формула дає змогу бізнесу не лише зберігати стійкість у кризових умовах, а й створювати передумови для довгострокової соціальної ефективності. У новій реальності особливої ваги набувають не лише офіційні інститути, а й неформальні актори – волонтерські ініціативи, локальні спільноти, громадські організації. Їхня роль у формуванні довіри та легітимності бізнесу нерідко перевершує ефективність державного регулювання. Це створює потребу в подальшому вивченні нових форматів партнерства між підприємствами та громадянським суспільством, зокрема в умовах послабленої інституційної спроможності держави.

Соціальний капітал у такій моделі розглядається не лише як ресурс зв'язків, а як механізм підтримки, мобілізації, згуртованості та взаємної відповідальності. Інвестиції у соціальні зв'язки забезпечують підприємствам не тільки стабільність, але й вищу адаптивність до змін середовища. Через них формуються довіра, репутація, символічна вага організації – нематеріальні активи, що визначають її стійкість у довгостроковій перспективі. Отже, успішне підприємство в Україні – це не лише фінансово ефективна структура, але й соціально відповідальний актор, вбудований у локальні та національні процеси, відкритий до кооперації та здатний до гнучкого реагування на суспільні виклики.

За результатами окресленої теоретичної рамки з'являється підґрунтя для подальших емпіричних досліджень. Перспективними напрямами є вивчення кейсів українських підприємств, які демонструють адаптивність, соціальну результативність та ініціативність в умовах невизначеності; аналіз взаємозв'язку між рівнем суспільної довіри та практиками корпоративної соціальної відпові-

дальності на локальному рівні; а також розробка надійних методик вимірювання соціального успіху, які передбачатимуть оцінку нематеріальних активів: символічного капіталу, соціальної репутації, рівня згуртованості та відкритості до громади. Окрему увагу заслуговує дослідження ролі локальних спільнот у формуванні бізнес-легітимності, а також аналіз антикрихкості та інноваційної спроможності підприємств як чинників довготривалої стабільності.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Бедашева О.Ю. Специфіка соціологічної інтерпретації поняття успіх та життєвого успіху. *Вісник Львівського університету. Серія «Соціологія»*. Львів : Львів. ун-т ім. І. Франка, 2016. № 10. С. 252–259. URL: https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/596119 (дата звернення: 14.05.2025).
2. Вебер М. Протестантська етика і дух капіталізму. Харків : Наш Формат, 2008. 480 с.
3. Горбова Ю.С. Соціологічний контекст практик корпоративної соціальної відповідальності в Україні. 2017. URL: http://www.lvivacademy.com/vidavnitstvo_1/edu_46/fail/ch2/7.pdf (дата звернення: 14.05.2025).
4. Червінська Л., Червінська Т., Каліна І. та ін. Соціальна відповідальність бізнесу в умовах війни. *Фінансово-кредитна діяльність: проблеми теорії та практики.* Київ, 2023. № 6 (53). С. 405–416. DOI: 10.55643/fcaptp.6.53.2023.4187.
5. Akimova O., Ishchenko A. Shifting Trust: Ukrainian Sentiments Towards Social Institutions Before and During War. In: Shinoda H., Fedorchenko-Kutuyev P. (eds.) The Impacts of the Russo-Ukrainian War. Singapore : Springer, 2025. P. 59–68. DOI: 10.1007/978-981-96-2295-5_5.
6. Barnes S.L. Achievement or Ascription Ideology? An Analysis of Attitudes about Future Success for Residents in Poor Urban Neighborhoods. Sociological Focus. Abingdon : Taylor & Francis, 2002. Vol. 35 (2). P. 207–225. URL: https://doi.org/10.1080/00380237.2002.10570698.
7. Berger P., Luckmann T. The Social Construction of Reality: A Treatise in the Sociology of Knowledge. New York : Anchor Books (Doubleday), 1966. 243 p.
8. Blumer H. Symbolic Interactionism: Perspective and Method. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice-Hall, 1969. 179 p.
9. Bourdieu P. The Forms of Capital. In: Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education. New York : Greenwood Press, 1986. P. 241–258.
10. Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. Garden City, N.Y. : Doubleday, 1959. 259 p.
11. Granovetter M. Economic Action and Social Structure: The Problem of Embeddedness. American Journal of Sociology. Chicago : University of Chicago Press, 1985. Vol. 91 (3). P. 481–510.
12. Grills S. Generic Social Process and the Problem of Success-Claiming: Defining Success on the Margins of Canadian Federal Politics. Qualitative Sociology Review. Łódź : Wydaw. Uniwersytetu Łódzkiego, 2022. Vol. 18 (3). P. 54–69. URL: https://cejsh.icm.edu.pl/cejsh/element/bwmeta1.element.ojs-doi-10_18778_1733-8077_18_3_02 (дата звернення: 14.05.2025).
13. CSR Ukraine. Ukrainian business and the war: a unique Catalogue from CSR Ukraine. Київ, 2022. URL: https://csr-ukraine.org/news/ukrainian-business-and-the-war-a-unique-catalog-from-csr-ukraine/ (дата звернення: 14.05.2025).
14. Claridge T. Bourdieu on social capital – theory of capital. Social Capital Research. London : Institute for Social Capital, 2019. URL: https://socialcapitalresearch.com/bourdieu-on-social-capital-theory-of-capital/ (дата звернення: 14.05.2025).
15. Claridge T. Putnam on social capital – democratic or civic perspective. Social Capital Research. London : Institute for Social Capital, 2018. URL: https://socialcapitalresearch.com/putnam-on-social-capital-democratic-or-civic-perspective/ (дата звернення: 14.05.2025).
16. Fukuyama F. Trust: The Social Virtues and the Creation of Prosperity. New York : Free Press, 1995. 457 p.
17. Li Y., Guo Z. Network Embeddedness, Digital Transformation, and Enterprise Performance – The Moderating Effect of Top Managerial Cognition. Frontiers in Psychology. Lausanne : Frontiers, 2023. Vol. 14. Art. 1098974. URL: https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1098974 (дата звернення: 14.05.2025).
18. McClelland D.C. The Achieving Society. Princeton, NJ : Van Nostrand, 1961. 512 p.
19. Mishchuk H., Štofková J., Krol V., Joshi O., Vasa L. Social Capital Factors Fostering the Sustainable Competitiveness of Enterprises. Sustainability. Basel : MDPI, 2022. Vol. 14 (19). P. 11905. URL: https://www.mdpi.com/2071-1050/14/19/11905 (дата звернення: 14.05.2025).
20. Putnam R. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. New York : Simon & Schuster, 2000. 544 p.
21. Schiopoiu Burlea A., Popa I. Legitimacy Theory. Encyclopedia of Corporate Social Responsibility. Berlin : Springer, 2013. P. 1579–1584. DOI: 10.1007/978-3-642-28036-8_471.
22. Seibert S.E., Kraimer M.L., Liden R.C. A Social Capital Theory of Career Success. Academy of Management Journal. Briarcliff Manor, NY : Academy of Management, 2001. Vol. 44 (2). P. 219–237. URL: https://doi.org/10.5465/3069452.
23. Suchman M.C. Managing Legitimacy: Strategic and Institutional Approaches. Academy of Management Review. Briarcliff Manor, NY : Academy of Management, 1995. Vol. 20 (3). P. 571–611. URL: https://doi.org/10.5465/amr.1995.9512280024.
24. Sustainable Strategies Institute. Чим відрізняються ESG і КСВ. Київ, 2021. URL: http://ssi.org.ua/blog/chym-vidrizniaiutsia-esg-i-ksv (дата звернення: 14.05.2025).


*Стаття надійшла у редакцію: 24.09.2025*
*Стаття прийнята: 03.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ВПЛИВ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА ІМЕРСИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ТРАНСФОРМАЦІЮ СОЦІАЛЬНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

# THE IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND IMMERSIVE TECHNOLOGIES ON THE TRANSFORMATION OF SOCIAL INTERACTION

УДК 316.42:004.738.5(477)
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.6
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Довгаль С.А.**
к.філос.н., доцент кафедри управління інформаційно-освітніми проєктами
Комунальний заклад вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти»
Дніпропетровської обласної ради»
ORCID ID: 0000-0002-7134-7488

**Тухтарова Т.К.**
методист навчально-методичної лабораторії дистанційних технологій в освіті
Комунальний заклад вищої освіти «Дніпровська академія неперервної освіти»
Дніпропетровської обласної ради»
ORCID ID: 0000-0001-7460-0912

*В епоху штучного інтелекту швидко змінюється формат взаємодії особистості із сучасними інформаційними технологіями, що впливає на трансформацію соціальних зв'язків, створюючи нові моделі спілкування між людьми через алгоритми соціальних мереж і в процесі взаємодії з чат-ботами та віртуальними помічниками. Штучний інтелект та імерсивні технології у наш час вже глибоко трансформують сутність соціальної взаємодії людини, створюючи новий досвід та формуючи нові форми колективної поведінки та суспільних норм, а також породжуючи нові виклики. Оскільки штучний інтелект та імерсивні технології все більше інтегруються в повсякденне життя суспільства, виникає потреба в аналізі їх впливу на процеси комунікації та формування нових типів соціальної взаємодії. Хоча в традиційному розумінні соціальна взаємодія стосується прямої взаємодії між людьми, в сучасних умовах сутність цього поняття загалом може бути трансформована завдяки впливу сучасних інформаційних технологій.*

*У цій публікації розглянуто деякі аспекти впливу сучасних інформаційно-комунікаційних технології на соціальну взаємодію, а також проаналізовано, яким саме чином сучасні технології (використання чат-ботів, алгоритмів соціальних мереж та віртуальної і доповненої реальності) змінюють моделі спілкування та колективну поведінку. Зроблено акцент на тому, що вплив штучного інтелекту й імерсивних технологій на соціальну взаємодію має як позитивні, так і негативні наслідки, одночасно пропонуючи величезні переваги і несучи значні ризики. У зв'язку зі швидкою еволюцією штучного інтелекту й імерсивних технологій уже сьогодні виникає нагальна потреба у виробленні та впровадженні нових етичних норм і правил поведінки в процесі соціальної взаємодії у сучасних інформаційно-комунікаційних просторах. Тож у публікації наголошується, що основні принципи відповідального використання штучного інтелекту мають базуватися на прозорості, справедливості, підзвітності, конфіденційності та суспільному контролі.*

**Ключові слова:** *штучний інтелект, імерсивні технології, інформаційні технології, соціальна взаємодія, віртуальна реальність, доповнена реальність.*

*In the era of artificial intelligence, the format of interaction between individuals and modern information technologies is rapidly changing, which affects the transformation of social ties, creating new models of communication between people through social network algorithms and in the process of interaction with chatbots and virtual assistants. Artificial intelligence and immersive technologies, in our time, are already deeply transforming the essence of human social interaction, creating new experiences and forming new forms of collective behavior and social norms, as well as generating new challenges. As artificial intelligence and immersive technologies are increasingly integrated into the everyday life of society, there is a need to analyze their impact on communication processes and the formation of new types of social interaction. Although in the traditional sense, social interaction refers to direct interaction between people, in modern conditions, the essence of this concept as a whole can be transformed due to the influence of modern information technologies.*

*This publication examines some aspects of the impact of modern information and communication technologies on social interaction, and also analyzes how modern technologies (the use of chatbots, social network algorithms, and virtual and augmented reality) change communication models and collective behavior. It emphasizes that the impact of artificial intelligence and immersive technologies on social interaction has both positive and negative consequences, while offering enormous benefits and carrying significant risks. Given the rapid evolution of artificial intelligence and immersive technologies, there is already an urgent need to develop and implement new ethical norms and rules of behavior in the process of social interaction in modern information and communication spaces. Accordingly, the publication emphasizes that the main principles of responsible use of artificial intelligence should be based on transparency, fairness, accountability, confidentiality, and public control.*

**Key words:** *artificial intelligence, immersive technologies, information technologies, social interaction, virtual reality, augmented reality.*

**Вступ.** На сьогодні інформаційно-комунікаційні технології відіграють усе більшу роль у повсякденному житті людини, а отже, регулюють дедалі більше аспектів соціального життя, а також все глибше проникають у соціальні відносини й особисте життя кожної людини. У сучасному цифровому суспільстві різні додатки та платформи стають невід'ємною частиною соціальної взаємодії людини. Повсякденне життя все частіше насичується використанням цифрових платформ і характеризується новими різноманітними формами соціальної взаємодії, що впливає на трансформацію робочих процесів та сімейних відносин у сучасному суспільстві. Цифрові технології повністю впливають на побудову соціальних стосунків у кожному аспекті колективного життя людини. Деякі автори, які досліджують дану проблематику, навіть вважають, що сучасна людина живе в епоху алгоритмів, які сформували новий тип алгоритмічної культури. Дійсно, нині цифрові технології неможливо розглядати просто як математичні обчислювальні процедури, оскільки вони

стали інструментами формування знань і сенсів у процесі прийняття вирішальних соціальних рішень. Водночас, аналізуючи вплив сучасних цифрових технологій на процеси соціальної взаємодії, потрібно враховувати, що технологічне середовище стрімко розвивається й інтеграція штучного інтелекту та імерсивних технологій у суспільство може кардинально змінити способи взаємодії людини із цифровим середовищем [11, с. 137].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Аналіз останніх досліджень демонструє дуалістичну та багатогранну природу впливу сучасних інформаційних технологій, зокрема штучного інтелекту, віртуальної і доповненої реальності на соціальну взаємодію. З одного боку, ці технології є потужними інструментами, що відкривають нові можливості для підвищення ефективності праці, персоналізації досвіду в освіті та маркетингу, надання цілодобової допомоги та створення нових форматів соціалізації, оскільки вони дають змогу долати географічні й часові обмеження, а також створювати реалістичні симуляції для наукових досліджень і терапії. Проте їх широке впровадження несе й значні ризики, оскільки на індивідуальному рівні існує загроза психологічної залежності від використання цих технологій, а також втрата критичного мислення та зниження рівня якісних соціальних контактів, що може порушити соціальну адаптацію [11, с. 138]. На груповому та суспільному рівнях алгоритмічне курування контенту сприяє формуванню інтелектуальної ізоляції (інформаційні бульбашки) та посилює соціальну поляризацію, а неправомірне використання даних підриває інституційну довіру. Крім того, генеративний штучний інтелект створює загрозу для автентичності цифрового контенту, що може призвести до загальної втрати довіри в суспільстві [13, с. 210].

**Метою цієї статті** є аналіз впливу штучного інтелекту й імерсивних технологій на трансформацію соціальної взаємодії.

**Виклад основного матеріалу.** Використання штучного інтелекту й імерсивних технологій революціонізує спосіб сприйняття, обробки та запам'ятовування інформації людиною, оскільки вони перестають бути просто інструментом для вирішення завдань, а часто відіграють роль компаньйона в повсякденному житті людини. Завдяки вдосконаленим алгоритмам і машинному навчанню штучний інтелект тепер може розуміти індивідуальні вподобання, передбачати людські потреби і взаємодіяти з індивідом, створюючи нові форми соціальної взаємодії. Цей рівень соціальної взаємодії не лише задовольняє логістичні потреби людини, але й створює умови для задоволення її ключових потреб у спілкуванні та регулюванні емоційного стану. Отже, основною позитивною рисою взаємодії людини та штучного інтелекту є послідовність і передбачуваність, що надає їй перевагу над традиційними формами соціальної взаємодії, які часто можуть бути непередбачуваними та складними.

Водночас у сучасному технологічному середовищі, що стрімко розвивається, відбувається інтеграція алгоритмів штучного інтелекту з імерсивними технологіями, а саме з віртуальною і доповненою реальністю, що створює нові форми взаємодії та комунікації між людиною та алгоритмами у віртуальному просторі. Ця інтеграція має величезний потенціал у різних сферах життєдіяльності людини, від розваг та освіти до охорони здоров'я [5, с. 123].

Технології VR та AR у наш час вже надають користувачам новий та цікавий досвід занурення у цифрове середовище, стимулюючи не лише інтерес до їх використання, а й формуючи нову концепцію взаємодії людини із цифровим світом. Технологія віртуальної реальності створює простір, який дає змогу користувачам взаємодіяти з об'єктами у віртуальному просторі, фактично імітуючи досвід реального світу, а технологія доповненої реальності може накладати цифрові об'єкти на реальний світ, надаючи користувачам додатковий контекст та інформацію про їх оточення. Тож саме просторовий компонент технологій VR та AR надає користувачам захоплюючий досвід, який стирає межі між фізичним та цифровим світом [6, с. 15].

Використання штучного інтелекту разом з імерсивними технологіями може відіграти ключову роль у покращенні ефекту занурення, роблячи його більш інтерактивним, адаптивним та інтелектуальним. Завдяки алгоритмам машинного навчання й обробці природної мови штучний інтелект може розуміти поведінку, уподобання та наміри користувачів, забезпечуючи персоналізовану та релевантну взаємодію в імерсивних середовищах. Однією з ключових переваг інтеграції штучного інтелекту з технологіями занурення є можливість надавати персоналізований досвід, який буде адаптований для конкретного користувача. Алгоритми штучного інтелекту можуть проаналізувати дані користувачів у режимі реального часу й адаптувати вміст, середовище та взаємодію на основі вподобань, поведінки та відгуків користувачів. Подібний рівень персоналізації покращує залучення користувачів і робить ефект занурення більш захоплюючим, створюючи більш значущі та незабутні враження, оскільки використання штучного інтелекту надає нових рівнів реалізму й інтерактивності в процесі взаємодії з віртуальною та доповненою реальністю.

Використання аватарів на основі технології штучного інтелекту є одним із перспективних напрямів у процесі його інтеграції з імерсивними технологіями. Подібні аватари використовують можливості штучного інтелекту, щоб розуміти запити користувачів і відповідати на них, надавати вказівки та виконувати завдання в цифровому середовищі. Такі віртуальні аватари можуть виступати своєрідними гідами в музеї віртуальної

реальності, використовуватися в процесах навчання, бути віртуальними медичними асистентами в симуляціях з охорони здоров'я тощо. Практика показує, що віртуальні помічники на основі AI покращують ефект занурення та створюють новий досвід і більш натуральний простір для взаємодії користувачів із цифровим світом, часто максимально стираючи межі між реальним і віртуальним світами.

Поєднання штучного інтелекту з імерсивними технологіями вже призвело до створення розумніших, адаптивніших середовищ, які навіть у реальному часі реагують на поведінку користувачів. Наразі вже використовуються вдосконалені алгоритми штучного інтелекту, які обробляють величезні обсяги даних, аналізуючи уподобання користувача в реальному часі для динамічного коригування віртуальних сцен і наративів. Ця синергія створює більш привабливий досвід користувача та персоналізує доставку контенту, роблячи кожну взаємодію унікальною. Розробники вже мають можливість створювати цифрові середовища, які використовують обробку природної мови (NLP), що забезпечує натуралістичну взаємодію в імерсивних середовищах. Розуміючи та реагуючи на голосові або введені команди в режимі реального часу, подібні системи на базі штучного інтелекту роблять взаємодію більш інтуїтивно зрозумілою, реагують на користувачів природним діалогом, адаптивною поведінкою та діями. У додатках VR і AR користувачі можуть брати участь у розмовах із віртуальними персонажами, видавати голосові команди для керування віртуальними об'єктами або отримувати мовний переклад у реальному часі [13, с. 210].

Хоча в класичних соціологічних теоріях соціальна взаємодія розглядається як соціальний обмін між двома або більше індивідами, які взаємодіють один з одним і розробляють правила, установи та системи, у яких вони прагнуть жити, у цифрових середовищах ця взаємодія відбувається з алгоритмами та віртуальними акторами. Тож у цифрових середовищах, у яких поєднані можливості штучного інтелекту й імерсивних технологій, соціальна взаємодія відбувається з аватарами, які підключені до чат-боту з технологією штучного інтелекту, або просто з аватарами конкретних індивідів, які відображаються як віртуальні персонажі. У процесі такої взаємодії також формуються нові соціальні зв'язки та правила поведінки, що впливає на трансформацію соціальної структури суспільства й виникнення нових форм соціальної поведінки. Таким чином, поєднання штучного інтелекту з імерсивними технологіями може привести до абсолютно нових форм соціальної взаємодії, трансформації соціальної структури суспільства і, як наслідок, до формування нових типів соціокультурної поведінки людини, водночас створюючи нові виклики та ризики в процесі взаємодії людини в цифрових середовищах.

Одним із ризиків у процесі взаємодії людини та штучного інтелекту є емоційна залежність від віртуальних агентів, які повністю можуть замінити людську соціальну підтримку, а не доповнити її. Дійсно, технологія штучного інтелекту може впливати на емоційний стан людини й аналізувати моделі її настрою для таргетування реклами або впливу на її поведінку [42]. Також штучний інтелект революціонізує спосіб сприйняття, обробки та запам'ятовування інформації, що впливає на модуляцію поведінки людини в процесі прийняття рішень. Алгоритми штучного інтелекту надають безперервні потоки персоналізованої інформації, впливаючи на процеси мислення людини та критичне сприйняття отриманої інформації. Імерсивні технології теж мають подвійний вплив на індивідуальну психіку та соціальну адаптацію. Наприклад, тривале перебування у віртуальному середовищі може породжувати серйозні психологічні проблеми, а надмірна віртуалізація життєвого простору створює ілюзію абстрактної свободи й безпеки, що посилює бажання занурення та може призвести до «втечі від реальності». Таким чином, загалом можна відзначити, що штучний інтелект та імерсивні технології трансформують процеси мислення людини, створюючи абсолютно новий досвід соціальної взаємодії, який має як позитивні, так і негативі прояви [13, с. 212].

Сучасні цифрові простори вже можуть об'єднувати мільйони людей і змінювати спосіб їх мислення, природу їх сексуальності, форму взаємодії в спільнотах, впливаючи навіть на ідентичність сучасної людини. Сучасна ж людина вже проживає частину свого життя у віртуальних світах, де вона може опинитися на самоті, віртуально подорожуючи, відкриваючи віртуальні таємниці та проєктуючи віртуальні хмарочоси. Тому в наш час уже формуються нові типи віртуальних спільнот, у яких відбувається соціальна взаємодія як із конкретними індивідами, яких людина, можливо, ніколи не зустріне «фізично», так із віртуальними акторами, які використовують алгоритми штучного інтелекту та віртуальні аватари в процесі спілкування. Формування подібних цифрових просторів та віртуальних спільнот у перспективі дійсно може призвести до виникнення нової тривимірної імерсивної ітерації інтернету, а саме метавсесвіту.

Концепція метавсесвіту має глибокі корені в науковій фантастиці, а сам термін був уперше введений американським письменником Нілом Стівенсоном у його романі «Лавіна» в 1992 році. У цій книзі метавсесвіт зображувався як цифровий світ, що замінює реальність, у якому користувачі взаємодіють через цифрові аватари. Еволюція концепції метавсесвіту відбулась у 2021 році, коли засновник Facebook Марк Цукерберг не лише змінив назву компанії на Meta, а й публічно заявив про серйозні наміри створити повноцінний метавсесвіт. Цей крок перетворив абстрактну науково-фантастичну ідею на реальну бізнес-стратегію, що спричинило різкий сплеск інтересу та багатомі-

льярдні інвестиції в індустрію. Це стало тригером для інших технологічних гігантів, як-от Microsoft та Epic Games, які також оголосили про свої амбіційні плани, що значно прискорило формування цієї віртуальної екосистеми. Можна відзначити, що інтерес до ідеї формування метавсесвіту є закономірною кульмінацією десятиліть культурного та технологічного розвитку людства. Саму концепцію формування метавсесвіту можна визначити як формування нового типу цифрового простору, який надає можливість користувачам працювати, зустрічатися, грати та спілкуватися в імерсивних 3D-середовищах [12, с. 222].

Метавсесвіт у своєму сучасному вигляді є фрагментованою, але вже існуючою реальністю. Напевно, найбільше він представлений в онлайн-ігровому середовищі, але онлайн-ігри часто обмежуються розважальною функцією, а метавсесвіт має на меті інтегрувати всі аспекти реального життя в цифрове віртуальне середовище. Тому повноцінне втілення цієї концепції потребує вирішення багатьох проблем, пов'язаних із функціонуванням цього цифрового простору в майбутньому, а саме розробки нових стандартів приватності та створення регуляторних механізмів. Величезний потенціал, який мають імерсивні технології, технологія блокчейну та штучний інтелект і який має стати фундаментом формування метавсесвіту, несе в собі значні соціальні та психологічні ризики. Наприклад, надмірне перебування у віртуальному світі вже сьогодні викликає залежність: користувачі, які надмірно ототожнюють себе зі своїми аватарами, можуть із часом втрачати відчуття реальності, що призводить до психологічних і соціальних проблем. Подібна залежність має досить глибокий психологічний вплив, оскільки взагалі може порушити емоційний зв'язок людини з реальним життям.

Іншою проблемою, з якою може стикнутися людина в процесі використання цифрових середовищ на основі імерсивних технологій, штучного інтелекту та технології блокчейну, є безпрецедентні загрози для конфіденційності особистих даних користувачів. Якщо на сьогодні традиційні алгоритми соціальних мереж переважно збирають дані про кліки та пости користувачів, то алгоритми майбутнього, які використовуватимуться в метавсесвіті, збиратимуть інформацію про кожен рух користувача, відстежуватимуть рух очей та тіла, а отже, робитимуть глибинний аналіз поведінки людини. Тому подібний рівень біометричного та поведінкового збору даних потребує розробки абсолютно нових, надійних механізмів захисту інформації [12, с. 223].

Таким чином, використання цифрових середовищ на основі імерсивних технологій, штучного інтелекту та технології блокчейну, зокрема концепції формування метавсесвіту, порушує серйозні етичні та правові питання, що виходять за рамки звичайних етичних норм і правил. А оскільки користувачі подібних цифрових середовищ у перспективі проживатимуть у віртуальному просторі навіть своє повсякденне життя в реальному часі, сучасне суспільство вже перебуває на порозі формування нових форм соціальної взаємодії, які потребують вироблення нових норм правового й етичного регулювання.

**Висновки.** Сучасні цифрові простори, у яких використовуються імерсивні технології, штучний інтелект та технологія блокчейну, відкривають новий погляд на процеси соціальної взаємодії та формування нових типів соціальних зв'язків у віртуальному просторі. Вплив цих технологій на соціальну взаємодію є двояким, оскільки вони одночасно пропонують величезні переваги та несуть значні ризики. З одного боку, ці технології покращують комунікацію та виводять її на новий рівень, формуючи нові форми соціальної взаємодії, у яких використовуються алгоритми штучного інтелекту, та віртуальний простір, що робить їх більш адаптивними та привабливими для людей. З іншого боку, подібна соціальна взаємодія створює загрозу зменшення справжнього автентичного людського зв'язку, емоційну залежність від алгоритмів, проблеми з використанням конфіденційності даних. Існуюча проблематика потребує подальших досліджень, що передбачатимуть не лише оцінку технологічного прогресу та його впливу на суспільні зміни, але й роль індивіда перед обличчям цих змін, які також мають культурний характер.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Булгакова О. Взаємовідносини у вищій школі як детермінанта психологічної готовності студентів до соціальної взаємодії. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2017. № 4. С. 17–33.

2. Веремейчик С. Віртуальна реальність у контексті постмодерністського філософування. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2021. № 31. С. 3–6.

3. Волинець В. Віртуальна, доповнена і змішана реальність: сутність понять та специфіка відповідних комп'ютерних систем. *Питання культурології*. 2021. № 37. С. 231–243.

4. Волинець В. Віртуальна реальність: поняття і сутність. *Питання культурології*. 2014. № 30. С. 35–41.

5. Волинець В. Субкультура віртуального співтовариства: поняття та особливості. *Вісник Маріупольського державного університету. Серія «Філософія, культурологія, соціологія»*. 2015. Вип. 10. С. 81–89.

6. Волинець В. Віртуальна реальність у соціокультурному просторі сучасності. *Культура України*. 2016. Вип. 52. С. 120–128.

7. Костенко О.В. Правові основи застосування штучного інтелекту в Метавсесвіті. The 15th International scientific and practical conference "Science, innovations and education: problems and prospects" (September 21–23, 2022) CPN Publishing Group, Tokyo, Japan. 2022. 397 p. С. 365–373. URL: https://sci-conf.com.ua/wp-content/uploads/2022/09/SCIENCE-INNOVATIONS-AND-EDUCATION-

PROBLEMS-AND-PROSPECTS-21-23.09.22.pdf#page=365 (дата звернення: 11.09.2025).

8. Кушнір Н. Можливості метавсесвіту для освіти: ретроспективний аналіз розвитку техно-логій. *Освітологічний дискурс.* 2023. № 4 (43). URL: https://www.od.kubg. edu.ua/index.php/journal/article/view/1060/850 (дата звернення: 12.09.2025).

9. Немеш О.М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту : монографія / О. М. Немеш. Київ : Слово, 2017. 391 с.

10. Соляник С. Віртуальна реальність як феномен культури інформаційного суспільства. *Перспективи: соціально-політичний журнал.* 2021. № 2. С. 95–10.

11. Штепа О. Віртуальна реальність: соціально-філософський аналіз. *Актуальні проблеми філософії та соціології.* 2022. № 37. С. 135–139.

12. Свердліченко В.П. Метавсесвіт – майбутній простір дослідження для юриспруденції. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право.* 2024. № 81. Том 2. С. 222–226.

13. Tamal Mondal, Jagbir Singh Kadyan, Nadella Jayaprada, S. Udayakumar, Makarand Upadhyaya, Meenakshi S. Assistant Professor, Department of Artificial Intelligence and Social Interactions: Understanding AI's Role in Shaping Human Psychology and Social Dynamics. Journal of Marketing & Social Research. 2025. Vol. 2. Issue 4 (June, 2025). P. 208–215. DOI: https://doi.org/10.61336/jmsr/25-04-28.

14. The Filter Bubble: What the Internet is Hiding from You by Eli Pariser. New York: Penguin Press, 2011. 294 p. ISBN: 978-0-670-92038-9.

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 13.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ТРАНСФОРМАЦІЯ ГЕНДЕРНОГО ПОРЯДКУ В УМОВАХ ВОЄННОЇ МОБІЛІЗАЦІЇ ТА ЄВРОПЕЇЗАЦІЇ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ДОСВІДУ ХОРВАТІЇ ТА УКРАЇНИ

# TRANSFORMATION OF GENDER ORDER UNDER MILITARY MOBILIZATION AND EUROPEANIZATION: SOCIOLOGICAL ANALYSIS OF CROATIAN AND UKRAINIAN EXPERIENCE

УДК 316.334.3:305:355.026
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.7
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Климанська Л.Д.**
д.політ.н., професор кафедри соціології та соціальної роботи
Національний університет «Львівська політехніка»
ORCID ID: 0000-0002-3693-7503

**Колесніков О.Р.**
аспірант кафедри соціології та соціальної роботи
Національний університет «Львівська політехніка»
ORCID ID: 0009-0009-8479-1973

*Стаття присвячена соціологічному аналізу трансформаційних процесів у гендерному порядку під впливом воєнної мобілізації та європейської інтеграції. Дослідження спирається на порівняльний аналіз двох постсоціалістичних країн – Хорватії (1991–2013) та України (2014–2025), що пережили схожі історичні траєкторії: розпад федеративних держав, збройні конфлікти та процеси євроінтеграції. Методологічною основою виступає неоінституціональна соціологія та феміністський інституціоналізм, що дає змогу проаналізувати механізми інституційних змін у гендерних відносинах через призму формальних і неформальних інституцій, нормативних структур та агентності соціальних акторів. Емпірична база включає офіційну статистику участі жінок у різних секторах економіки та військовій сфері, законодавчі акти щодо гендерної рівності, звіти міжнародних організацій (ООН, ЄС, НАТО) та аналіз національних стратегій євроінтеграції. Виявлено, що воєнні конфлікти руйнують традиційний гендерний порядок через зростання жіночої участі у військовій сфері (у Хорватії – з 2% до 15%, в Україні – з 13% до 22%) та економічній діяльності, тоді як процеси європеїзації забезпечують інституційне закріплення цих змін через нормативний тиск та юридичну транспозицію директив ЄС. Хорватський досвід демонструє модель послідовних змін з тривалим періодом адаптації (18 років від початку війни до вступу в ЄС), що забезпечило високий рівень формальної відповідності європейським стандартам, проте виявило стійкість традиційних гендерних стереотипів на рівні повсякденних практик. Український кейс характеризується одночасністю військового конфлікту та євроінтеграційних процесів, що створює прискорену трансформацію з парадоксальними ефектами: посилення як егалітарних, так і традиційних гендерних наративів, зокрема героїзації материнства та мілітаризації маскулінності. Центральну роль у медіації між зовнішніми нормами та внутрішніми змінами відіграють жіночі організації громадянського суспільства, що виступають агентами соціальних інновацій та адвокації нових гендерних практик.*
**Ключові слова:** *гендерний порядок, воєнна мобілізація, європеїзація, інституційні зміни, феміністський інституціоналізм, Хорватія, Україна.*

*The article is devoted to a sociological analysis of transformation processes in gender order under the influence of military mobilization and European integration. The research is based on comparative analysis of two post-socialist countries – Croatia (1991–2013) and Ukraine (2014–2025), which experienced similar historical trajectories: collapse of federal states, armed conflicts, and Europeanization processes. The methodological foundation consists of neo-institutional sociology and feminist institutionalism, which allows analyzing mechanisms of institutional changes in gender relations through the lens of formal and informal institutions, normative structures, and social actor agency. The empirical base includes official statistics on women's participation in various economic sectors and the military sphere, legislative acts concerning gender equality, reports of international organizations (UN, Council of Europe, NATO), and analysis of national European integration strategies. It is revealed that military conflicts destroy traditional gender order through increased female participation in the military sphere (in Croatia – from 2% to 15%, in Ukraine – from 13% to 22%) and economic activity, while Europeanization processes ensure institutional consolidation of these changes through normative pressure and legal transposition of EU directives. The Croatian experience demonstrates a consistent transformation model with a prolonged adaptation period (18 years from conflict onset to EU accession), which ensured a high level of formal compliance with European standards, but revealed the persistence of traditional gender stereotypes at the level of everyday practices. The Ukrainian case is characterized by simultaneity of military conflict and European integration processes, creating accelerated transformation with paradoxical effects: strengthening of both egalitarian and traditional gender narratives, particularly the heroization of motherhood and militarization of masculinity. Women's civil society organizations play a central role in mediation between external norms and internal changes, acting as agents of social innovations and advocacy of new gender practices. The research findings have practical significance for developing gender equality policies in post-conflict societies.*
**Key words:** *gender order, military mobilization, Europeanization, institutional changes, feminist institutionalism, Croatia, Ukraine.*

**Вступ.** Сучасні соціологічні дослідження гендерних відносин демонструють концептуальний зсув від статичних моделей соціальної стратифікації до аналізу динаміки трансформаційних процесів під впливом екстраординарних соціальних подій. Воєнні конфлікти та процеси європеїзації становлять два потужні фактори інституційної реконфігурації, що радикально детермінують еволюцію традиційних гендерних структур через механізми деконструкції усталених соціальних практик та реінституціоналізації нових нормативних порядків.

Актуальність дослідження зумовлена теоретичною необхідністю розроблення комплексної аналітичної моделі для інтерпретації соціологічних механізмів гендерних трансформацій у постсоціалістичних суспільствах, що переживають багатовимірний тиск модернізаційних процесів. Воєнна мобілізація створює кризу легітимності традиційного гендерного порядку через дестабілізацію звичних соціокультурних ролей та практик, тоді як європейська інтеграція привносить альтернативні нормативні стандарти гендерної рівності через складну систему механізмів кондиціональності, соціалізації та інституціоналізації.

Соціологічна значущість проблеми полягає у необхідності теоретичного осмислення взаємодії між структурними кризами та інституційними реформами у сфері гендерних відносин через призму неоінституціональної парадигми. Практична важливість визначається потребою розроблення науково обґрунтованих стратегій гендерної політики для країн, що переживають військові конфлікти та прагнуть транснаціональної інтеграції до європейського соціокультурного простору.

Аналіз останніх досліджень і публікацій з теми, виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Теоретико-методологічні засади дослідження спираються на три фундаментальні соціологічні парадигми, що формують концептуальну матрицю для аналізу гендерних трансформацій. Концепція гендерного режиму, розроблена Р.В. Коннелл [5], концептуалізує гендерний порядок як комплексну інституційну систему, що включає структурований розподіл праці, ієрархізовані владні відносини, емоційні зв'язки та культурні репрезентації. Р.В. Коннелл [6] доводить існування іманентних кризових тенденцій у гендерних режимах, які відкривають тимчасові вікна можливостей для радикальної трансформації через державну політику або колективні соціальні рухи.

Неоінституціональна соціологічна теорія, систематизована Дж. Махоні та К. Теленом [17, с. 74–86], виокремлює механізми поступових інституційних змін через чотири основні модуси: заміщення (displacement), нашарування (layering), дрейф (drift) та конверсію (conversion). Ця аналітична рамка становить критично важливий інструментарій для декодування того, як воєнні конфлікти як критичні моменти створюють інституційну невизначеність та детермінують реконфігурацію усталених соціальних порядків.

Феміністський інституціоналізм [16, с. 89–92; 6, с. 145–148] пропонує витончену аналітичну перспективу для дослідження гендерних аспектів інституційних процесів, досліджуючи механізми функціонування гендерних норм всередині інституційних структур та способи конструювання соціальних практик через інституційні процеси. Цей теоретичний підхід дає змогу ідентифікувати фундаментальні обмеження формальних реформ без суттєвої імплементації та концептуалізувати роль агентності у процесах інституційних змін.

Теорія європеїзації, розроблена Т.А. Бьорцель та Т. Рісе [4, с. 3–21], ідентифікує комплексні механізми транснаціонального впливу ЄС через створення неузгодженості (misfit) між європейськими та національними процесами, що опосередковується формальними інститутами, політичною культурою та дискурсивними практиками.

Дослідження українського контексту представлені працями провідних соціологів, що аналізують трансформацію гендерного порядку в умовах війни. Зокрема, у проєкті «Невидимий батальйон» [19] показано масштаби участі жінок у воєнних діях та проблеми їхньої інтеграції у Збройні Сили України. У новітніх дослідженнях Тамари Марценюк [1; 2; 3; 18] показано динаміку гендерних змін у суспільстві під час війни, тоді як Оксана Кісь [15] через історичну перспективу демонструє стратегії виживання й трансформацію жіночих ролей в умовах репресій та насильства. Соціологічні звіти проєкту «Невидимий батальйон» [14] також підкреслюють інституційні виклики у процесі визнання та легітимізації жіночої військової служби в Україні.

Хорватський досвід репрезентований дослідженнями Івани Добротич та колег [8, с. 218–240]. Вони виокремлюють три рівні європейського впливу: юридичну транспозицію, розвиток інституційних механізмів та суспільну легітимізацію жіночих рухів. Андреа Шпегар [20] здійснює критичний аналіз стратегії жіночих рухів у посткомуністичному контексті, виявляючи структурні обмеження європейської гендерної політики. У ширшій європейській перспективі М. Форест та Е. Ломбардо [18, с. 222–239] пропонують дискурсивно-соціологічний підхід до європеїзації гендерних політик, який наголошує на поєднанні нормативного тиску та процесів соціалізації.

Прогалини у наявному корпусі знань включають недостатню теоретизацію соціологічних механізмів взаємодії між воєнною мобілізацією та європеїзацією, відсутність систематичного порівняльного аналізу постсоціалістичних країн з диференційованими моделями трансформації, обмежене дослідження ролі громадянського суспільства як медіатора між транснаціональними нормами та локальними практиками, а також брак довгострокових досліджень стійкості інституційних змін у постконфліктний період.

**Мета** дослідження полягає у соціологічному аналізі механізмів трансформації гендерного порядку під впливом воєнної мобілізації та європейської інтеграції через компаративний аналіз хорватського та українського досвіду.

Дослідницькі завдання:

– пояснити соціологічні механізми дестабілізації традиційного гендерного порядку під впливом воєнної мобілізації через аналіз трансформацій соціальних ролей, практик та інституційних структур;

– проаналізувати роль європеїзації як чинника інституційного закріплення гендерних трансформацій через механізми нормативного тиску, кондиціональності та юридичної транспозиції;

– ідентифікувати специфіку моделей трансформації (послідовна проти симультанної) та їхній диференційований вплив на траєкторії і результати гендерних реформ;

– дослідити роль жіночих організацій громадянського суспільства як агентів соціальних змін та медіаторів між транснаціональними нормами та локальними соціальними практиками.

Методологія дослідження. Методологічну основу дослідження становить синтез неоінституціональної соціологічної теорії з феміністським інституціоналізмом, що дає змогу аналізувати поступові зміни в гендерних інститутах через призму механізмів інституційної трансформації з урахуванням гендерних аспектів інституційних процесів та агентності соціальних акторів.

Дослідницький дизайн базується на стратегії найбільш схожих систем (Most Similar Systems Design) для порівняльного аналізу двох кейсів: Хорватія (1991–2013) та Україна (2014–2024). Селекція цих випадків обґрунтовується спільними структурними характеристиками: постсоціалістичний транзитний контекст, досвід розпаду федеративних держав, експозиція збройним конфліктам та прагнення європейської інтеграції під час диференційованих темпоральних моделей трансформаційних процесів.

Процес-трейсинг як основний аналітичний метод дає змогу реконструювати каузальні ланцюги та ідентифікувати механізми, що з'єднують початкові умови (традиційний гендерний порядок) з кінцевими результатами (реконфігурований гендерний порядок) через проміжні процеси: воєнна мобілізація → дестабілізація соціальних ролей → мобілізація жіночих ресурсів → легітимізація нових гендерних практик → активізація громадянського суспільства → європейський нормативний тиск → інституційні реформи → новий гендерний порядок.

Емпірична база включає офіційну статистику (Державна служба статистики України, Хорватське бюро статистики, Євростат), законодавчі акти та урядові документи, звіти міжнародних організацій (UN Women, European Institute for Gender Equality, Світовий банк), академічні публікації та аналітичні матеріали жіночих організацій громадянського суспільства.

Хронологічні рамки охоплюють повний цикл трансформаційних процесів: для Хорватії – від ініціації війни за незалежність (1991) до завершення євроінтеграційного процесу через вступ у ЄС (2013), для України – від початку збройного конфлікту на сході країни (2014) до поточного моменту (2025).

Виклад основного матеріалу дослідження. Воєнна мобілізація функціонує як потужний агент соціальних змін через активацію механізмів деінституціоналізації усталених гендерних практик та генерування нових можливостей для жіночої участі у традиційно маскулінізованих сферах суспільного життя. Механізм структурної деінституціоналізації традиційного гендерного розподілу праці відбувається через об'єктивну функціональну необхідність заміщення мобілізованих чоловічих ресурсів альтернативними соціальними акторами у різних секторах економіки та суспільного управління.

У хорватському випадку жінки становили 5% усіх комбатантів, проте їхня соціальна мобілізація змінила суто військові ролі через активну участь у гуманітарній діяльності, медичному забезпеченні та підтримці внутрішньо переміщених осіб. За даними Хорватського бюро статистики, жіночі ресурси були критично важливими для управління кризою 492,636 зареєстрованих переселенців станом на березень 1994 року [7]. Економічна дестабілізація через знищення 25% національної економіки та матеріальні збитки у 27 мільярдів доларів створила структурні умови для радикальної реконфігурації економічних ролей та адаптації жінок до нових сфер економічної активності [24].

Український кейс демонструє ще більш радикальні трансформації через експоненційне зростання жіночої військової участі. Кількість жінок у Збройних Силах зросла з 16,557 у 2014 році до 67,000 станом на січень 2024 року, що становить збільшення у 304% [19]. Частка жінок серед військовослужбовців досягла 7,3%, з них 13,487 безпосередньо залучені до бойових операцій. Дослідження проєкту «Невидимий батальйон» – інноваційної ініціативи жінок-ветеранок, заснованої у 2016 році для систематичного документування жіночої участі у військових діях та адвокації їхніх соціальних прав, – виявило суперечності між офіційними адміністративними позиціями та фактичними бойовими функціями жінок-військовослужбовців.

Механізм легітимізації альтернативних гендерних ролей відбувається через публічне визнання та символічну переоцінку жіночого внеску у воєнні зусилля та забезпечення національної безпеки. Цей процес створює дискурсивне підґрунтя для фундаментального перегляду традиційних соціокультурних уявлень про гендерні здібності, компетенції та суспільні обов'язки через механізми медійної репрезентації та політичного дискурсу.

***Європеїзація як фактор інституційного закріплення гендерних трансформацій.***

Європеїзація функціонує через три основні соціологічні механізми: нормативний тиск (normative pressure), інституційний ізоморфізм (institutional isomorphism) та соціалізацію національних еліт (elite socialization). Ці процеси забезпечують конверсію ситуативних змін воєнного періоду у стабільні інституційні характеристики нового соціального порядку через комплексну систему правового регулювання, політичних процедур та культурних практик.

Хорватський досвід ілюструє послідовну інституціоналізацію гендерних трансформацій під керівництвом європейських нормативних стандартів. Процес євроінтеграції (1995–2013) забезпечив створення комплексної правової архітектури: конституційна поправка 2000 року інституціоналізувала гендерну рівність серед найвищих конституційних цінностей, тоді як Закон про гендерну рівність 2008 року дав змогу успішно завершити переговори з ЄС щодо розділу соціальної політики та зайнятості [9].

Інституційна архітектура включає спеціалізовані органи: Омбудсмена з гендерної рівності (2003), Урядовий офіс з гендерної рівності (2004) та Парламентський комітет з гендерної рівності (2001). Ці інститути функціонують як «передавальні механізми» (transmission belts) європейських норм у національний контекст через систематичний моніторинг, періодичну звітність та розроблення спеціалізованих політик [11].

Кількісні індикатори засвідчують інституційну ефективність: частка жінок у парламенті експоненційно зросла з 4,8% у 1990-х до 33,8% у 2024 році, тоді як у судовій системі жінки досягли 70,4% суддів муніципальних судів, 72% магістратів та 81,8% суддів адміністративних судів [12].

В українському випадку спостерігається феномен «компресованої європеїзації» під тиском екстраординарних воєнних обставин. Угода про асоціацію з ЄС (2017) встановила формальні зобов'язання щодо гендерної рівності, що імплементуються паралельно з активним військовим конфліктом. Державна стратегія забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків до 2030 року була ухвалена у серпні 2022 року – в умовах інтенсивних бойових дій та воєнного стану.

Парадоксальні ефекти одночасності включають прискорення деяких реформ (40% гендерна квота для партійних списків з 2019 року детермінувала зростання жіночого представництва у парламенті з 12,1% до 21,2%) за одночасного ускладнення їх практичної імплементації через ресурсні обмеження воєнного стану та пріоритетність оборонних потреб [22].

***Агентність жіночих організацій як медіаторів соціальних змін.***

Жіночі організації громадянського суспільства функціонують як критично важливі медіатори між транснаціональними європейськими нормами та локальними соціальними практиками через виконання трьох фундаментальних соціологічних функцій: артикуляція нових соціальних потреб (need articulation), мобілізація ресурсів для колективних дій (resource mobilization) та легітимізація альтернативних гендерних практик (practice legitimation).

У Хорватії жіночі організації розробили вишукані стратегії використання європейських стандартів як символічних та матеріальних ресурсів для просування внутрішніх реформ через створення транснаціональних коаліцій з міжнародними донорськими організаціями та експертними мережами. Ця стратегія забезпечила стабільне фінансування та експертну підтримку для тривалого процесу інституційних змін протягом 18-річного періоду євроінтеграції [20].

Український випадок характеризується вищим рівнем організаційної автономії жіночих рухів. «Невидимий батальйон» та рух «Ветеранка» (створений у 2018 році, об'єднує понад 2,500 жінок-ветеранок по всій території України) стали ключовими агентами адвокації та соціальних змін, спираючись переважно на ендогенні ресурси та інноваційні цифрові технології для мобілізації соціальної підтримки та політичного впливу.

Стратегії впливу включають систематичне документування дискримінаційних практик, активне лобіювання законодавчих змін та формування альтернативних дискурсів про жіночу участь у різних сферах суспільного життя. «Невидимий батальйон» систематично документував участь понад 8,000 жінок у воєнних діях та досягнув конкретних законодавчих змін. Так, Закон «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків під час проходження військової служби» (2018) радикально розширив доступні для жінок військові позиції з 33 до 63 спеціальностей та надав право носіння зброї.

Дослідження ідентифікує дві диференційовані моделі гендерної трансформації з відмінними соціологічними характеристиками та довгостроковими наслідками для інституційної архітектури та соціальних практик.

Модель послідовних змін (Хорватія) характеризується темпоральним розділенням кризової та інституціоналізаційної фаз трансформаційного процесу. Війна (1991–1995) створила структурне «вікно можливостей» для радикальної реконфігурації гендерних відносин, тоді як наступна фаза європеїзації (1995–2013) забезпечила їх систематичне інституційне закріплення через комплексну правову транспозицію та організаційні реформи. Така послідовність дала змогу досягти винятково високого рівня формальної відповідності європейським стандартам через транспозицію 89% положень Директиви 2006/54/ЕС [10].

Проте обмеження моделі послідовних змін включають феномен «паперової відповідності» (paper compliance) без суттєвої практичної імплементації. Гендерний індекс рівності ЄС для Хорватії становить 57,9 балів (2022), що значно нижче середнього показника ЄС у 68,6 балів. Найнижчі показники спостерігаються у сферах політичної влади (31,5 балів) та економічної участі з перманентним гендерним розривом у оплаті праці на рівні 7% [11].

Модель одночасних змін (Україна) демонструє паралельність кризових та інституціоналізаційних процесів, що створює феномен «інституційного парадоксу»: прискорення деяких трансформацій за одночасного ускладнення їх повноцінної імпле-

ментації через ресурсні обмеження та конкуруючі пріоритети. За гіпотетичними розрахунками Індексу гендерної рівності ЄС Україна отримала б приблизно 59,4 балів, що близько до хорватського показника за значно коротшого періоду трансформацій [21].

Специфічні ефекти одночасності включають посилення як прогресивних, так і традиційних гендерних наративів через амбівалентність воєнного дискурсу. З одного боку, жінок вперше в українській історії включено до мобілізаційного реєстру (грудень 2024), з іншого – війна актуалізувала архаїчні стереотипи про чоловіків як захисників нації та жінок як об'єктів, що потребують захисту.

Висновки. Дослідження верифікує центральну гіпотезу про синергетичну взаємодію воєнної мобілізації та європеїзації як комплементарних механізмів трансформації гендерного порядку через диференційовані соціологічні процеси. Воєнна мобілізація функціонує як «деінституціоналізувальний агент», що дестабілізує традиційні гендерні практики через структурну необхідність перерозподілу соціальних ролей та ресурсів. Європеїзація діє як «реінституціоналізувальний механізм», що забезпечує нормативне та юридичне закріплення нових гендерних відносин через комплексну систему кондиціональності, соціалізації та інституційного ізоморфізму.

Ключові теоретичні висновки такі.

Каузальний механізм взаємодії включає багатокрокову послідовність: структурна криза традиційного гендерного порядку → мобілізація жіночих ресурсів для воєнних потреб → легітимізація альтернативних гендерних ролей → активізація жіночих організацій громадянського суспільства → європейський нормативний тиск → інституційні реформи → реконфігурований гендерний порядок.

Послідовні моделі генерують диференційовані соціологічні наслідки: послідовна модель забезпечує вищу формальну відповідність міжнародним стандартам через тривалий період адаптації, але може призводити до «паперової відповідності» без субстантивних змін; одночасна модель створює компресовані трансформації з ризиками неповної інституціоналізації та амбівалентними дискурсивними ефектами.

Агентність громадянського суспільства є визначальною для медіації між транснаціональними нормами та локальними практиками. Жіночі організації функціонують як «агенти соціальних інновацій», що артикулюють нові соціальні потреби, мобілізують ресурси для колективних дій та легітимізують альтернативні гендерні практики через дискурсивні стратегії та політичну адвокацію.

Європеїзація без формального членства може бути ефективною через механізми «м'якого тиску» (soft pressure), але вимагає розвиненого громадянського суспільства та стійкої внутрішньої політичної волі для імплементації трансформаційних реформ.

Практичні висновки включають необхідність розроблення інтегрованих підходів до гендерної політики, що враховують комплексну взаємодію між кризовими обставинами та довгостроковими інституційними реформами. Критично важливими є системна підтримка жіночих організацій як ключових агентів соціальних змін та забезпечення інституційної наступності між екстраординарними заходами воєнного часу й стабільними механізмами мирного періоду.

Перспективи подальших досліджень включають:

довгостроковий аналіз інституційної стійкості гендерних трансформацій у постконфліктний період через призму неоінституціональної теорії;

дослідження впливу цифрових технологій на реконфігурацію гендерних практик під час воєнної мобілізації через соціологію медіа та комунікацій;

дослідження довгострокового впливу воєнної травми на еволюцію гендерних відносин у сім'ях та громадах через медичну соціологію та соціологію сім'ї.

Трансформація гендерного порядку від воєнної мобілізації до європейської інтеграції демонструє складну соціологічну динаміку взаємодії між структурними кризами, інституційними змінами та колективними діями соціальних акторів. Розуміння цих механізмів має критичне значення для розроблення ефективних стратегій гендерної політики в умовах геополітичних трансформацій та для теоретичного розвитку соціології гендерних відносин через інтеграцію неоінституціональної та феміністської парадигм.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Марценюк Т. Гендер для всіх. Виклик стереотипам. Київ: Основи, 2017.

2. Марценюк Т. Безстрашні. Історія українського фемінізму в інтерв'ю. Київ: Creative Women Publishing, 2024. URL: https://www.creativewomenpublishing.com.ua/product/bezstrashni (дата звернення: 21.09.2025).

3. Марценюк Т., Гриценко Г., Квіт А., Василенко Л., Звягінцева М. «Невидимий батальйон 2.0»: жінки-ветеранки, що повертаються до мирного життя (соціологічне дослідження). Київ: ООН Жінки Україна, 2019. URL: https://shorturl.at/vflBi (дата звернення: 21.09.2025).

4. Börzel T.A., Risse T. When Europe hits home: Europeanization and domestic change. *European Integration Online Papers*. 2000. Vol. 4, № 15. P. 1–24.

5. Connell R.W. Gender and Power: Society, the Person and Sexual Politics. Stanford: Stanford University Press, 1987. 334 p.

6. Connell R. Glass ceilings or gendered institutions? Mapping the gender regimes of public sector worksites. *Public Administration Review*. 2006. Vol. 66, № 6. P. 837–849.

7. Croatian Bureau of Statistics. Labor Force Survey Results. Zagreb: Croatian Bureau of Statistics, 2023. 89 p.

8. Dobrotić I., Matković T., Zrinščak S. Gender equality policies and practices in Croatia – The interplay

of transition and late Europeanization. *Social Policy & Administration*. 2013. Vol. 47, № 2. P. 218–240.

9. Dobrotić I. Gender equality policies and practices in Croatia – The interplay of transition and late Europeanization. *Social Policy & Administration*. 2013. Vol. 47, № 7. P. 841–859.

10. European Institute for Gender Equality. Gender Equality Index 2017: Croatia. Vilnius: EIGE, 2017. 45 p.

11. European Institute for Gender Equality. Gender Mainstreaming Approach – Croatia. URL: https://eige.europa.eu/gender-mainstreaming/countries/croatia (дата звернення: 21.09.2025).

12. European Parliament. The Policy on Gender Equality in Croatia – Update 2013 (PE 493.016 EN). Brussels: European Parliament Policy Department C, 2013. 78 p.

13. Forest M., Lombardo E. The Europeanization of gender equality policies: A discursive-sociological approach. *Comparative European Politics*. 2012. Vol. 1. P. 222–239.

14. Invisible Battalion. Women in the war of Ukraine. URL: https://www.invisiblebattalion.org/en (дата звернення: 12.08.2025).

15. Kis O. Feminism in Contemporary Ukraine: from "Allergy" to Last Hope. 2013. URL: https://www.academia.edu/4890934/Feminism_in_Contemporary_Ukraine_From_Allergy_to_Last_Hope (дата звернення: 21.09.2025).

16. Krook M.L., Mackay F. Gender, Politics and Institutions: Towards a Feminist Institutionalism. London: Palgrave Macmillan, 2011. 267 p.

17. Mahoney J., Thelen K. Explaining Institutional Change: Ambiguity, Agency, and Power. Cambridge: Cambridge University Press, 2010. 236 p.

18. Martsenyuk T. Women's Participation in Defending Ukraine in Russia's War. Global Cooperation Research – A Quarterly Magazine. Duisburg: University of Duisburg-Essen, 2022. URL: https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=NiV2UqMAAAAJ&cstart=20&pagesize=80&citation_for_view=NiV2UqMAAAAJ:QoJ_w57xiyAC (дата звернення: 21.09.2025).

19. MFA of Ukraine. How many women are in the Armed Forces of Ukraine? URL: https://war.ukraine.ua/articles/how-many-women-are-defending-ukraine-against-russia-s-invasion (дата звернення: 21.09.2025).

20. Špehar A. This Far, but No Further? Benefits and Limitations of EU Gender Equality Policy Making in the Western Balkans. Gothenberg: University of Gothenberg, 2012. 298 p.

21. UN Women. In the Ukraine war, women are on the front lines and leading recovery. 2024. URL: https://www.unwomen.org/en/news-stories/feature-story/2024/10/in-the-ukraine-war-women-are-on-the-front-lines-and-leading-recovery (дата звернення: 21.09.2025).

22. UN Women. Rapid gender analysis of Ukraine: Secondary data review. UN Women Data Hub. 2022. 67 p.

23. Waylen G. Informal institutions, institutional change and gender equality. Political Research Quarterly. 2014. Vol. 67, № 1. P. 212–223.

24. World Bank. Croatia Gender Landscape 2024. Washington: World Bank Group, 2024. 156 p.

*Стаття надійшла у редакцію: 23.09.2025*
*Стаття прийнята: 06.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# МОВА ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЗБРОЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

# LANGUAGE AS A KEY FACTOR OF NATIONAL IDENTITY AND A WEAPON IN TIMES OF WAR

УДК 316.334.3:323.1,
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.8
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Лагодзінський В.В.**
к.іст.н., науковий співробітник науково-дослідного відділу
прикладних військово-соціологічних досліджень
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України
ORCID ID: 0000-0002-7081-9578

**Рожков Є.О.**
заступник начальника науково-дослідного відділу
проблем гуманітарної політики
Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України
ORCID ID: 0009-0003-5711-2695

*Стаття присвячена дослідженню ролі української мови у формуванні та зміцненні національної і громадянської ідентичності українців, особливо в умовах повномасштабної російсько-української війни. Головною метою агресії росії є не лише захоплення територій, але й знищення національного самовизначення українців, їх асиміляція та інтеграція у простір «руского міра». У цьому контексті мова стає не просто засобом комунікації, а ключовим фактором національної ідентичності, що забезпечує чітку ідентифікацію «свій»/«чужий», а також потужною зброєю в умовах інформаційної та гібридної війни.*

*У статті аналізуються різні наукові погляди на сутність національної та громадянської ідентичності, підкреслюються їх взаємозв'язок та одночасна відмінність. Національна ідентичність розглядається як фундамент для збереження культурної спадщини, історії та мовних особливостей народу. Громадянська ідентичність, своєю чергою, пов'язана з відчуттям приналежності до держави, патріотизмом, повагою до державних інституцій, символів та законів, а також готовністю захищати національні інтереси.*

*Ключовим елементом роботи є представлення результатів військово-соціологічного дослідження, проведеного Науково-дослідним центром гуманітарних проблем Збройних Сил України. Метою дослідження було з'ясування рівня сформованості української ідентичності та ставлення військовослужбовців до мовного питання. Отримані дані свідчать про високий рівень патріотичної налаштованості та свідомий вибір української мови як елементу захисту національних інтересів.*

*Автори підсумовують, що мова є не лише засобом спілкування, але й життєво важливим культурним простором, що формує свідомість і світогляд нації. Збереження та розвиток української мови – це стратегічний чинник у зміцненні національної ідентичності, гарантія державної єдності та суверенітету, а також потужний засіб протидії зовнішній агресії.*

**Ключові слова:** *національна ідентичність, громадянська ідентичність, українська мова, військовослужбовці ЗС України.*

*The article focuses on the study of the role of the Ukrainian language in the formation and strengthening of Ukrainians' national and civic identity, especially during the full-scale Russian-Ukrainian war. The main goal of Russia's aggression is not only to seize territories but also to destroy the national self-determination of Ukrainians, to assimilate and integrate them into the "Russian world" space. In this context, language becomes not just a means of communication but a key factor of national identity, providing a clear "us" vs. "them" identification, as well as a powerful weapon in information and hybrid warfare.*

*The article analyzes various scientific views on the essence of national and civic identity, highlighting their interconnectedness and simultaneous difference. National identity is viewed as the foundation for preserving a people's cultural heritage, history, and linguistic features. Civic identity, in turn, is linked to a sense of belonging to the state, patriotism, respect for state institutions, symbols, and laws, as well as the readiness to protect national interests.*

*A key element of the work is the presentation of the results of a military-sociological study conducted by the Research Center for Humanitarian Issues of the Armed Forces of Ukraine. The study's goal was to determine the level of Ukrainian identity formation and the attitude of servicemen towards the language issue. The data obtained indicate a high level of patriotic spirit and a conscious choice of the Ukrainian language as an element of national interest protection.*

*The authors conclude that language is not only a means of communication but also a vital cultural space that shapes the consciousness and worldview of a nation. The preservation and development of the Ukrainian language is a strategic factor in strengthening national identity, a guarantee of state unity and sovereignty, and a powerful tool for countering external aggression.*

**Key words:** *national identity, civic identity, Ukrainian language, servicemen of the Armed Forces of Ukraine.*

В умовах повномасштабної російсько-української війни питання утвердження української національної та громадянської ідентичності набуває особливої актуальності. У статті планується дослідити, як українська мова, що є ключовим фактором ідентичності, стає потужним інструментом протидії інформаційній та гібридній агресії, а також на основі військово-соціологічного дослідження проаналізувати роль мови у зміцненні національної свідомості та консолідації українського суспільства, зокрема серед військовослужбовців Збройних Сил України.

Питання утвердження української національної та громадянської ідентичності набули особливої актуальності в умовах російсько-української війни, адже головною метою російської збройної агресії проти України є знищення державного та національного самовизначення українців, їх асиміляція та інтеграція в соціокультурний простір «руского міра», який є новим імперським проєктом квазі-СРСР [9].

М. Степико у своїй статті зазначає, що ідентичність нації – цивілізаційний бренд, соціокультурна ніша країни, визначальна засада зовнішньої та внутрішньої політики держави. Змістом домінуючої ідентичності є самоототожнення людини з певною спільнотою, її цінностями, історією, територією,

культурою, державними та правовими інституціями, що є визначальним чинником реалізації та захисту внутрішніх і зовнішніх інтересів особистості. Головною метою гібридної війни проти України, яку російська федерація реалізує впродовж останніх десятиріч, є зміна ідентичності українських громадян [8, с. 178]. Це екзистенційна та ідеологічна війна – війна не лише за інтереси чи потреби, але й за цінності та ідентичність [6, с. 46].

У процесі формування національної ідентичності нації важливим є свідоме сприйняття народом своєї окремішності, вироблення і усвідомлення власних цінностей, насамперед мови як ключового фактору національної ідентичності Саме мова забезпечує чітку ідентифікацію «свій»/«чужий» у різних сферах життєдіяльності [7, с. 35].

А. Хтей відзначає, що національна ідентичність виступає своєрідним фундаментом для збереження культурної спадщини, історії та мовних особливостей кожного народу. В умовах інформаційної війни та пропаганди національна ідентичність стає зброєю, що допомагає країнам протистояти зовнішнім впливам, захищати свої цінності та суверенітет. Важливість збереження ідентичності також проявляється у формуванні громадської свідомості, патріотизму та національної гордості [11].

Водночас С. Толочко зазначає, що громадянська ідентичність не є тотожною національній, оскільки остання переважно притаманна країнам з моноетнічним (мононаціональним) складом. Нинішня Україна є поліетнічною країною: у ній проживають представники різних національностей (етнічних груп), однак українці як етнічна група є титульною нацією, тому що становлять більшість населення [10, с. 184]. На думку С. Толочко, громадянська ідентичність особистості пов'язана з відчуттям приналежності людини до певної держави, ознаками якої вважаються наявність громадянства, високий рівень довіри до органів влади, співгромадян, повага, гордість за власну державу, патріотизм [10, с. 184].

Елементами громадянської ідентичності особистості С. Толочко визначає здатність використовувати свободу слова та здійснювати вибір, життя в демократичному суспільстві, знання історії та мови, активну участь у розвитку країни, відповідальність за долю України, підтримування та ініціювання різних державних петицій, наявність українського паспорта, розвинене мислення, шанування власної культури, допомога державі, шаноба до народних символів, захист держави, знання обов'язків, наявність власної думки та свободи слова, відповідальність за державу, власні дії або бездіяльність, відчуття незалежності від інших, дотримання законів, сплата податків, виконання власних обов'язків як громадянина, зазначених у Конституції України. До головних маркерів громадянської ідентичності С. Толочко відносить мову, державну символіку та календар святкових дат [10, с. 184].

Слід акцентувати увагу на тому, що в умовах збройної агресії росії проти України мовне питання набуло особливого значення. Цифрова війна, що ведеться на інформаційному фронті, має потужний мовний аспект. Ворог використовує медіа та соціальні мережі для поширення дезінформації та маніпуляції, намагаючись підривати українську національну ідентичність і мову. Українська мова стає важливим інструментом протидії цим інформаційним атакам, оскільки вона дає змогу створювати та підтримувати незалежний інформаційний простір [11].

У своїй роботі А. Козловець висловлює думку про те, що для свідомого громадянина поняття мови є очевидним, адже це мова роду, мова, з якою пов'язане пізнання світу з дитинства, якою мислиш, з якою відчуваєш духовний зв'язок тощо. Рідна мова виступає своєрідним ланцюгом, який пов'язує окрему особистість із групою, громадою, єднає сучасне покоління з минулим. За втрати зв'язку з мовою поступово відбувається руйнація ідентичності окремої особистості, групи й нації загалом. Якщо нівелюється роль мови як основного чинника формування ідентичності, відбувається етнічна асиміляція: втрачаючи мову, народ перестає психологічно усвідомлювати свою ідентичність, культурну самобутність і окремішність та поповнює кількісно інші, мажоритарні етноси [2, с. 454].

М. Мозер зазначає, що для відбудови національної безпеки необхідно твердо усвідомити символьне значення державної мови як ознаки національної єдності, національної ідентичності, як визначального стратегічного чинника захисту нації та держави, щоб відвести мові особливу роль [5, с. 31]. О. Мірошниченко та С. Дюжова підкреслюють, що мовне питання є надзвичайно важливим під час формування національної ідентичності та самобутності українців [4, с. 81]. А. Хтей слушно зауважує: якщо говорити про значення мови в історичному контексті, то мова завжди була одним з головних маркерів національної ідентичності. В Україні мова стала не тільки засобом комунікації, але й потужним інструментом боротьби за незалежність та ідентичність, а в контексті російської агресії вона використовується як спосіб консолідації нації та вираження спротиву [11].

Українська мова стала потужним засобом спротиву гібридній війні та повномасштабному вторгненню рф у 2014 та 2022 роках. Вона виконує кілька ключових функцій у формуванні національного опору та мобілізації суспільства: сприяє національній єдності, зміцненню ідентичності в умовах війни, освітньому та культурному вихованню молоді. Мова здатна об'єднувати суспільство, мобілізуючи його в умовах зовнішніх викликів та агресії. Вона також виконує функцію символічного спротиву, ставши інструментом протидії асиміляційним процесам і спробам знищення національної самобутності [11]. М. Степико зазначає, що війна не стала причиною виникнення питання

української ідентичності, але значно її загострила [8, с. 182].

Задля з'ясування рівня сформованості української національної та громадянської ідентичності військовослужбовців ЗС України, визначення основних чинників, які на нього впливають, Науково-дослідним центром гуманітарних проблем Збройних Сил України було проведено військово-соціологічне дослідження «Рівень сформованості у військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту української національної та громадянської ідентичності» [1].

Одним з ключових завдань дослідження було з'ясування питань володіння українською мовою та її використання військовослужбовцями у спілкуванні зі співслужбовцями під час службової діяльності, у власних родинах та поза службою.

Так, відповідаючи на запитання анкети «Що для вас є предметом гордості за свою країну, свій народ?» понад половини респондентів (56,2%) зазначили, що вони пишаються місцем, де вони народилися й виросли. Крім того, предметом гордості для військовослужбовців є держава, в якій вони живуть (36,7%), Збройні Сили України (32,9%), минуле країни та її історія (32,4%), українська мова (26,6%). Більш детальний розподіл відповідей респондентів наведено на рис. 1.

Відповідаючи на запитання анкети «Як би ви оцінили свій рівень володіння українською мовою?» дві третини військовослужбовців (65,6%) зазначили, що вони вільно володіють українською мовою. Близько третини респондентів зазначили, що їхній рівень володіння державною мовою достатній для спілкування на побутовому рівні. При цьому погано розуміють українську мову менше 1% опитаних (рис. 2).

Відповідаючи на запитання «Як часто ви спілкувались українською мовою до початку широкомасштабної агресії росії проти України?» військовослужбовці зазначили, що до 24 лютого 2022 року більше половини з них (56,3%) часто спілкувались українською мовою. Близько 30% респондентів інколи використовували її для спілкування. Однак близько 14% опитаних дуже рідко або взагалі не спілкувались українською мовою (рис. 3).

Задля з'ясування того, чи відбулися зміни у спілкуванні військовослужбовців українською мовою до початку широкомасштабної збройної агресії росії проти України і протягом останнього року респондентам було запропоновано відповісти на запитання «Як часто ви спілкуєтесь

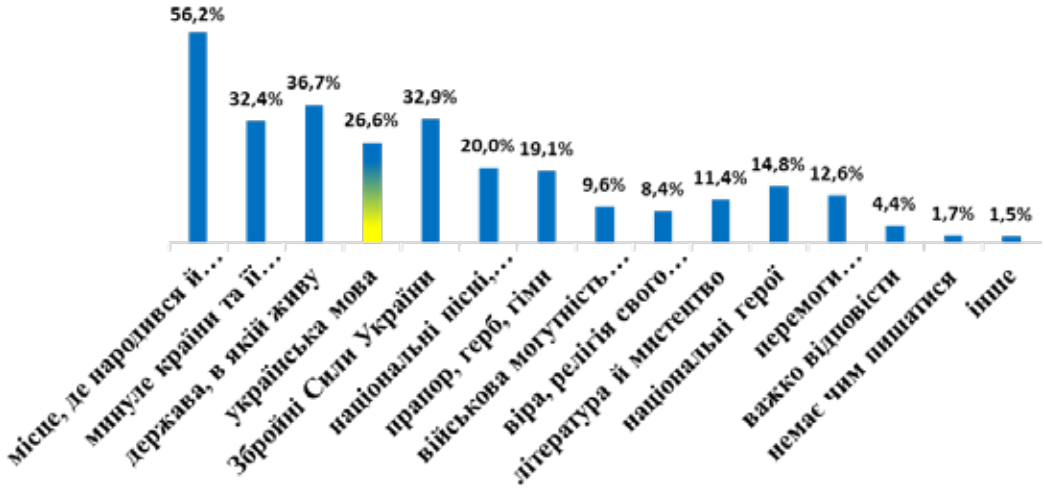


**Рис. 1. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Що для вас є предметом гордості за свою країну, свій народ?»**

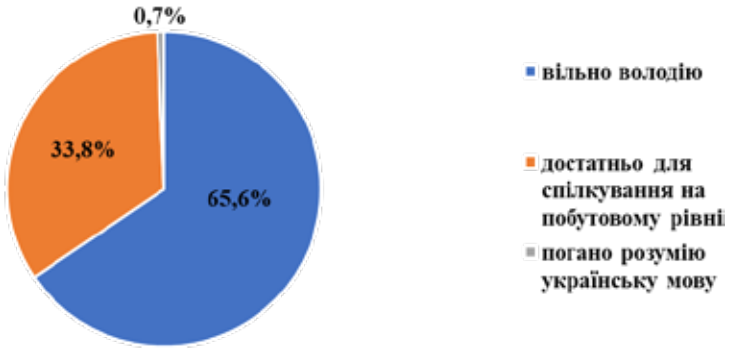


**Рис. 2. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Як би ви оцінили свій рівень володіння українською мовою?»**

**Рис. 3. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Як часто ви спілкувались українською мовою до початку широкомасштабної збройної агресії росії проти України?»**

українською мовою впродовж останнього року?» (рис. 4).

Як видно на рис. 4, впродовж останнього року відбулися суттєві зміни у використанні української мови під час спілкування військовослужбовців порівняно з періодом до початку широкомасштабної збройної агресії росії проти України. Сьогодні близько 72% респондентів постійно і майже кожен четвертий опитаний інколи розмовляють українською мовою. Рідко спілкуються чи зовсім не розмовляють українською мовою менше 4% респондентів.

Відповідаючи на запитання анкети «Якою мовою ви переважно спілкуєтесь із співслужбовцями у вашому підрозділі?» 70,2% опитаних військовослужбовців зазначили, що зі своїми співслужбовцями у підрозділах спілкуються українською або переважно українською мовою. Понад чверть респондентів (26,2%) повідомили, що, залежно від обставин, розмовляють як українською, так і російською мовами. При цьому російською або переважно російською у своїх підрозділах розмовляють лише 3,7% респондентів (рис. 5).

Задля з'ясування та можливості порівняння використання військовослужбовцями української мови у службовій діяльності та поза службою респондентам були поставлені питання стосовно мови спілкування у родинах (у себе вдома) та у соціальних інтернет-мережах (Facebook, Viber, Twitter, Instagram тощо).

Відповідаючи на запитання анкети «Якою мовою ви переважно спілкуєтесь у вашій родині (вдома)?» опитані військовослужбовці (63,6%) зазначили, що у своїй родині вони спілкуються українською або переважно українською мовою. Близько третини респондентів зазначили, що, залежно від обставин, вдома вони розмовляють і українською, і російською мовами. Водночас російською чи переважно російською мовою у свої родинах спілкуються лише 6,4% респондентів (рис. 6).

В ході дослідження було з'ясовано, що у соціальних інтернет-мережах більшість опитаних (75,3%) використовує для спілкування українську або переважно українську мову. Певна частина респондентів (19%) приблизно порівну користується як українською, так і російською мовами. Лише 4% вибрали для спілкування у мережах російську або переважно російську мову (рис. 7).

Проведене соціологічне дослідження показало достатньо високий рівень сформованості україн-

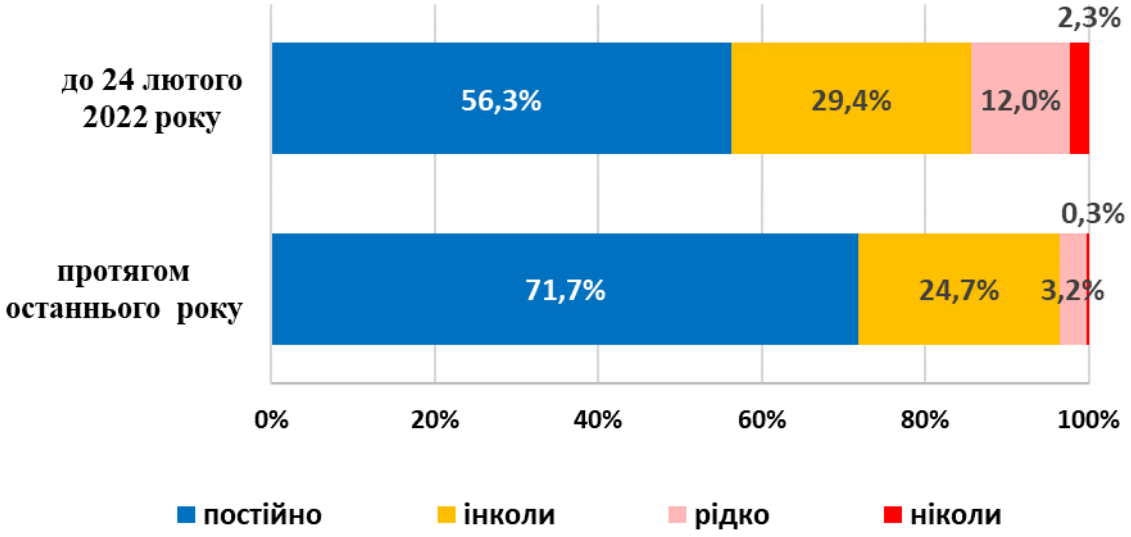


**Рис. 4. Використання військовослужбовцями української мови під час спілкування до 24 лютого 2022 року та впродовж останнього року**

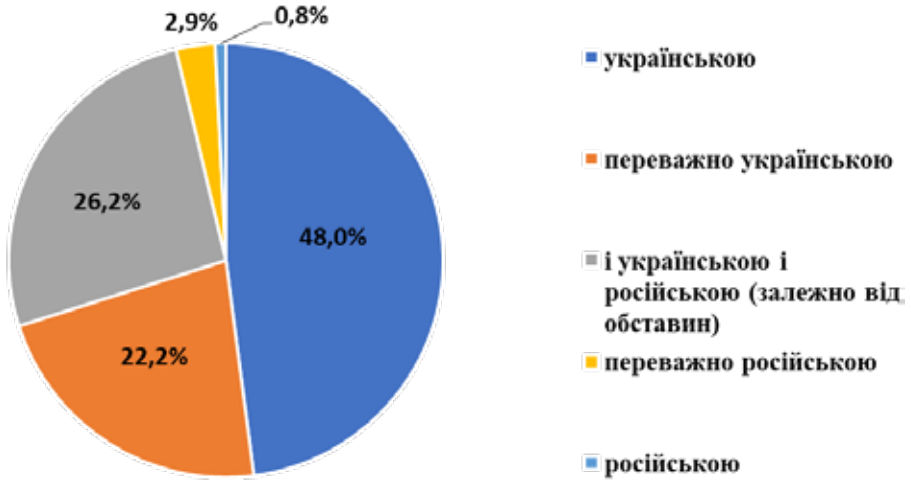


**Рис. 5. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Якою мовою ви переважно спілкуєтесь із співслужбовцями у вашому підрозділі?»**

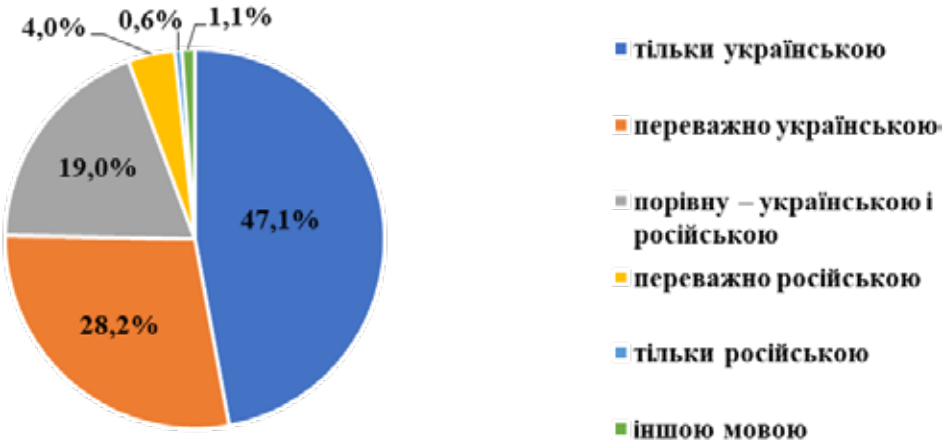


**Рис. 6. Розподіл відповідей респондентів на запитання анкети «Якою мовою ви переважно спілкуєтесь у вашій родині (вдома)?»**

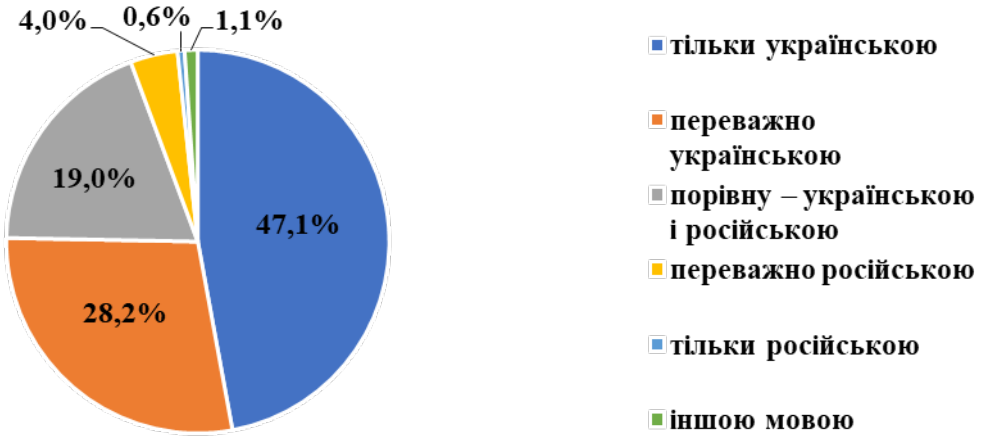


**Рис. 7. Розподіл відповідей респондентів на запитання «Якою мовою ви користуєтесь у своєму спілкуванні в соціальних інтернет-мережах (Facebook, Viber, Twitter, Instagram тощо)?»**

ської національної та громадянської ідентичності серед військовослужбовців ЗС України. За час широкомасштабного вторгнення значно зріс відсоток респондентів, які перейшли зі спілкування російською на українську мову, що свідчить про свідомий вибір мови як елементу захисту націо-

нальних інтересів. Більшість військовослужбовців спілкується зі своїми співслужбовцями виключно або переважно українською мовою. Крім того, більшість військовослужбовців вдома та під час комунікацій у соціальних інтернет-мережах також користується переважно українською мовою.

Мова є не лише засобом спілкування, але й життєво важливим культурним простором, що формує свідомість та світогляд нації. У сучасних умовах мова є основою консолідації українського суспільства, потужним засобом протидії зовнішній агресії та символом української державності. Збереження та розвиток української мови є стратегічним чинником у зміцненні національної ідентичності, гарантією збереження державної єдності та суверенітету. Саме мова, що є фундаментом, на якому будується нація, стає зброєю в руках тих, хто відстоює свою незалежність.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Звіт за результатами військово-соціологічного дослідження «Рівень сформованості у військовослужбовців Збройних Сил України та Державної спеціальної служби транспорту української національної та громадянської ідентичності». Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2024. 62 с.

2. Козловець М. Феномен національної ідентичності: виклики глобалізації: монографія. Житомир: вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2009. 558 с.

3. Кочерган М. Загальне мовознавство. Київ, 1999.

4. Мірошниченко О., Дюжова С. Значення мови під час війни в Україні. *Перспективи інноваційно-інвестиційного розвитку економіки, підприємництва, технологій та їх нормативно-правове забезпечення*: матеріали ІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Чернігів, 27 лютого 2025 року). Чернігів, 2025. 168 с.

5. Мозер М. Мовне питання як чинник впливу на національну безпеку. *Стратегічна панорама*. 2020. № 1–2. С. 29–41.

6. Мотрунич І. Мова як важливий чинник формування національної ідентичності українців в сучасних умовах. *Україна – Європейський Союз: Формат розвитку відносин України та Європейського Союзу в контексті російсько-української війни, виборчих процесів та прав національних меншин*: матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції (м. Ужгород, 4–5 жовтня 2024 року) / Ю. Остапець (голова редкол.). Ужгород: ТОВ «РІК-У», 2024. 359 с.

7. Пирожков С., Хамітов Н. Війна і мир в Україні: шляхи до реальної перемоги і розвитку. *Вісник Національної академії наук України*. 2022. № 9. С. 38–49.

8. Ревуцька С. Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. *Філологія*. 2022. Вип. 3 (5).

9. Степико М., Черненко Т. Українська ідентичність як визначальна засада протидії російській агресії. *Стратегічні пріоритети*. 2017. № 3. С. 178–183.

10. Телеграфъ. Війна росії проти України – геноцид. Рада ухвалила постанову. 2022. 14 квітня. URL: https://www.telegraf.in.ua/kremenchug/10105824–vijna–rosiji–proti–ukrajini–genocid–rada–uhvalila–postanovu.html.

11. Толочко С. Громадянська ідентичність особистості: актуальність формування та виявлення в сучасній Україні. *Advanced Linguistics*. 2023. № 11. С. 181–191.

12. Хтей А. Мова як зброя та засіб збереження національної ідентичності. *Україна – Європейський Союз: Формат розвитку відносин України та Європейського Союзу в контексті російсько-української війни, виборчих процесів та прав національних меншин*: матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції (м. Ужгород, 4–5 жовтня 2024 року) / Ю. Остапець (голова редкол.). Ужгород: ТОВ «РІК-У», 2024. 359 с.

*Стаття надійшла у редакцію: 25.09.2025*
*Стаття прийнята: 09.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ЗМІНИ В СОЦІАЛЬНИХ РОЛЯХ ЖІНОК В УМОВАХ РОСІЙСЬКОЇ АГРЕСІЇ

# CHANGES IN THE SOCIAL ROLES OF WOMEN IN THE CONTEXT OF RUSSIAN AGGRESSION

УДК 316.42:305:355.4(477)
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.9
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Любченко В.В.**
к.іст.н., доцент кафедри туризму та готельно-ресторанної справи
Державний університет «Житомирська політехніка»
ORCID ID: 0009-0009-7709-3819

*У статті досліджується трансформація соціальних ролей жінок в умовах російської агресії проти України та окреслюються ключові тенденції, пов'язані з їхньою інтеграцією у сферу національної безпеки й оборони. Питання ролі жінок у військових конфліктах набуває дедалі більшої актуальності, адже війна стала каталізатором соціальних змін, які спричинили вихід жінок за межі традиційних гендерних функцій і активне включення у військову та волонтерську діяльність. Метою статті є виявлення особливостей професійної та соціальної адаптації жінок до нових реалій, визначення рівня дотримання принципів гендерної рівності у Збройних Силах України та аналіз індивідуального досвіду жінок-військовослужбовиць.*

*Методологічною основою дослідження стало анонімне онлайн-опитування, проведене у 2024–2025 рр., яке охопило 27 респонденток з шести областей України. На основі результатів анонімного онлайн-опитування жінок-військовослужбовиць проаналізовано чинники, що вплинули на їхнє рішення вступити на військову службу, а також виявлено основні проблеми, пов'язані з гендерною рівністю у Збройних Силах України. Результати опитування засвідчили, що жінки дедалі активніше інтегруються у військову сферу, виконують відповідальні функції у сержантському та офіцерському складі, демонструють високий рівень мотивації та готовності залишатися на службі. Водночас зафіксовано наявність дискримінаційних практик, гендерних стереотипів і недостатньої інституційної підтримки, що свідчить про потребу вдосконалення механізмів реалізації гендерної рівності. Дослідження підкреслює, що кількісне зростання жінок у Збройних Силах не може бути єдиним показником гендерної рівності; не менш важливими є забезпечення рівного доступу до кар'єрних можливостей, усунення стереотипів і формування сприятливого середовища для служби жінок. Отримані результати мають практичне значення для розроблення державної політики у сфері гендерної рівності та можуть стати підґрунтям для подальших наукових досліджень.*

**Ключові слова:** *воєнний стан, гендерна рівність, жінка, Збройні Сили України, соціальні ролі.*

*The article examines the transformation of women's social roles in the context of Russian aggression against Ukraine. It outlines key trends related to their integration into national security and defense. The issue of women's roles in military conflicts is becoming increasingly relevant, as war has become a catalyst for social change, causing women to go beyond traditional gender roles and become actively involved in military and volunteer activities. The article aims to identify the characteristics of women's professional and social adaptation to new realities, determine the level of compliance with the principles of gender equality in the Armed Forces of Ukraine, and analyze the individual experiences of female military personnel.*

*The methodological basis of the study was an anonymous online survey conducted in 2024–2025, which covered 27 respondents from six regions of Ukraine. Based on the anonymous online survey of female military personnel, the factors influencing their decision to join the military were analyzed, and the main problems related to gender equality in the Armed Forces of Ukraine were identified. The survey results showed that women are increasingly integrating into the military sphere, performing responsible functions in the sergeant and officer corps, and demonstrating high motivation and willingness to remain in service. At the same time, discriminatory practices, gender stereotypes, and insufficient institutional support were identified, indicating a need to improve mechanisms for achieving gender equality. The study emphasizes that the quantitative growth of women in the Armed Forces cannot be the only indicator of gender equality; ensuring equal access to career opportunities, eliminating stereotypes, and creating a supportive environment for women in service are equally important. The results obtained are of practical importance for the development of state policy in the field of gender equality and can serve as a basis for further scientific research.*

**Key words:** *martial law, gender equality, women, Armed Forces of Ukraine, social roles.*

**Постановка проблеми.** Початок XXI століття відзначається глибокими трансформаціями соціально-економічних систем, зумовленими глобалізацією, новими моделями індустріалізації та демократизацією суспільного життя. Водночас ці процеси супроводжуються зростанням кризових явищ, військово-політичних конфліктів, терористичних загроз, кліматичних і техногенних катастроф, що породжують масштабні міграційні та соціальні проблеми у світі. Актуальність дослідження зумовлена докорінними змінами, що відбуваються у суспільстві внаслідок російської агресії проти України, зокрема у сфері ролі та статусу жінок. Історично військова служба сприймалася як «чоловіча справа», однак від 2014 р., а особливо після повномасштабного вторгнення 2022 р. жінки дедалі активніше інтегруються у сферу національної безпеки та оборони. Зростання їхньої численності у Збройних Силах, поява можливостей для проходження служби на бойових посадах і водночас наявність фактів дискримінації та гендерних упереджень актуалізують потребу у комплексному науковому аналізі цього феномена. Дослідження спрямоване на з'ясування того, наскільки задекларовані державою принципи рівності (Конституція України, Закон «Про військовий обов'язок і військову службу», Резолюція РБ ООН 1325 «Жінки, мир, безпека») реалізуються на практиці у вій-

ськовому середовищі та які виклики постають на шляху забезпечення гендерної рівності в умовах війни.

**Аналіз джерел та останніх досліджень.** Питання ролі жінок в умовах воєнних конфліктів стало основою багатьох праць та досліджень сучасних дослідників та науковців, які консолідовано визнають трансформацію ролі жінок у військовому контексті. Питання гендерної рівності та трансформації жіночих ролей в умовах війни у свої працях розкривали І. Грабовська [1], Г. Ніколайчук [2], Д. Тінін [3] та інші науковці. Так, дослідження Л. Петрової, І. Ребрій та Г. Зубрицького [4] підсилюють ці спостереження, вказуючи на поступове зростання ролі жінок як у повсякденній, так і в бойовій діяльності, водночас відзначаючи потребу в освітній підтримці серед військових підрозділів для досягнення дружнього до жінок середовища. З точки зору правового регулювання Ю. Загуменна та Д. Греля [5] аналізують не лише законодавчі норми, де імплементація принципів рівності в секторі національної безпеки підсилюється міжнародними актами (Резолюція ООН 1325, Стамбульська конвенція), але й їхній практичний вплив на ефективність оборонного сектору, що потребує подальших інституційних коригувань. Стаття про “agency and resistance” ілюструє, що українські жінки не просто відповідають на агресію – вони активно трансформують її підтримку як у військових, так і в цивільних сферах, демонструючи складну гендерну практику опору [6].

Європейський погляд на жіночі наративи на фронті, поданий у праці 2025 р., показує, що особисті розповіді військовослужбовиць стратегічно важливі: вони не лише деконструюють маскулінні структури війни, але й відкривають перспективу для радикальних змін у розумінні ролі жінок у конфлікті [7].

Водночас проблема гендерних відносин в умовах воєнного стану в Україні залишається предметом інтенсивних наукових дискусій і потребує подальшого теоретичного осмислення та закріплення у сучасних наукових дослідженнях.

**Метою** дослідження є виявлення трансформації соціальних ролей жінок у період російської агресії та оцінювання особливостей забезпечення гендерної рівності на основі аналізу результатів анонімного онлайн-опитування військовослужбовець.

**Виклад основного матеріалу.** Україна переживає складний період історії, який з 2014 р. супроводжується боротьбою за незалежність, територіальну цілісність та ідентичність. У цій війні поруч з чоловіками засвідчили свою потужну роль і вагомий внесок жінки.

Аналіз сучасних суспільних трансформацій в Україні свідчить про активізацію жіночого волонтерського руху, який набув значних масштабів. У контексті російської агресії значна частина жінок долучилася до волонтерської діяльності, що відображає їхню адаптацію до нових соціальних ролей та готовність брати на себе відповідальність за підтримку національної безпеки.

Ключовим мотиваційним фактором для них є відчуття конкретної користі та особистого внеску у спільну справу. Це почуття реалізується через виконання специфічних завдань, що справляють безпосередній вплив на результат, наприклад виготовлення маскувальних сіток для Збройних Сил України та підрозділів територіальної оборони. На початкових етапах агресії такий внесок також міг включати виробництво засобів оборони, зокрема «коктейлів Молотова». Крім того, мотивація до волонтерської діяльності поширюється на широкий спектр соціальних ініціатив. До них належать допомога внутрішньо переміщеним особам, проведення реабілітаційних програм для дітей, які постраждали від наслідків окупації та бомбардувань, а також надання опіки людям похилого віку та особам з обмеженими можливостями [1, с. 31]. Ця багатогранність волонтерської активності підкреслює глибокі трансформації у соціальних ролях жінок, які перейшли від традиційних функцій до активної участі в заходах, спрямованих на подолання наслідків війни та зміцнення соціальної стійкості.

Зазнав змін також медійний простір України. На сучасному етапі розвитку українського суспільства спостерігається поява значної кількості талановитих журналісток, блогерок та телеведучих, які транслюють інформацію про хід війни та життя в країні.

Сучасні тенденції засвідчують активне зростання участі жінок у лавах Збройних Сил України. На законодавчому рівні, відповідно до Закону України «Про військовий обов’язок і військову службу» (п. 12 ст. 1), для жінок передбачено добровільне проходження військової служби [8]. Водночас сьогодні численність жінок у Збройних Силах перевищує 70 тисяч осіб. Однак сам показник кількісної присутності не може вважатися єдиним критерієм оцінки гендерної рівності, адже важливими залишаються також умови служби, можливості кар’єрного зростання та відсутність дискримінаційних практик. У цьому контексті важливим етапом дослідження стало проведення анонімного онлайн-опитування серед жінок-військовослужбовиць. Його метою було з’ясування чинників, що вплинули на їхнє рішення вступити на військову службу, а також виявлення можливих випадків гендерних упереджень у процесі проходження служби.

Опитування проходило з грудня 2024 р. по травень 2025 р. Для зручності опитуваних більшість запитань була закритого типу. Географія опитування охопила шість областей України, серед яких найбільшою є частка респонденток з Одеської області (16 осіб), що становить більшість вибірки. Значно меншою є кількість учасниць з Житомирської (4 особи), Чернігівської (3 особи) та Львівської (2 особи) областей, тоді як з Миколаївської та Херсонської областей було залучено лише по

одній респондентці. Такий розподіл відображає регіональну специфіку вибірки, де домінує південний регіон. Аналіз вікового складу респонденток засвідчив, що учасниці опитування належать до різних вікових категорій: від 18 до 55 років. Найбільшою є група віком 31–35 років (12 осіб), що становить майже половину вибірки. Помітною є також частка жінок віком 26–30 років (6 осіб) та 36–40 років (5 осіб), що загалом відображає концентрацію учасниць у середньому віковому сегменті. Значно меншою є представленість молодших 18–25 років (1 особа) і старших 46–55 років (3 особи) військовослужбовиць, що може свідчити про вікову специфіку жіночого складу Збройних Сил України.

Отримані результати засвідчують, що найбільша частка жінок-військовослужбовиць приєдналася до Збройних Сил України у 2014 та 2022 рр., що відображає посилення їхньої участі в обороні держави у період повномасштабного вторгнення. Більшість респонденток проходить службу у Сухопутних військах, що корелює із загальною структурою ЗСУ. Водночас суттєвою є представленість жінок у сержантському та молодшому офіцерському складі, що свідчить про поступове розширення їхньої участі у виконанні відповідальних і керівних функцій. Проте, попри ці зміни, військова служба досі сприймається значною частиною суспільства як переважно «чоловіча справа», що підтримує гендерні стереотипи та зумовлює упереджене ставлення.

За останні 11 років структура Збройних Сил України за гендерною ознакою зазнала суттєвих трансформацій, що наочно відображено на рис. 1.

Діаграма «Кількість жінок у Збройних Силах України» наочно демонструє поступальну динаміку зростання жіночої присутності у війську протягом 2013–2025 рр. Якщо у 2013 р. кількість жінок у ЗСУ лише незначно перевищувала 40 тисяч, то у 2025 р. цей показник наблизився до 70 тисяч, що є свідченням системних трансформацій у структурі особового складу. Найбільш відчутне зростання відбулося після 2014 р., що корелює з початком російської агресії та різким зростанням потреби у військових кадрах.

Таким чином, збільшення кількості жінок на військовій службі відображає процес інституційної модернізації Збройних Сил України, спрямованої на підвищення рівня інклюзивності та відповідності сучасним стандартам. Попри значний прогрес, залишаються виклики, пов'язані з подоланням стереотипів та забезпеченням реальних (а не

Таблиця 1

**Професійний портрет опитаних жінок-військових**

| Показник | Кількість (загальна вибірка = 27) |
|---|---|
| *З якого року перебуваєте на службі в Збройних Силах України?** | |
| – до 2014 р.; | 7 (26%) |
| – з 2014 р.; | 10 (37%) |
| – з 2022 р. | 10 (37%) |
| *Рід військ Збройних Сил України, в яких проходите службу* | |
| Військово-морські сили України | 8 (30%) |
| Радіотехнічні війська | 5 (19%) |
| Спеціальні війська (окремі батальйони зв'язку АСУ та РТЗ, РЕБ, забезпечення) | 3 (11%) |
| Війська протиповітряної оборони | 3 (11%) |
| Війська спеціального призначення | 2 (7%) |
| Сили безпілотних систем | 2 (7%) |
| Війська територіальної оборони | 2 (7%) |
| Аеромобільні війська України | 1 (4%) |
| Повітрянодесантні війська | 1 (4%) |
| *Зазначте ваше звання*** | |
| Рядовий склад (рекрут, солдат, старший солдат, матрос, старший матрос) | 3 (11%) |
| Сержантський та старшинський склад (молодший сержант, сержант, старший сержант, головний сержант, штаб-сержант, майстер-сержант, старший майстер-сержант, головний майстер-сержант, старшина, головний старшина) | 12 (44%) |
| Молодший офіцерський склад (молодший лейтенант, лейтенант, старший лейтенант, капітан) | 11 (41%) |
| Старший офіцерський склад (майор, підполковник, полковник) | 1 (4%) |

*Джерело: складено автором на основі результатів проведеного опитування*

** задля систематизації даних роки вступу на військову службу були згруповані у три часові категорії: до 2014 р., з 2014 р. та з 2022 р. – початку повномасштабного вторгнення;*

*** відповіді було розподілено відповідно до структури військових звань ЗСУ*

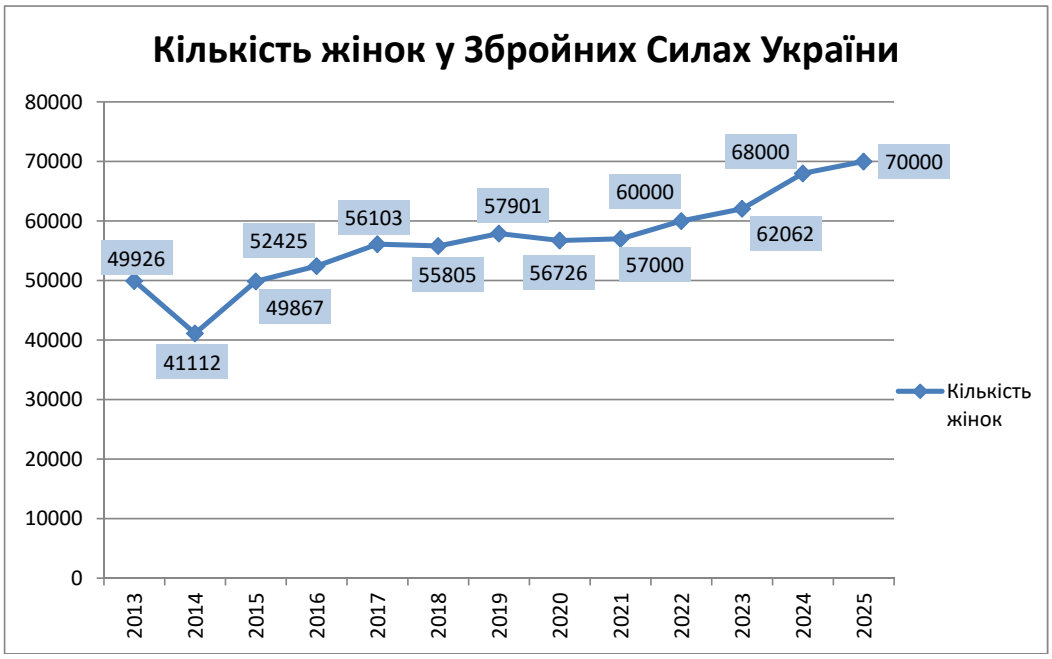


**Рис. 1. Кількість жінок у Збройних Силах України протягом 2013–2025 рр.**

*Джерело: сформовано автором на основі джерел [3, с. 434; 12; 13; 14; 15].*

Таблиця 2

**Деякі аспекти дотримання гендерної рівності в Збройних Силах України**

| Показник | Результат (загальна вибірка = 27) | Коментарі* |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| Чи отримуєте ви однакові можливості для кар'єрного зростання та навчання з чоловіками? | так – 20 (74%) | |
| | ні – 7 (26%) | Перевагу більше віддають чоловікам, і більше зацікавлені в їх роботі/навчанні та зрості; досі гостро стоїть питання гендерної рівності; керівник не поважає та не любить жінок; перевага все ж таки віддається більше чоловікам, бо у жінки «як не вагітність, то лікарняні по дитині; багато управлінь не хочуть брати жінку через те, що вона або піде в декрет, або піде на лікарняний з дитиною. |
| Чи відчували ви дискримінацію під час проходження служби в ЗСУ? | так – 11 (41%) | |
| | ні –16 (59%) | |
| Напишіть як саме ви відчули прояви дискримінації до себе? | У зв'язку з тим, що є дитина, було відхилена можливість у кар'єрному зростанні, тому переводилась до іншої частини; відмови у просуванні по службі, а також відмови у можливості навчання; в учебці сержантського складу не дали «кращого сержанта», бо його віддали десантнику-чоловіку. Інструктори були упереджені на рахунок жінок і їх ролі в армії; під час переводу на нове місце ти «повинен» бути ідеальним і все знати; немає довіри в отриманні вищої посади через відсутність досвіду або молодий вік (твої бажання/ідеї мало кому цікаві, і до них майже не дослухаються); у морській піхоті є один явний признак дискримінації, адже жінок на службу приймають тільки з особистим погодженням командуючого; неповага з боку чоловіків та керівництва чоловічої статі; сексуалізація, харасмент; відчуття непотрібності. | |
| Як ви вважаєте, чи змінилася ситуація з гендерною рівністю у війську за останні кілька років? | так – 17 (63%) | Завдяки новому поколінню людей звертають увагу на професіоналізм, а не на стать, більш доросле покоління ще важко сприймає жінок; так, у моїй військовій частині у чоловіка подекуди складніші умови для служби; стала краще, але ще є куди рости. |
| | ні – 8 (30%) | Особливих змін не відчувається, можливо тільки на папері для галочки. |
| | важко відповісти – 2 (7%) | Все залежить від командування частини. |

Продовження таблиці 2

| 1 | 2 | 3 |
|---|---|---|
| Чи відчуваєте ви підтримку з боку керівництва? | так – 20 (74%) | Дійсно цінують, тому й працюю за себе і начальників; була переатестована із сержантського складу в офіцери саме завдяки вірі в мене керівництва; так, керівник жінка. |
| | ні – 4 (15%) | Мій ріст тут закінчився; керівництво недооцінює. |
| | частково – 3 (11%) | – |
| Чи плануєте ви продовжити службу після завершення контракту, військових дій? | так – 19 (70%) | Підписала офіцерський контракт на 5 років; так, але в іншому підрозділі. |
| | ні – 3 (11%) | Звикла працювати на результат, в армії частіше працюють для звіту чи галочки. |
| | важко відповісти – 5 (19%) | Служба – це не робота, тут є свої нюанси; якщо будуть суттєві зміни, то так, а якщо буде зберігатися весь цей безлад, то навряд чи. |

*Джерело: складено автором на основі результатів проведеного опитування*

***** частина запитань була відкритого типу, тому на бажання респондентки мали змогу доповнити свою відповідь*

декларативних) рівних можливостей для всіх військовослужбовців, незалежно від статі. Це є необхідною передумовою для формування сильної, ефективної та сучасної армії. Зростання численності жінок-військовослужбовиць можна розглядати як індикатор успішності державної гендерної політики, що узгоджується з національними та міжнародними зобов'язаннями України, зокрема з Резолюцією Ради Безпеки ООН 1325 «Жінки, мир, безпека» [9].

У межах нашого дослідження особливу увагу приділено питанню фактичного дотримання гендерної рівності у Збройних Силах України. На рівні держави принцип рівності чоловіків і жінок закріплений у Конституції України (ст. 24), де гарантується рівність прав у всіх сферах життя, зокрема у громадсько-політичній і культурній діяльності, здобутті освіти, професійній підготовці, праці та винагороді за неї [10]. Аналіз особистого досвіду військовослужбовиць дає змогу оцінити, наскільки зазначені правові норми реалізуються на практиці у військовому середовищі.

Більшість респонденток (74%) вважає, що має рівні можливості для професійного розвитку, однак понад чверть (26%) засвідчила наявність нерівності. Це свідчить про те, що, попри офіційне закріплення принципів гендерної рівності в Збройних Силах України, жінки продовжують стикатися з певними обмеженнями у доступі до навчання та кар'єрного просування.

Більшість опитаних (59%) не зазнавала дискримінації під час проходження служби, водночас 41% відзначили наявність такого досвіду, що вказує на існування упередженого ставлення та подвійних стандартів щодо жінок у військовій сфері. Аналіз відкритих відповідей респонденток свідчить про те, що основними проявами дискримінації у військовому середовищі є обмеження кар'єрного зростання через сімейний статус, відмови у просуванні по службі та доступі до професійного навчання. Відзначаються випадки недовіри до жінок як до повноцінних військовослужбовиць, що супроводжується упередженим ставленням, сексуалізацією та проявами харасменту. Особливе занепокоєння викликає практика вибіркового прийому жінок до окремих підрозділів за особистим погодженням командування, що суперечить принципам рівності та нормам Конституції України. Отримані свідчення підкреслюють наявність бар'єрів у забезпеченні гендерної рівності у Збройних Силах України.

Позитивні зміни у сфері гендерної рівності відзначили 63% респонденток, які засвідчили покращення ситуації у Збройних Силах України. Такий результат корелює з масштабними законодавчими реформами 2016–2021 рр., що передбачали зрівняння доступу жінок і чоловіків до військових посад та скасування обмежень щодо бойових спеціальностей. Отримані дані узгоджуються з результатами загальнонаціонального опитування, проведеного дослідницькою агенцією InfoSapiens у лютому 2025 р., відповідно до якого 64% громадян задоволені рівноправністю жінок і чоловіків в Україні (проти 54% у 2020 році) [11]. Водночас 30% опитаних жінок-військовослужбовиць залишаються скептичними, наголошуючи на формальному характері частини здійснених реформ.

Щодо інституційної підтримки, то 74% військовослужбовиць повідомили, що відчувають підтримку з боку керівництва, 11% – лише частково, а 15% не відчувають її взагалі. Це свідчить про те, що рівень підтримки може значною мірою залежати від особистої позиції командирів, а не від усталених організаційних механізмів.

Більшість (70%) висловила намір продовжувати військову службу й надалі, що свідчить про високий рівень мотивації та професійної ідентичності серед жінок-військовослужбовиць. Цей висновок корелює з офіційними даними Міністерства оборони України, згідно з якими станом на січень 2025 р. у ЗСУ служить понад 70 тисяч жінок, з них 40 тис. військовослужбовець та 5 500 – безпосередньо на передовій [12].

Загалом отримані результати опитування засвідчують, що жінки у Збройних Силах Укра-

їни дедалі активніше інтегруються у військову сферу та отримують ширші можливості для професійного розвитку. Водночас проблеми гендерної дискримінації та недостатньої інституційної підтримки залишаються актуальними. Позитивним аспектом є те, що більшість опитаних визнає поступове покращення ситуації у сфері гендерної рівності, що відображає вплив як законодавчих реформ, так і ширших суспільних трансформацій. Високий відсоток тих, хто планує продовжити військову службу, є свідченням зростання ролі жінок у забезпеченні національної безпеки та оборони держави.

Задля глибшого розуміння досвіду жінок-військовослужбовиць до анкети було включено запитання, що стосувалися професійних змін після початку бойових дій (2014 р.) та повномасштабного вторгнення (2022 р.), чинників, що спонукали респонденток змінити сферу діяльності, а також бачення необхідних удосконалень у проходженні військової служби жінками. Отримані розгорнуті відповіді представлені у табл. 3 та дають змогу виявити індивідуальні мотиви, труднощі та очікування, що поглиблює загальну картину трансформації соціальних ролей жінок в умовах війни.

Професійне переорієнтування жінок до Збройних Сил України після початку війни зумовлене як патріотичними, так і соціально-економічними чинниками. Попри значні законодавчі – проходження служби на бойових спеціальностях – та матеріально-технічні покращення, як-от адаптована літня форма, що з'явилася 2023 р., зняті вікові обмеження, розширення доступу до освіти і посад, залишається достатньо невирішених питань, таких як необхідність спеціального навчання, кар'єрного розвитку, соціального захисту, рівноправного ставлення до жінки-матері та створення умов, що враховують жіночі фізіологічні особливості.

**Висновки.** Проведене дослідження засвідчує суттєву трансформацію соціальних ролей жінок у контексті російсько-української війни. Жінки дедалі активніше інтегруються у військову сферу, виконуючи завдання не лише допоміжного, але й командного характеру, що свідчить про поступову зміну традиційних уявлень щодо їхньої ролі у секторі безпеки та оборони.

Водночас результати опитування продемонстрували, що, попри офіційне закріплення принципів гендерної рівності та зняття законодавчих обмежень, жінки й надалі стикаються з дискримінаційними практиками, упередженим ставленням та недостатньою інституційною підтримкою. Це зумовлює необхідність подальшого вдосконалення механізмів реалізації гендерної політики у Збройних Силах України.

Більшість респонденток відзначає покращення ситуації з гендерною рівністю останніми роками, що корелює з реформами 2016–2021 рр. та відображає ширші суспільні зміни. Водночас частина учасниць залишається скептичною, вказуючи на формальний характер окремих реформ, що вимагає більш глибоких і системних змін на рівні військових структур.

Високий рівень мотивації та готовності продовжувати службу свідчить про формування нової професійної ідентичності жінок-військовослужбовиць та зростання їхнього внеску в забезпечення національної безпеки. Отримані результати підкреслюють важливість подальшого вивчення гендерних аспектів військової служби та можуть стати підґрунтям для розроблення практичних рекомендацій щодо посилення інклюзивності й ефективності Збройних Сил України.

Таблиця 3

**Професійні трансформації та пропозиції щодо служби жінок у ЗСУ**

| Запитання | Відповіді |
|---|---|
| Якщо ви змінили професію після початку бойових дій на території України (2014 р.) або повномасштабного вторгнення російських військ (2022 р.), зазначте, в якій сфері ви працювали до цього. | Юридична сфера; освітня сфера; медична сфера; сфера обслуговування; сфера туризму та культури; сфера торгівлі; студентка. |
| Що спонукало вас змінити сферу своєї діяльності? | Відчуття патріотизму; захист Батьківщини в умовах повномасштабного вторгнення; розчарування в системі освіти; бажання стабільності; переїзд; ковід. |
| Щоб ви хотіли покращити, змінити в проходженні служби для жінок у ЗСУ?* | Можливість навчатися та кар'єрне зростання; військова форма, взуття та білизна для жінок; змінити ставлення до жінок, які мають дітей; поваги з боку керівництва; місця для відпочинку та особистих потреб жіночого особового складу; підвищення заробітної плати та соціальний захист; змінити ставлення чоловіків-колег до жінок; більше жінок в армії; більше часу для відпочинку у зв'язку з фізіологічними особливостями будови жіночого організму. Лише 5 (19%) респонденток зазначили, що нічого не змінювали б у проходженні служби. |

*Джерело: складено автором на основі результатів проведеного опитування*

** відповіді на це запитання були згруповані через повторення за основними параметрами*

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Грабовська І. Жіноче «обличчя» війни України проти російського агресора. Українознавчий альманах. 2022. № 30. С. 29–34. DOI: https://doi.org/10.17721/2520-2626/2022.30.4.

2. Ніколайчук Г. Трансформація жіночих ролей в умовах війни. *Психологія: реальність і перспективи*. 2025. № 24. С. 99–105. DOI: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi24.420.

3. Тінін Д. Деякі аспекти гендерної рівності у воєнний час: як війна змінює роль жінок у суспільстві. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Право*. 2023. № 80. Ч. 2. С. 432–437. DOI https://doi.org/10.24144/2307-3322.2023.80.2.69.

4. Petrova L., Rebrii I., Zubrytskyi H. The role and place of women in the army of Ukraine in the context of gender equality. *Scientific Journal of the Military University of Land Forces*. 2023. Vol. 55. No. 1 (207). P. 20–32. DOI: 10.5604/01.3001.0053.4101.

5. Zahumenna Y., Hrelya D. Gender equality with regard to the current challenges to Ukraine's national security: theoretical and practical aspects. *Law and Safety.* 2024. Vol. 94. No. 3. P. 33–45. DOI: https://doi.org/10.32631/pb.2024.3.03.

6. Phillips S., Martsenyuk T. Women's agency and resistance in Russia's war on Ukraine: From victim of the war to prominent force. *Women's Studies International Forum.* 2023. Vol. 98 (3): 102731. DOI: 10.1016/j.wsif.2023.102731.

7. Mieriemova Y. How Ukrainian servicewomen's stories of war matter. *International Feminist Journal of Politics.* 2025. Vol. 27. No. 1. DOI: 10.1080/14616742.2025.2458569.

8. Про військовий обов'язок і військову службу: Закон України. 1992. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text (дата звернення: 02.09.2025).

9. Резолюція Ради Безпеки ООН 1325 «Жінки, мир, безпека». URL: https://nssu.gov.ua/gendernarivnist/rezolyuciya-radi-bezpeki-oon-1325 (дата звернення: 08.09.2025).

10. Конституція України. URL: https://constitution.in.ua/articles/24/ (дата звернення: 05.09.2025).

11. Більшість українців та українок задоволені гендерною рівністю в Україні, тоді як 5 років тому таких було лише половина. *InfoSapiens*. 2025. URL: https://www.sapiens.com.ua/ua/publication-single-page?id=340 ((дата звернення: 06.09.2025).

12. Міністерство оборони України. *Понад 5500 жінок сьогодні служать на передовій – Сергій Мельник.* URL: https://cutt.ly/1rXQuq7p (дата звернення: 05.09.2025).

13. Кількість жінок у ЗСУ зросла до 62 062, із них у війську – 43 479. *Укрінформ.* 2024. URL: https://www.ukrinform.ua/rubric-ato/3789180-kilkist-zinok-u-zsu-zrosla-do-62-062-iz-nih-u-vijsku-43-479.html (дата звернення: 06.09.2025).

14. Жінки в Збройних Силах України. *Вікіпедія*. URL: https://cutt.ly/irXQiedH (дата звернення: 05.09.2025).

15. Міністерство оборони України. *68 000 жінок у ЗСУ: Міноборони вдалося впровадити системні зміни у гендерній політиці – Людмила Дараган*. 2024. URL: https://cutt.ly/CrXQoR72 (дата звернення: 08.09.2025).

*Стаття надійшла у редакцію: 08.09.2025*
*Стаття прийнята: 24.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# УКРАЇНСЬКЕ ГРОМАДЯНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО В ПІДТРИМЦІ СОЦІАЛЬНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ[1]

# UKRAINIAN CIVIL SOCIETY IN SUPPORTING SOCIAL RESILIENCE UNDER WARTIME CONDITIONS

УДК 316.4+355.1
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.10
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Степаненко В.П.**
д.соціол.н., головний науковий співробітник
Інститут соціології Національної академії наук України
ORCID ID: 0000-0002-3623-0057

*Стаття присвячена висвітленню ролі громадянського суспільства в Україні як фактору підтримки соціальної стійкості в умовах війни. Громадянське суспільство трактується в рамках сучасних концептуальних підходів як здебільшого неформалізовані мережі соціального активізму, представлені неурядовими організаціями, волонтерами й активними громадянами. Такий активізм не обмежується формальними критеріями, як-от членство в НУО, а радше пов'язаний із цінностями та практиками активного громадянства. Війна як екстремальний соціально-політичний фактор посилила цю неформалізовану природу національного громадянського суспільства: громадянський активізм значно розширив свій масштаб у різних формах залучення громадян. Досліджуються трансформації та адаптації українського громадянського суспільства до умов і викликів воєнного часу. У різних проявах і форматах громадянського активізму та численних горизонтальних комунікаціях воєнного часу, як-от волонтерство та повсякденна солідарність, розвинувся новий соціальний досвід національної стійкості. Окреслюються різні рівні та прояви такої стійкості – від індивідуальних, локальних і низових до державних та інституційних. І українське громадянське суспільство залучене на всіх рівнях, забезпечує необхідний зв'язок між ними. Аргументується висновок про те, що саме громадянське суспільство з його горизонтальними солідарними відносинами стало ключовим агентом і авангардом національного опору й основним комунікативним ядром підтримки та відтворення соціальної стійкості в Україні. Навіть у воєнний час національне громадянське суспільство намагається підтримувати демократичні основи формування політики, отже, зберігати демократичну інституційну стійкість. І це є особливо важливим для повоєнної перспективи відновлення та розвитку країни.*

**Ключові слова:** *війна, громадянське суспільство, активне громадянство, соціальна адаптація, соціальна стійкість.*

*The article is devoted to examining the role of civil society in Ukraine as a factor in sustaining social resilience under conditions of war. Civil society is interpreted within contemporary conceptual approaches as predominantly informal networks of social activism, represented by non-governmental organizations, volunteers, and active citizens. Such activism is not confined to formal criteria, such as NGO membership, but is rather linked to the values and practices of active citizenship. War, as an extreme socio-political factor, has reinforced this informal nature of Ukraine's national civil society: civic activism has significantly expanded in scale through various forms of citizen engagement. The article explores the transformations and adaptations of Ukrainian civil society to the conditions and challenges of wartime. Within the diverse manifestations and formats of civic activism, and in the numerous horizontal communications of wartime – such as volunteering and everyday solidarity – a new social experience of national resilience has emerged. Different levels and dimensions of this resilience are outlined, ranging from individual, local, and grassroots to state and institutional. Ukrainian civil society is engaged at all levels, providing the essential link between them. The article argues that civil society, with its horizontal solidaristic relations, has become a key agent and vanguard of national resistance, as well as the primary communicative core for sustaining and reproducing social resilience in Ukraine. Even during wartime, national civil society seeks to uphold democratic foundations of policymaking, thereby preserving democratic institutional resilience. This is particularly crucial for the post-war prospects of recovery and development of the country.*

**Key words:** *war, civil society, active citizenship, social adaptation, social resilience.*

**Актуальність.** Повномасштабна війна принесла численні інституційні, політичні та соціокультурні виклики для України. Але в цій тривалій війні проявилася також надзвичайна стійкість усього українського суспільства та держави. Національне громадянське суспільство та громадянський активізм також трансформувалися та адаптувалися до умов воєнного часу.

Багато досліджень розглядають сприятливу роль організацій громадянського суспільства в різних випадках мирного врегулювання після внутрішніх громадянських війн і сучасних конфліктів у різних країнах. Але роль, яку громадянське суспільство може відіграти в обороні країни в ситуаціях міждержавної гібридної війни у XXI ст., залишається не досить дослідженою [3]. У цій перспективі громадянське суспільство України відіграє центральну роль у новому підході до «тотальної оборони», який виділяє своїм пріоритетом соціальну стійкість [6]. Розрізняючи наступальні й оборонні типи війни та відповідні форми стійкості під час війни, вітчизняна дослідниця О. Куценко зазначає, що «випадок України створює надзвичайне середовище для аналізу стійкості поза державно-керованим військовим витримуванням – натомість зосереджуючись на ролі громадянського суспіль-

[1] Стаття підготовлена завдяки фінансуванню за напрямом «Підтримка пріоритетних для держави наукових досліджень і науково-технічних (експериментальних) розробок» бюджетної програми КПКВК 6541230. Наукова робота «Національна стійкість України під час російсько-української війни: суспільні конфігурації».

ства, адаптивного врядування та культурного спротиву в підтримці боротьби за суверенітет» [8, с. 2].

Ця стаття ставить на меті показати, що саме громадянське суспільство, представлене мережами неурядових організацій, волонтерами й активними громадянами, стало ключовим інституціональним агентом, авангардом національного опору й основним комунікативним ядром формування, підтримки та відтворення соціально-психологічної стійкості в Україні. У різних проявах і форматах громадянського активізму та численних горизонтальних повсякденних комунікаціях воєнного часу, як-от волонтерство, взаємодопомога й солідарність, розвинувся новий соціальний досвід національної стійкості. І це є важливим соціально-психологічним ресурсом українського суспільства в цій війні й у повоєнній перспективі.

**Виклад основного матеріалу.** У цьому тексті терміни «громадянський активізм», «громадянська залученість» і «громадянське суспільство» будуть використовуватись переважно як взаємозамінні синоніми у форматі сучасного неформалізованого підходу до розуміння громадянського суспільства [11]. Останнє не обмежується формальними критеріями, як-от членство в НУО, а радше пов'язане із цінностями та практиками активного громадянства. У деякому сенсі цей підхід може бути застосований до багатьох сучасних форм громадянського активізму. Але в Україні концепція неформалізованого громадянського суспільства (переважно заснованого на мережах довіри) працює особливо ефективно, що підтверджується багатьма дослідниками [5; 10; 16]. Також варто зазначити, що така «вільна» природа українського громадянського суспільства історично відповідає ширшому контексту соціальної організації спільноти, що переважно вибудовується з низового рівня в Україні. У цих термінах ця війна є не лише геополітичним зіткненням між автократією та демократією, але й конфліктом між різними типами організації соціального життя [1]: ієрархічно організованою суспільною системою в російському випадку проти переважно горизонтально організованої в Україні.

Війна як екстремальний соціально-політичний фактор посилила цю неформалізовану природу національного громадянського суспільства: громадянський активізм значно розширив свій масштаб у різних формах залучення громадян. Відправним пунктом у дослідженні українського громадянського суспільства та його ресурсу стійкості під час війни є питання: чи була висока хвиля громадянського активізму багатьох українців, особливо в перший період війни у 2022–2023 рр., ефектом «згуртування навколо прапора», чи це результат тридцятирічної траєкторії соціальних і ціннісних трансформацій у формуванні української громадянської нації? Відповідь – і те, й інше. Аналіз соціологічної динаміки підтверджує цю трансформацію в розвитку країни [2]. Водночас повномасштабна війна стала каталізатором прискорення консолідації української громадянської нації. Цей розвиток становить необхідну основу для громадянського активізму та національної стійкості у війні. Багато сучасних досліджень вказують на міцний і позитивний прямий зв'язок між психологічною стійкістю та громадянською залученістю, орієнтованою на надзвичайні ситуації [4]. Але український випадок громадянської залученості та стійкості під час війни має також свої особливості.

Адже не буде перебільшенням сказати, що сучасна українська держава не з'явилася б у 1991 р. без залученості національного громадянського суспільства – патріотичних і соціально активних громадян, не обов'язково формальних членів НУО. Громадянське суспільство виступало головним рушієм і актором усіх національних протестних рухів та історичних Майданів. Отже, в Україні громадянський активізм став потужним фактором формування нової колективної ідентичності та навчання громадян навичок самоорганізації.

Але не лише громадянське суспільство сприяло формуванню нової колективної ідентичності в Україні, правильно і зворотнє – зростання та зміцнення цієї ідентичності допомогло консолідувати громадянське суспільство та дозволило йому діяти більш згуртовано із часом. Частина цієї ідентичності була пов'язана із цінностями мобілізації знизу та горизонтальної співпраці. Обидва ці аспекти були присутні під час Євромайдану 2013–2014 рр., що включала переважно горизонтальні, здебільшого неформальні комунікативні й інтерактивні мережі солідарності та засновані на спільних цінностях особистої відповідальної залученості та взаємної довіри.

Повномасштабне російське військове вторгнення та війна посилили суспільну солідарність і патріотичну консолідацію в Україні, особливо в період від початку 2022 р. до середини 2023 р. Панівне та спільне значення української національно-громадянської ідентичності стало одним із ключових факторів стійкості українського суспільства перед російською агресією. Згідно з моніторинговими даними Інституту соціології НАН України, у липні 2022 р. – за чотири місяці після початку повномасштабної війни – рівень спільної національно-громадянської ідентичності зріс із 62,6 до майже 85%. Ця тенденція зберігалася у 2023 р.: моніторингове опитування, проведене через шістнадцять місяців війни, зафіксувало результат, близький до 80%, тоді як в опитуванні, проведеному влітку 2024 р., 75,2% респондентів визначили українське громадянство як основну форму самоідентифікації [2, с. 47].

Народний опір вторгненню також значно активізував громадянський активізм і практики відповідального громадянства на низовому рівні у країні. Це нагадувало феномен Майдану з його щоденними практиками самоорганізації, солідарності, взаємодопомоги, пожертв для армії та волонтерства від НУО, звичайних громадян і бізнесу. Популярний слоган волонтерських спільнот

*«Хто, як не ми?»* став панівною ціннісною орієнтацією в повсякденних практиках громадянського активізму, солідарності та пожертв для багатьох громадян, які формально не належать до жодної НУО, місцевих влад і соціально відповідального бізнесу [11]. Війна стала випробуванням, яке дало остаточну відповідь на тривалі теоретичні дебати щодо того, чи було українське громадянське суспільство слабким, чи сильним. Нове питання полягає радше в тому, як і в яких саме аспектах це громадянське суспільство є сильним. Експерти, що аналізують розвиток громадянського суспільства після Євромайдану 2013–2014 рр., вказують на «його здатність швидко адаптуватися до нових викликів, організовуватися в нових формах, більш адекватних для виконання нових функцій, і підвищувати свою незалежність як у плані джерел фінансування, так і в питаннях порядку денного» [5, с. 6]. У багатьох дослідницьких звітах здатність до швидкої адаптації та подальшого розвитку вважається однією з основних характеристик стійкості [8]. І українське громадянське суспільство це продемонструвало. У такому разі також можна говорити про різні рівні та прояви стійкості – від особистих і низових до державних та інституційних. Українське громадянське суспільство залучене на обох рівнях, забезпечує необхідний зв'язок між ними.

Війна не усунула прагматичні міркування різних політичних акторів. Але вона принесла потужну емоційну та моральну мотивацію для зміцнення національної консолідації у країні. Патріотизм, громадянський активізм, солідарність і відповідальність, які раніше формувалися та накопичувалися під час Євромайдану, знову були артикульовані як життєво важливі громадянські чесноти й імперативи національного виживання з початком повномасштабної війни. Масовий громадянський активізм у його різних формах, як-от особиста участь у бойових діях або підрозділах територіальної оборони, допомога та пожертви для армії та біженців, донорство крові для поранених, місцева самоорганізація в міських кварталах і місцевих громадах для вирішення повсякденних питань, загострених війною, не лише перевищили формальні межі НУО та волонтерських мереж. Це також було переконливим соціальним і ціннісно орієнтованим проявом усвідомлення багатьма людьми своєї ідентифікації з нацією та належності до країни.

К. Зарембо й Е. Мартін розвивають цю ціннісно орієнтовану позицію у своєму аналізі «діяльності, подібної до громадянського суспільства в Україні (формальної, але особливо неформальної, орієнтованої на членство, але особливо на дії)» у воєнний час, стверджують, що ця активність «пов'язана з виникненням почуття спільної відповідальності» в Україні [16]. Подібний аргумент розвиває П. Штомпка [13], який вказує на таку «світлу сторону» трагедії війни, як «спалах мобілізації відповідального громадянства та громадянського суспільства» в Україні. Розуміючи відповідальне громадянство як «готовність активно захищати права інших членів політичної спільноти і загалом сприяти її спільним інтересам» і «бути готовим до волонтерської участі у громадській службі, коли виникає потреба», він стверджує, що українці пройшли цей тест у війні [13]. Ці прояви суспільної відповідальності людей також є важливим аспектом інституціоналізації та подальшого розвитку громадянського суспільства в Україні.

Повномасштабне вторгнення дало поштовх широкому залученню українців до різних громадянських ініціатив, пов'язаних із волонтерством і громадським життям. Масовий громадянський активізм у його різних формах, як-от особиста участь у бойових діях або підрозділах територіальної оборони, допомога та/або пожертви для армії та біженців, донорство крові для поранених, місцева самоорганізація в міських кварталах і місцевих громадах для вирішення повсякденних питань, загострених війною, перевищили формальні межі НУО та волонтерських мереж. Помітне зростання громадянського та філантропічного активізму в Україні під час війни також відображено в результатах Світового індексу благодійності, де Україна піднялася з 81-ї позиції у 2017 р. до 2-ї позиції у 2023 р. І країна зафіксувала найбільше у світі річне зростання індексу у 2022 р. [15].

Від початку повномасштабного вторгнення громадянський активізм трансформувався та поширився на нові сфери, що відповідають викликам, пов'язаним із війною. Лише чверть організацій громадянського суспільства та благодійних фондів продовжили свою діяльність у звичних сферах, тоді як 19% організацій переорієнтували свою діяльність на нові виклики, а більшість (56%) організацій громадянського суспільства (далі – ОГС) і благодійних фондів поєднували пріоритети довоєнної роботи з новими напрямами [14]. У цей період основними пріоритетними сферами діяльності для організацій громадянського суспільства та благодійних фондів були допомога армії та ветеранам і підтримка жертв війни та внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) (табл. 1). Якщо до повномасштабного вторгнення приблизно 22% ОГС зосереджувалися на допомозі армії та ветеранам як пріоритетній діяльності, після вторгнення ця цифра майже подвоїлася, досягнувши 43%. Новостворені ОГС також висловили намір зосередити свої зусилля насамперед на цих сферах.

Хоча різні форми громадянського активізму, зокрема й допомога українській армії та жертвам вторгнення, часто спостерігаються поза формальними організаційними структурами, діяльність ОГС також зосереджена переважно на гуманітарній допомозі, інформаційній підтримці та зборі коштів для потреб армії та ВПО. Незважаючи на багато труднощів і нових викликів, зокрема й фізичну безпеку персоналу та майна організацій, більшість (майже 88%) ОГС зуміли зберегти свій персонал і стійкість, адаптувати свою діяльність до викликів воєнного часу. Більшість українських

Таблиця 1

**Основні сфери діяльності ОГС і благодійних фондів до та після початку повномасштабного вторгнення у 2022 р. (можливі множинні відповіді), % (Джерело: Ukrainian civil society, 2023 [14])**

| Сфера діяльності | До вторгнення (n = 1 003) | Після вторгнення (n = 1 003 + новостворені, n = 516) |
|---|---|---|
| Підтримка армії та ветеранів | 21,9 | 43,2 |
| Допомога жертвам війни та переміщеним особам | 17,5 | 43,2 |
| Культура і спорт, туризм | 36,0 | 27,2 |
| Освіта | 21,9 | 23,8 |
| Правова підтримка | 17,1 | 14,7 |
| Захист прав людини | 15,2 | 13,3 |
| Допомога вразливим групам, людям з особливими потребами | 11,5 | 12,0 |
| Екологія | 14,7 | 10,3 |
| Соціальне підприємництво | 10,7 | 8,4 |
| Наукові й аналітичні дослідження, консультування | 9,8 | 7,9 |

ОГС (приблизно 82%) також зуміли підтримувати комунікацію зі своїми цільовими аудиторіями під час війни [14]. Окрім того, мережі, зосереджені на громадянському активізмі, значно розширилися та зросли, часто стаючи більш неформальними та спонтанними у процесі. Найпоширенішим форматом нових громадянських ініціатив, які швидко виникли та поширилися по всій країні після вторгнення, було створення гуманітарних і волонтерських штабів і організаційних хабів на місцевому рівні, які координують зусилля активістів, місцевих влад і бізнесу у задоволенні потреб людей, постраждалих від війни, літніх людей і вразливих груп, а також у зборі коштів для армії. Отже, повномасштабна війна стала драматичним і трагічним, але водночас вирішальним випробуванням, що підтвердило стійкість українського громадянського суспільства та його здатність швидко адаптуватися перед лицем серйозних викликів. Адже здатність до змін, гнучкість мереж громадянського суспільства в доланні викликів – це також важлива характеристика його стійкості. Ця гнучкість, імовірно, перейде в післявоєнну фазу та буде перенесена на інші сфери, як-от боротьба з високорівневою корупцією чи наполягання на системних реформах.

Здається природним, що у воєнний час, під час екзистенційної загрози нації, громадянський активізм в Україні зосередився насамперед на захисті держави та допомозі армії та людям, постраждалим від війни. Увесь спектр публічної політики та громадянського активізму, пов'язаного з лобіюванням і просуванням реформаторського порядку денного, скоротився в цей період. На думку самих представників ОГС, види діяльності, пов'язані з реформаторським порядком денним, як-от «виявлення корупційних порушень, контроль влади», «розвиток демократії та громадянського суспільства», «реформа правоохоронних органів», «співпраця з НАТО, узгодження системи закупівель зі стандартами НАТО», є в цей період менш актуальними, ніж допомога армії та щоденні потреби людей у воєнний час [14]. Тема реформ загалом залишається на узбіччі публічного та медійного дискурсу в Україні під час війни. Однак такі питання, як корупція, соціальна справедливість у процесах військової мобілізації, виклики контролю кордонів, крадіжка гуманітарної допомоги, призначеної для військових потреб, і шахрайство груп, що видають себе за благодійні та волонтерські організації, порушуються та обговорюються в медіа та соціальних мережах. Суспільна увага до цих питань і критика влади почали зростати з кінця 2023 р.

Громадянські активісти та представники ОГС також уважають, що громадянське суспільство повинно відігравати активну роль у післявоєнній відбудові країни, беручи участь у різних ініціативах, зосереджених на економічному відновленні, соціально-гуманітарному відродженні й інституційній модернізації України. Опитування щодо ініціатив відновлення в Україні, проведене серед представників виконавчої влади, місцевих урядів і громадянського суспільства у квітні – травні 2023 р., показало, що роль ОГС у відновленні є вирішальною. Громадянські організації залучені майже до всіх сфер відновлення, від реконструкції будівель та інфраструктури до реабілітації ветеранів і надання експертної підтримки національним і місцевим владам у процесі відновлення [12]. Згідно з результатами опитування, деякі потреби, як-от допомога людям у ремонті та відбудові їхніх домівок, вирішувалися ОГС значно швидше, ніж державою. Роль ОГС також уважається ключовою в аналізі й адвокації екологічного відновлення України. Громадянське суспільство також може відігравати вирішальну роль у просуванні відкритих державних даних [12].

У воєнний час найефективніші моделі стійкої співпраці були розроблені на місцевому рівні у країні. Реформа децентралізації – за оцінками експертів і донорів, одне з найуспішніших досяг-

нень постмайданного періоду – відкрила нові можливості для партнерства між низовим громадянським суспільством і місцевим самоврядуванням, сприяла залученню місцевих громад і просуванню мережевого підходу до відносин між громадянами та державою [7; 9]. Той факт, що об'єднані громади мали більше ресурсів у своєму розпорядженні внаслідок децентралізації, сприяв як розвитку експертизи та навичок ухвалення рішень, так і залученню акторів громадянського суспільства до планування та реалізації проєктів, пов'язаних із громадами. Це створило мережі, які можна було використати в умовах повномасштабної війни для управління викликами, що виникали через (тимчасову) окупацію російськими силами, приплив ВПО або втрату інфраструктури й інших критичних ресурсів.

**Висновки.** Громадянське суспільство з його горизонтальними солідарними відносинами стало ключовим агентом і авангардом національного опору й основним комунікативним ядром підтримки та відтворення соціальної стійкості в Україні. Можна говорити про різні рівні та прояви такої стійкості – від особистих і низових до державних та інституційних. І українське громадянське суспільство залучене на обох рівнях, забезпечує необхідний зв'язок між ними.

У новітній історії України національне громадянське суспільство традиційно було головною противагою ризикам авторитарних політичних тенденцій. Але у воєнний час конфігурація влади між державою та громадянським суспільством і весь політичний процес трансформувалися у форму командно-адміністративного управління, у якій пріоритет віддається національній безпеці, обороні та потребам армії. Це дозволяє державній бюрократії ухвалювати більшість рішень без дотримання звичайних процедур обговорення та консультацій. Простір і функціональність демократії в умовах воєнного стану об'єктивно скорочуються.

І в цьому плані є деякі тривожні тенденції. Це, зокрема, через монополізацію владою інформаційної політики та виключення з медійної сфери, зокрема загальнонаціональної телемережі, інших демократичних проукраїнських каналів. Це призводить до блокування справедливої критики та до браку комунікації із суспільством у відповідях на багато складних питань, пов'язаних із підготовкою до війни, корупцією та іншими проблемами.

Проте навіть у воєнний час національне громадянське суспільство намагається підтримувати та розвивати рамки демократичного формування політики, що передбачають активну залученість громадян. Громадянські активісти намагаються зберігати свої дорадчі позиції в різних громадських радах, раніше та новостворених при центральних і місцевих виконавчих органах влади. Нинішнє успішне партнерство громадянських активістів і місцевої влади також є перспективним. Отже, українське громадянське суспільство намагається зберігати демократичну інституційну стійкість навіть у воєнний час. І це є особливо важливим для повоєнної перспективи відновлення та розвитку країни.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Гайоз Н., Степаненко В. Соціальна організація війни: українське та російське суспільства, мобілізовані на війну. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг.* 2025. № 2. С. 30–58. https://doi.org/10.15407/sociology2025.02.30

2. Степаненко В. Соціологічні дослідження поточного стану та динаміки солідарних суспільних взаємодій під час війни. *Вісник Національної академії наук України*. 2025. № 5. С. 45–53. https://doi.org/10.15407/visn2025.05.045

3. Степаненко В., Шевчук О. Соціальна самоорганізація як воєнний ресурс в Україні. *Габітус*. 2024. № 65. С. 18–24. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.2

4. Blitstein-Mishor E. Rising strong: Does personal resilience drive civic engagement during disasters? *Emergency Care Medicine.* 2024. № 1 (4). P. 396–410. https://doi.org/10.3390/ecm1040039

5. Burlyuk O., Shapovalova N., Zarembo K. Introduction to the special issue. Civil society in Ukraine: Building on the Euromaidan legacy. *Kyiv-Mohyla Law and Politics Journal*. 2017. № 3 (3). P. 1–22. https://doi.org/10.18523/kmlpj119977.2017-3.1-22

6. Fedinec C. The Ukrainian Civil Volunteer Movement during Wartime (2014–2022). *Ukraine's Patronal Democracy and the Russian Invasion (The Russia-Ukraine War, Volume One)* / ed. by B. Madlovics, B. Magyar. Budapest : CEU Press, 2023. P. 331–352.

7. Keudel O., Huss O. National security in local hands? How local authorities contribute to Ukraine's resilience. *PONARS Eurasia Policy Memo*. 2023, January. № 825. URL: https://www.ponarseurasia.org/wp-content/uploads/2023/02/Pepm825_Keudel-Huss_Jan2023.pdf

8. Kutsenko O. Resilience under fire: navigating societal challenges, agency, and innovation in times of war. *Innovation: The European Journal of Social Science Research*. 2025. № 38 (1). P. 1–10. https://doi.org/10.1080/13511610.2025.2465177

9. Rabinovych M., Brik T., Darkovich A. et al. Explaining Ukraine's resilience to Russia's invasion: The role of local governance. *Governance*. 2023. № 1 (20). https://doi.org/10.1111/gove.12827

10. Stepanenko V. Ukraine's revolution as de-institutionalization of the post-Soviet order. *Ukraine after the Euromaidan: Challenges and hopes* / V. Stepanenko, Y. Pylynskyi (Eds.). Bern : Peter Lang, 2015. P. 29–46.

11. Stepanenko V., Stewart S. "Who, if not us?": Civic activism and defence in wartime Ukraine. *Innovation: The European Journal of Social Science Research*. 2025. https://doi.org/10.1080/13511610.2025.2467214

12. Study of recovery initiatives in Ukraine. Completed by the Kyiv International Institute of Sociology. 2023.

13. Sztompka P. The bright side of a tragedy: On the unintended and unanticipated consequences of the barbaric aggression. *Соціологія: Теорія, Методи, Маркетинг.* 2023. № 1. С. 6–9.

14. Ukrainian civil society under the war. Report by the Kyiv International Institute of Sociology. 2023. URL: https://ednannia.ua/attachments/article/12447/Ukrainian%20civil%20society%20under%20the%20war.pdf.

15. World Giving Index 2023. Global trends in generosity. 2023. URL: https://www.cafonline.org/docs/default-source/updated-pdfs-for-the-new-website/world-giving-index-2023.pdf

16. Zarembo K., Martin E. Civil society and sense of community in Ukraine: From democracy to action. *European Societies*. 2023. P. 1–27. https://doi.org/10.1080/14616696.2023.2185652

*Стаття надійшла у редакцію: 09.09.2025*
*Стаття прийнята: 18.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 3
# СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

## ВИЗНАЧАЛЬНІ РИСИ ВИРАЖЕННЯ ПРАГМАТИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ТЕКСТІВ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ

## DEFINITIVE FEATURES OF THE EXPRESSION OF THE PRAGMATIC POTENTIAL OF SOCIAL ADVERTISING TEXTS

УДК 811.161.2'42
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.11
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Бобро Н.В.**
к.соціол.н., доцент кафедри соціальних та економічних дисциплін
Харківський національний університет внутрішніх справ
ORCID ID: 0000-0002-8350-3695

*Роботу присвячено дослідженню текстів соціальної реклами на матеріалі українськомовних медіатекстів. Актуальність пропонованої теми пов'язана з недостатнім розробленням питань лінгвоаксіології, соціолінгвістичних параметрів комунікативної ситуації, проблеми функціонування прагматичних засобів у конкретному виді мовленнєвих актів згідно з їхніми типологічними особливостями й параметрами. Об'єктом дослідження є медіадискурс, зокрема українськомовні тексти соціальної реклами як вербальний його складник. Метою роботи стало виявлення прагмастилістичних особливостей української соціальної реклами. Основні завдання були пов'язані з розкриттям особливостей реклами як одного з видів дискурсу; визначення стратегій і тактик прагматичного впливу в контексті соціальної спрямованості; виявлення стилістичних прийомів, що використовуються для реалізації впливу в межах тієї чи іншої тактики.*
*Автор акцентує, що рекламний текст завжди прагматично орієнтований і всі мовні засоби в ньому спрямовані на те, щоб змусити адресата виконати потрібні дії. Так задовольняються потреби суб'єкта й адресата мовлення. Саме адресат є найважливішим у рекламній комунікації, його потреби, мотивація, інтереси є визначальними для рекламодавця, мета якого – зробити ідентичною сферу інтересів реципієнта зі своєю власною. Найефективнішою вважається та реклама, яка дає можливість споживачеві самому стати рекламістом, використовувати придбаний товар для того, щоб привернути до себе увагу, отримати схвалення оточення, високу соціальну оцінку. Категорію експресивності у своїй роботі ми не ототожнюємо з експресією, розуміючи останню як спосіб посилення, інтенсифікації в мовленні, а експресивність розуміємо як семантико-стилістичну властивість мовних одиниць, вмотивовану психологічно й соціально, що забезпечує цим створення стилістичного значення.*
**Ключові слова:** *соціальна реклама, прагматичний потенціал, соціолінгвістичні риси, медіадискурс, іллокуція, перлокуція, експресивність.*

*The work is devoted to the study of social advertising texts on the material of ukrainianlanguage media texts. The relevance of the proposed topic is related to the lack of development of issues of linguoxiology, sociolinguistic parameters of the communicative situation, the problems of functioning of pragmatic means in a specific type of speech acts in accordance with their typological features and parameters. The object of the study is media -existence, including ukrainian language texts of social advertising as a verbal component. The purpose of the work was to identify the pragmistical features of ukrainian social advertising. The main tasks were related to the disclosure of advertising features as a type of discourse; identifying strategies and tactics of pragmatic influence in the context of social orientation; identifying stylistic techniques used to realize the influence within a particular tactics.*
*The author emphasizes that the advertising text is always pragmatically oriented, and all the linguistic means in it are aimed at forcing the addressee to perform the necessary actions. This is how the needs of the subject and the addressee of the broadcasting are met. The addressee is the most important in advertising communication, his needs, motivation, interests are decisive for the advertiser, the purpose of which is to make an identical sphere of interests of the recipient with his own. Advertising is the most effective, which enables the consumer to become an advertiser, to use the purchased product in order to attract attention, to obtain the approval of others, a high social assessment. We do not identify the category of expressiveness in our work with expression, understanding the latter as a way of strengthening, intensification in speech, and expressiveness is understood as a semantic-stylistic property of linguistic units, motivated psychologically and socially, which ensures the creation of stylistic meaning.*
**Key words:** *social advertising, pragmatic potential, sociolinguistic traits, mediadisposal, illocation, pearlocation, expressiveness.*

Поняття «соціальна реклама» на сьогодні залишається відносно складним поняттям для наукової інтерпретації. Одне з найпростіших визначень реклами пропонує американська маркетингова асоціація: реклама – це будь-яка оплачена форма презентації та просування ідей, товарів чи послуг конкретного рекламодавця. Саме тому рекламу справедливо вважають важливим елементом політичної, економічної та морально-психологічної стабільності суспільства. О. Бугайова відзначає, що реклама виконує низку важливих функцій:

1) інформаційну – реклама повідомляє про наявність певної суспільної проблеми, яка потребує негайного розв'язання;

2) освітню – пояснює причини виникнення соціальних негараздів і пропонує шляхи їх усунення;

3) виховну – формує такі моделі поведінки, які сприяють безконфліктному та комфортному

спільному проживанню людей у суспільстві, задоволенню їхніх фізичних, моральних, естетичних і культурних потреб;

4) економічну – сприяє надходженню від громадян податків, за кошт яких здійснюватиметься фінансування соціальних програм, проєктів;

5) спонукання до дії – «м'яка» реклама, яка викликає позитивні емоції, формує внутрішню готовність до дії, а потім саму дію та розрахована на довгостроковий результат; «жорстка» має агресивний характер, шокує, показує соціальне явище з негативного боку, тому спонукає споживача соціальної реклами на швидку реакцію [2; 123].

Л. Хавкіна розглядає рекламу як важливий феномен сучасного комунікативного простору. На її думку, реклама не лише інтегрується в повсякденне життя споживача, а й водночас відображає та формує масову культуру та суспільну свідомість. Дослідниця підкреслює необхідність міждисциплінарного підходу до аналізу рекламного дискурсу, зокрема у психологічному, лінгвістичному, соціологічному, правничому й інших аспектах. Вона зазначає, що активне проникнення рекламних стратегій у масову свідомість засвідчує універсальність міфу як інструмента художньо-образної організації рекламної концепції, що виявляється формою відображення базових психологічних засад і культурних моделей [11].

Звичайна комерційна реклама поєднує в собі, з одного боку, споживання предметів, речей і послуг, а з іншого – обмін інформацією. Як наслідок, є два напрями в теорії реклами:

1) дослідження реклами як соціально-економічного явища;

2) дослідження реклами як явища комунікаційного, соціопсихологічного, культурного.

На сьогодні визначають стратегічні підходи, що можуть стати підґрунтям дослідження теоретичних засад визначення ефективності реклами. Так, звичайна комерційна реклама поєднує у собі два взаємопов'язані аспекти: споживання товарів, послуг і матеріальних благ, з одного боку, та інформаційний обмін – з іншого. Отже, у наукових підходах окреслюються два напрями її вивчення: аналіз реклами як соціально-економічного феномена; розгляд реклами як комунікаційного, соціопсихологічного й культурного явища.

Також називають стратегічні орієнтири, що можуть стати методологічною основою дослідження ефективності рекламної діяльності. Зокрема, серед них виокремлюються такі:

1. Когнітивні ефекти:

а) приріст знань (як в усвідомлених, так і в неусвідомлених формах);

б) стимулювання аналітичного мислення, яке передбачає осмислення інформації та її інтеграцію з наявними знаннями;

в) заохочення до подальшого сприйняття нових відомостей, активізація пізнавальної діяльності.

2. Ціннісні ефекти: формування нової позиції; зміцнення наявних переконань або, навпаки, послаблення усталених поглядів і заміна їх альтернативними; спонукання до дій, що корелюють із певними ціннісними установками (підтримка, заперечення тощо).

3. Організаційні ефекти: стимулювання практичних дій як результату отриманої інформації; реалізація дій, що узгоджуються з настановами реклами; застосування інформації для досягнення результатів, які виходять за межі інформаційного простору.

4. Комунікаційні ефекти: поширення й колективне обговорення отриманих знань у процесі міжособистісної взаємодії; реакція на інформацію в межах системи зворотного зв'язку з її джерелом [14; 15].

Т. Ревенко здійснює порівняльний аналіз комерційної та некомерційної реклами, акцентуючи увагу на відмінностях у визначенні їхньої ефективності. На її думку, результативність комерційної реклами піддається кількісному виміру через ринкові показники, зокрема рівень продажів конкретних товарів чи послуг. Натомість оцінювання ефективності соціальної та політичної реклами ґрунтується на таких індикаторах, як суспільна впізнаваність певних соціальних або політичних феноменів, зміна громадських установок щодо них, а також формування стійкої суспільної думки. Важливо, що, на відміну від комерційної реклами, некомерційна здебільшого не забезпечує негайних результатів у вигляді прибутку чи інших дивідендів; її вплив може проявитися лише через тривалий час – від кількох років до цілого покоління [9].

Узагальнюючи, варто зазначити, що рекламний текст виступає важливою складовою масової комунікації, якій властива поліканальність передачі інформації. Такі тексти орієнтовані не лише на персоніфікованого адресата, а й на застосування стратегій впливу на свідомість реципієнта, що зумовлює домінування прагматичної функції. Рекламний текст виконує роль основного інструмента досягнення цілей рекламної кампанії, які полягають у максимізації збуту пропонованої продукції. Його завдання передбачають інформування споживача про товар, підтримку та закріплення успіху бренду, створення концептуального уявлення про товар у свідомості аудиторії.

Одним з актуальних питань сучасних досліджень соціальних комунікацій залишається розмежування оцінності, образності, емоційності й експресивності в семантиці тексту. В. Харченко, вивчаючи смислову структуру слова, характеризує вищеназвані категорії як півтони, зазначає, що ці поняття можна об'єднати терміном «конотація» [6; 112], тобто «додатковий зміст слова (або висловлювання), його супутні семантичні чи стилістичні відтінки, що накладаються на основне значення та сприяють висловленню різних експресивно-емоційно-оцінних обертонів і можуть надавати висловленню урочистості, грайливості, невимушеності, фамільярності» [6; 112].

Л. М'яснянкіна розглядає експресивність як складову смислової структури слова, у якій виділяють денотативні й конотативні компоненти, які визначає так: «Денотативний компонент – та частина значення слова, яка в узагальненій формі відображає предмети і явища позамовної дійсності. Конотація – це нові компоненти змісту мовних одиниць, які знаходять відображення в певному контексті» [5].

Експресивність як семантична категорія розглядається в межах конотативного значення та виступає однією з ключових рушійних сил еволюції мови. Її сутність полягає у передачі додаткових смислових відтінків, що накладаються на денотативне значення, розширюючи та підсилюючи як лексичний, так і граматичний рівень. У підсумку формується зображальність та підвищується виразність мовлення.

У сфері сучасних досліджень соціальних комунікацій поняття *«експресивність»* і *«емоційність»* часто вживаються як синонімічні. Проте між ними потрібно чітко розмежовувати семантичний обсяг. Зокрема, емоційність є складником експресивності й завжди містить у собі експресивний компонент, тоді як експресивність не завжди має емоційний характер. Інакше кажучи, експресивність передає почуття мовця, але не завжди набуває суто емоційного забарвлення [6].

Одним з актуальних залишається питання розмежування понять експресії та експресивності. Більшість дослідників ототожнюють ці категорії, проте В. Чабаненко вважає, що це різні явища. На його думку, «експресія – це інтенсифікація (збільшення, підсилення) виразності», а «експресивність – це вже сама інтенсифікована (збільшена, підсилена) виразність [13; 7]. Дослідник звертає також увагу на те, що експресія виявляється лише на мовленнєвому рівні», а «експресивність буває як мовленнєвою, так і мовною. Мовленнєва експресивність панує над мовною і є постійним джерелом збагачення останньої [13; 7].

У своєму дослідженні ми поділяємо позицію В. Чабаненка щодо розмежування понять *«експресія»* та *«експресивність»*. Під експресивністю пропонуємо розуміти категорію, у підґрунті якої лежить низка закономірностей: психологічних, екстралінгвальних (зумовлених особливостями комунікативної ситуації) та власне лінгвальних (що виявляються у відхиленні від стереотипних моделей використання мовних одиниць на різних рівнях мови, у порушенні мовних норм, а також у подоланні шаблонів і стандартизованих синтаксичних структур). Отже, у межах цієї розвідки експресивність трактується як категорія виразності, ненейтральності та прагматичної спрямованості.

Розглянемо поняття прагматичного потенціалу текстів соціальної реклами. Досліджуваний нами тип дискурсу – це сукупність інструментів впливу на аудиторію, що здійснюється з певною метою. Добре, якщо метою такого впливу є розповсюдження суспільно корисних повідомлень та поширення знань щодо явищ і подій життя соціуму, духовних та соціальних цінностей, утвердження моральних і правових норм. На практиці реклама досить часто застосовується як інструмент маніпуляції та психологічного впливу на аудиторію, що призводить до формування негативних моделей поведінки індивіда, зумовлюючи його принципи, мотиви, інтереси та потреби. Рекламний дискурс вирізняється різноманітністю ідеологічних настанов, стилів подачі інформації та цінностей, що пропагуються. Під впливом рекламних повідомлень світогляд споживачів може набувати фрагментарного та суперечливого характеру.

У цьому контексті соціальна реклама набуває особливої актуальності, адже її призначенням є протидія деструктивним впливам і формування позитивних установок, зокрема орієнтація молодого покоління на здоровий спосіб життя. Її основне завдання полягає у впливі на освітні та поведінкові чинники, у сприянні глибшому усвідомленню особистістю себе та навколишнього середовища. Для досягнення максимальної результативності соціальні рекламні тексти мають бути чіткими, лаконічними, доступними й зрозумілими для масової аудиторії. Найбільш ефективними вважаються повідомлення, побудовані або на емоційно-образному рівні, або ж, навпаки, у максимально реалістичній манері.

На суспільному рівні поведінкові орієнтири індивіда формуються під впливом таких чинників, як загальноприйняті соціальні норми, громадська думка, державна політика й законодавство, а також інформаційне середовище. Усі ці елементи корелюють із загальнолюдськими цінностями й принципами взаємодії в соціумі. Саме в цьому вимірі соціальна реклама має найпотужніший потенціал, оскільки поряд із комерційною вона виступає важливим механізмом формування соціальних норм, громадських позицій, а також політичних і національних орієнтирів [7].

Соціальні норми поведінки, притаманні певному суспільству, можуть змінюватися під впливом цілеспрямованої та тривалої діяльності соціальних груп. Завдяки потужному впливу на формування громадської думки реклама та засоби масової інформації здатні визначати суспільні настрої щодо державної політики, а також виявляти недоліки в законодавстві та механізмах його реалізації [14].

Соціальна реклама повинна рішуче перебрати на себе місію формування й утвердження національної ідеології, яка ґрунтується на кращих культурних традиціях та універсальних людських цінностях і орієнтована на позитивну перспективу розвитку України. У межах сучасної державної політики щодо дітей, сім'ї та молоді ключовою метою є створення сприятливих умов для реалізації особистісних і професійних інтересів, розвитку навичок, а також зміцнення фізичного й духовного потенціалу молодого покоління. Одним із пріоритетних завдань визначається інформаційне

забезпечення громадян, що сприяє формуванню світогляду, переконань, ідеалів, життєвої позиції, моральних і духовних цінностей молоді, а також залученню суспільства до процесів гуманізації. Вплив соціальної реклами на аудиторію реалізується не лише на культурному, психологічному чи соціальному рівнях, а й за допомогою логіко-лінгвістичних зв'язків. Це зумовлено тим, що тексти соціальної реклами у своїй основі є інтенційними й можуть розглядатися як мовленнєві акти [15].

Мовленнєвий акт визначається як цілеспрямована мовленнєва дія, яка відбувається відповідно до прийнятих у певному суспільстві норм і правил мовленнєвої поведінки. Він виступає мінімальною одиницею соціомовленнєвої діяльності, що функціонує у прагматичному контексті. Оскільки мовленнєвий акт є різновидом дії, його аналіз передбачає використання універсальних категорій: суб'єкт, мета, засіб, інструмент, спосіб, результат, умови реалізації та рівень успішності. Залежно від обставин комунікації мовленнєвий акт може досягати поставленої мети й бути ефективним або ж не відповідати прагматичним умовам і зазнавати невдачі. Важливою умовою успішності є доречність мовленнєвого акту, адже її відсутність призводить до комунікативних збоїв. До основних характеристик мовленнєвого акту належать інтенціональність, цілеспрямованість та конвенціональність [1; 13].

Мовленнєві акти завжди співвіднесені з особою мовця і є складовою комунікативного акту поряд з актом адитивним (тобто комунікативною дією слухача) і комунікативною ситуацією. Досліджувані тексти соціальної реклами не є безпосередніми мовленнєвими актами, проте їх можна проаналізувати з боку категорій мовленнєвого акту.

До структури мовленнєвого акту належать:

1) локуція (англ. locution – «мовний зворот») (локутивний акт) – побудова фонетично і граматично правильного висловлювання певної мови з певним смислом і референцією. Інакше кажучи, це акт «говоріння», вимовляння, тому його опускаємо в наших дослідженнях, адже аналізуватимемо передусім друковані рекламні тексти;

2) іллокуція (il – префікс, який має посилювальне значення, і англ. locution – «мовний зворот») (іллокутивний акт) – втілення у висловлюванні, породжуваному в процесі мовленнєвого акту, певної комунікативної інтенції, комунікативної мети, що надає висловлюванню конкретної спрямованості;

3) перлокуція (лат. per – префікс, який має посилювальне значення, і англ. locution – «мовний зворот») (перлокутивний акт) – наслідки впливу іллокутивного акту на конкретного адресата чи аудиторію [7; 156].

У процесі аналізу текстів соціальної реклами важливим є врахування їхньої перлокутивної функції, тобто дослідження мовного впливу на адресата: чи досяг текст своєї комунікативної мети як мовленнєвий акт і яким чином він був сприйнятий реципієнтом. Мовленнєві акти можуть бути прямими та непрямими. Для соціальної реклами здебільшого характерні прямі мовленнєві акти, у яких комунікативний зміст є очевидним і однозначним. Водночас тексти соціальної реклами можуть реалізовуватися і як непрямі мовленнєві акти.

Непрямий мовленнєвий акт – це форма висловлювання, зміст якої не зчитується буквально, а виводиться з підтексту, прихованого смислу та мовленнєвих засобів, використаних у конкретній комунікативній ситуації. Його комунікативна ефективність залежить як від адресанта (того, хто створює рекламне повідомлення та визначає його прагматичну мету), так і від адресата (того, хто інтерпретує висловлювання та реагує на нього).

Таким чином, ефективність комунікативного акту в соціальній рекламі визначається взаємодією адресанта й адресата. Саме мовець вибирає форму реалізації висловлювання – пряму чи непряму, тоді як успішність комунікації залежить від здатності реципієнта правильно інтерпретувати повідомлення й відповідно зреагувати – як вербально, так і через конкретні дії.

Г. Приходько акцентує, що емоції є фундаментальною мотиваційною основою свідомості та мовленнєвої поведінки людини, адже спілкування без емоційного компонента є практично неможливим. У випадку соціальної реклами продуцентом емоцій виступає мова рекламних текстів, яка забезпечує їх номінацію, вираження, опис, імітацію та класифікацію. Завдяки цьому тексти соціальної реклами мають у своєму арсеналі всі засоби для мовного маніпулювання та моделювання відповідних емоційних станів [7; 156].

Особливо тісним є взаємозв'язок між емоційним та оцінним компонентами, які часто складно чітко розмежувати. Це пояснюється тим, що в лексикографічних джерелах вони здебільшого позначаються однаково, а в наукових дослідженнях широко застосовується поняття «емоційно-оцінний компонент». Сутність емотивності полягає у вираженні позитивного чи негативного почуття (наприклад, презирства, схвалення, зневаги, приниження чи несхвалення), яке суб'єкт переживає стосовно певного об'єкта; таке значення фіксується у словниках спеціальними маркерами (зневажл., лайл., схвальн., несхвальн. тощо)» [7; 119]. Отже, емоційний компонент значення дає змогу конкретизувати, яке саме почуття викликає в адресанта предмет, який він оцінює позитивно чи негативно.

В. Різун та Ю. Шмига у своїх працях, присвячених методам дослідження ефективності реклами, зазначають, що реципієнти можуть по-різному ставитися до змісту рекламного повідомлення в межах комунікаційного ефекту, але сам факт його наявності вже свідчить про ефективність на рівні реалізації комунікаційної функції. При цьому одні ефекти можна зафіксувати емпіричним шляхом як наслідок дії будь-якого масштабу (від споживання окремого повідомлення в певних ЗМІ до

сукупності інформації, отриманої з інших джерел, скажімо, від знайомих); інші, навпаки, можуть бути «прив'язаними» в дослідженні лише до обмежених за масштабом видів комунікаційної діяльності (наприклад, тільки до споживання рекламного звернення в медіа) [10; 15].

Також у контексті дослідження соціальної реклами можемо говорити про актуальність теми психологічних ефектів масової комунікації: утилітарний (вирішення різних життєвих проблем); престижний (задоволення від інформації, що відповідає цілям та цінностям тієї соціальної групи, до якої належить реципієнт); підсилення позиції (підтримка думки під час вирішення дискусійного питання); задоволення пізнавальної зацікавленості; емоційний (задоволення від емоційної розрядки); естетичний (радість естетичного збагачення); комфорту [10; 15].

Підкреслимо, що більшість матеріальних стандартів, які транслює реклама, є недосяжними для пересічних реципієнтів. Для них вплив рекламного повідомлення обмежується рівнем вторинних ефектів, що зумовило зростання ролі вищезазначених ефектів у структурі рекламних повідомлень. Щодо побічних або супутніх ефектів можна стверджувати, що вони є додатковим результатом реалізації основних і вторинних ефектів реклами [10; 15]. Головним об'єктом дослідження комунікаційної ефективності є рекламний текст. У контексті вивчення реклами дослідники розглядають текст як явище семіотичне, тобто як «зв'язані знакові комплекси», які створюються не лише на природному мовленні (наприклад, у телерекламному тексті широко використовуються не лише вербальні, а й невербальні елементи).

Ефективність рекламного тексту залежить від того, як він відтворює інтенції, наміри комунікатора, орієнтується на потреби та настанови адресата. У функціонуванні рекламного тексту важливу роль відіграють канали передачі. З цього можемо робити висновок, що під час дослідження комунікативної ефективності треба враховувати складові частини комунікаційного процесу: комунікатора, повідомлення, канал передачі, адресата, тобто весь комунікаційний ланцюжок, який є основою суб'єктно-об'єктної моделі комунікації Г. Лассвелла [7]. Зазначені чинники комунікаційної ефективності реклами можуть сприяти успішності рекламної комунікації. До того ж не можна залишити без уваги й іншу, уточнену, суб'єктно-суб'єктну модель Г. Лассвелла пізнього походження, яка, крім зазначених елементів, акцентує увагу на таких складниках комунікативного акту, як контекст та зворотний зв'язок.

Визначення комунікаційної ефективності реклами пов'язане з комплексом чинників, які тісно взаємодіють між собою: якість рекламного матеріалу; рейтинг каналів передачі рекламної комунікації; ефект впливу рекламного повідомлення на споживача на рівні сприйняття, ставлення та поведінки; рекламні контакти, досягнуті в процесі рекламної кампанії [15].

До складу критеріїв комунікативної ефективності включено ознаки реклами, визначені комунікативною лінгвістикою: критерій істинності та критерій щирості. Критерій істинності передбачає відповідність реальності того, про що йдеться в спілкуванні. Критерій щирості – вірність комунікантів собі, своїй сутності (ставлення комунікатора до об'єкта реклами може суттєво впливати на ефективність рекламного повідомлення). Критерій істинності, незважаючи на його важливість у рекламній комунікації, виявляється менш активно, ніж критерій щирості [5; 6].

Дослідниця Т. Ревенко, порівнюючи комерційну та некомерційну рекламу, порівнює їх ефективність. Вона зазначає, що «якщо ефективність комерційної реклами можна оцінювати, виходячи з конкретних ринкових показників, таких як рівень продажів тієї або іншої послуги або товару, то ефективність соціальної і політичної реклами слід оцінювати за такими показниками, як впізнаність у суспільстві того або іншого соціального (політичного) феномена, зміна суспільної позиції по відношенню до нього, формування стійкої громадської думки» тощо. При цьому слід враховувати одну важливу річ: на відміну від реклами комерційної, некомерційна часто не приносить швидких результатів у вигляді прибутку, матеріальних і моральних дивідендів. Її ефективність може виявитися і через декілька років, і через ціле покоління» [5].

Ефективність рекламної діяльності часто досліджують за схемою так званого інформаційного експерименту. Метою такого експерименту є вимірювання впливу інформаційного повідомлення (одного чи групи повідомлень) на реципієнтів. Спочатку добирають дві групи реципієнтів – експериментальну й контрольну. На першому етапі оцінюють рівень інформованості членів обох груп (наскільки вони ознайомлені з товаром, партією чи особою, яка цікавить дослідників) і розраховують індекс інформованості кожної групи. Потім членам експериментальної групи ненав'язливо (серед іншого рекламного матеріалу) демонструють досліджувану рекламу. І на останньому етапі повторно проводять вимірювання рівня інформованості членів експериментальної і контрольної груп. Якщо в експериментальній групі підвищилася інформованість щодо змісту реклами, а в контрольній групі вона не змінилася, то робиться висновок, що реклама ефективно впливає на аудиторію [14].

Отже, соціальна реклама – елемент суспільної комунікації, якому властива прагматична функція, що полягає в тому, щоб через передачу інформації здійснити вплив на адресата реклами, досягти бажаного комунікативного ефекту, тобто змінити поведінку, систему ціннісних орієнтацій адресата в потрібному для рекламодавця напрямі, досягти того, щоб споживач віддав перевагу рекламованому товару.

Таким чином, соціальна реклама постає як ефективний інструмент профілактики негативних проявів у дитячому та молодіжному середовищі,

впливаючи як на рівень окремих громад, так і на суспільство загалом. Вона також може виконувати функцію орієнтира для діяльності органів державної влади; може окреслити або конкретизувати актуальні теми та проблеми суспільства й залучити до створення реклами громадськість, владні структури або спеціалістів – психологів, соціальних педагогів, філологів тощо.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бойко Н.І. Типи лексичної експресивності в українській літературній мові. *Мовознавство*. 2002. № 2–3. С. 10–12.

2. Бугайова О.І. Соціальна реклама як особливий жанр. *Міжнародний вісник: Культурологія. Філологія. Музикознавство.* 2013. Вип. 1. С. 123–128. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/mvkfm_2013_1%281%29__21.

3. Войтенко К.І. Експресивність як семантична категорія. URL: https:13EISN2013/Philologia/2132923.doc.htm.

4. Кочерган М.П. Загальне мовознавство : підруч. для студ. філол. спец. ВНЗ. 2-ге вид., випр. і доп. Київ : Видавничий центр «Академія», 2006. 463 с. (Альма-матер).

5. М'яснянкіна Л.І. Оцінність як лігвістична категорія й особливості її прояву у рекламному тексті. *Телета радіожурналістика*. 2009. Вип. 8. С. 155–160.

6. М'яснянкіна Л.І. Функції складних речень у тексті реклами. Мас-медіа та демократизація світу. *Зб. статей Міжнародної наук.-практ. конференції*. Київ, 2008. С. 241–246.

7. Приходько Г.І. Оцінка і комунікація : [посіб. для студентів та аспірантів]. Вінниця : Нова Книга, 2013. 168 с.

8. Ревенко Т.В. Сутність і перспективи розвитку технологій соціальної реклами органів влади. URL: http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Tpdu/2010_4/doc/1/12.pdf.

9. Ревенко Т.В. Порівняльна характеристика комерційної і некомерційної реклами 2008. № 1. С. 1–8.

10. Різун В. Методи дослідження ефективності реклами. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. Київ : Київський університет, 2013. Вип. 20. С. 38–42.

11. Хавкіна Л. Сучасний український рекламний міф : монографія. Харків : Харківське історико-філологічне товариство, 2010. 352 с.

12. Чабаненко В.А. Основи мовної експресії. Київ : Вища школа, 1984. 168 с.

13. Чабаненко В.А. Стилістика експресивних засобів української мови. Запоріжжя : ЗДУ, 2002. 351 с.

14. Шальман Т.М. Соціальна реклама – важливий складник ринку реклами та PR. *Наукові записки Інституту журналістики*. 2014. Т. 57. С. 256–260.

15. Шмига Ю.І. Ефективність телереклами в Україні (комунікативний аспект) : дис. канд. філол. наук: 10.01.08. КНУ ім. Тараса Шевченка. Ін-т журналістики. Київ, 2006. 26 с.

*Стаття надійшла у редакцію: 24.09.2025*
*Стаття прийнята: 05.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ РЕЛІГІЙНОСТІ ЯК СОЦІАЛЬНОГО ФЕНОМЕНУ В КОНТЕКСТУАЛЬНОМУ ПОЛІ КЛАСИЧНИХ І СУЧАСНИХ СОЦІОЛОГІЧНИХ ПАРАДИГМ

# CONCEPTUALIZATION OF RELIGIOSITY AS A SOCIAL PHENOMENON IN THE CONTEXTUAL FIELD OF CLASSICAL AND CONTEMPORARY SOCIOLOGICAL PARADIGMS

УДК 316.74:2-1:316.3
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.12
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Позній О.В.**
асистент кафедри соціології
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана
ORCID ID: 0009-0006-5673-7775

*У статті розглянуто релігійність як складний багатовимірний соціальний феномен у контексті сучасного постсекулярного суспільства та воєнного стану в Україні. Окреслено сутність релігійності, що інтегрує вірування, ритуали, символічні практики, моральні настанови й індивідуальні смисли, а також проаналізовано її відмінність від категорій духовності та воцерковленості. Узагальнено класичні підходи Е. Дюркгайма, М. Вебера, Г. Зіммеля, а також сучасні концепції Ч. Глока, Р. Старка, Б. Зінбауера, К. Паргамента, польських і українських дослідників. Показано, що релігійність виконує інтеграційну функцію, формує горизонтальні зв'язки та механізми солідарності, забезпечує смислотворення та психологічну підтримку, знижує ризики соціальної марґіналізації. Проаналізовано основні теоретичні парадигми – функціональну, конфліктологічну, феноменологічну, інтеракціоністську, системну та постсекулярну – у їхньому взаємозв'язку для формування цілісної концептуальної рамки релігійності. Виокремлено проблематику операціоналізації релігійності в соціологічних дослідженнях, зокрема необхідність багатовимірних індикаторів, що враховують інституційний рівень, індивідуально-досвідні та культурні прояви. Наголошено на важливості порівняльних міжкультурних досліджень, які дозволяють виявити специфіку українського досвіду релігійності в умовах війни та глобальних криз. Узагальнено, що релігійність у сучасному українському суспільстві набуває нових соціальних функцій, зокрема інтегративних та ідентифікаційних, і стає важливим чинником збереження солідарності та культурної ідентичності в умовах кризи, водночас виступає ресурсом психологічної стійкості й соціального відновлення.*
**Ключові слова:** *релігійність, релігійність як соціальний феномен, виміри релігійності, релігійні практики, постсекулярне суспільство, функції релігійності, релігійна ідентичність, віра, духовність.*

*The article examines religiosity as a complex multidimensional social phenomenon in the context of contemporary post-secular society and the state of war in Ukraine. The essence of religiosity is outlined as integrating beliefs, rituals, symbolic practices, moral guidelines, and individual meanings, while its distinction from the categories of spirituality and church affiliation is analyzed. Classical approaches by É. Durkheim, M. Weber, and G. Simmel, as well as modern concepts of C. Glock, R. Stark, B. Zinnbauer, K. Pargament, and Polish and Ukrainian scholars are summarized. It is demonstrated that religiosity performs an integrative function, creates horizontal ties and mechanisms of solidarity, provides meaning-making and psychological support, and reduces the risks of social marginalization. The main theoretical paradigms – functional, conflict, phenomenological, interactionist, systems, and post-secular – are analyzed in their interrelation to form a comprehensive conceptual framework of religiosity. The article highlights the problem of operationalizing religiosity in sociological research, particularly the need for multidimensional indicators that consider institutional, individual-experiential, and cultural manifestations. Emphasis is placed on the importance of cross-cultural comparative studies that reveal the specificity of the Ukrainian experience of religiosity under conditions of war and global crises. It is generalized that religiosity in contemporary Ukrainian society acquires new social functions, particularly integrative and identificational, and becomes a crucial factor in maintaining solidarity and cultural identity in times of crisis, while simultaneously serving as a resource for psychological resilience and social recovery.*
**Key words:** *religiosity, religiosity as social phenomenon, dimensions of religiosity, religious practices, post-secular society, functions of religiosity, religious identity, belief, spirituality.*

**Постановка проблеми.** Концептуалізація релігійності як соціального феномену є одним із центральних завдань сучасної соціології релігії. Від класичних досліджень Е. Дюркгайма, М. Вебера, Г. Зіммеля до сучасних постсекулярних підходів релігійність розглядається як багатовимірна характеристика, що водночас відображає інституційні практики, індивідуальні смисли та культурні форми. У контексті постмодерного та постсекулярного суспільства, а також у кризових умовах воєнного стану в Україні релігійність постає важливим чинником соціальної інтеграції, формує горизонтальні зв'язки, забезпечує солідарність і смислотворення, а також знижує ризики соціальної марґіналізації. У цьому контексті варто зауважити, що релігійність є складним феноменом, що поєднує вірування, ритуали, символічні практики та моральні настанови, інтегровані в соціальний досвід особистості й спільноти. Її сутність полягає у здатності поєднувати сакральне та соціальне, формуючи специфічні механізми солідарності, ідентичності та підтримки. У науковому дискурсі релігійність осмислюється як соціальна якість, яка виражає зв'язок людини із трансцендентним і водночас зумовлює її участь у суспільному житті. Це зумовлює актуальність подальшого теоретичного розроблення поняття, зокрема у співвідношенні з категоріями духовності, воцерковленості та культурної релігійності.

**Мета статті** полягає в системному аналізі природи та сутності релігійності як соціального феномену, а також у синтезі різнорівневих соціологічних підходів – функціонального, конфліктологічного, феноменологічного, інтеракціоністського, системного та постсекулярного – для формування цілісної концептуальної рамки її розуміння.

**Виклад основного матеріалу.** Вагомість релігійності як чинника соціальної інтеграції аналізувалася ще на початку становлення соціології релігії (30-ті рр. XX ст.) та не втрачає актуальності в постсекулярному суспільстві, де релігійні практики еволюційно трансформувалися в національні й культурні. Як найважливіші аспекти, у яких релігія та релігійність розглядалися із суспільствознавчого погляду, можна виділити: виникнення колективних ритуалів і, на їхній основі, сталих культурних практик (зокрема, рутинних); формування основ суспільної моралі та соціального капіталу; розвиток соціальної і національної ідентичності особистостей і соціальних груп, соціальної стратифікації і мобільності тощо.

У плюралістичному постмодерному соціумі дослідження релігійності набуває особливого значення через те, що остання розкриває інтеграційний потенціал особистості завдяки формуванню горизонтальних зв'язків через участь в об'єднаннях однодумців. Регулярні акти й рутинізовані практики релігійності (домашня і церковна молитва, паломництво, святкування) зміцнюють почуття належності та довіри всередині спільноти, слугують тим самим для вираження та підтримки індивідуальної і колективної солідарності. Також релігійність як соціальний феномен забезпечує особистості механізми смислотворення і підтримки, що знижує ризик марґіналізації у кризових умовах (до яких, безумовно, належить воєнний стан у країні).

Поняття релігійності як багатоаспектного феномену має різне трактування в зарубіжній і вітчизняній гуманітаристиці. Наукова парадигма, у якій виникло поняття, сформована насамперед працями видатних європейських філософів і суспільствознавців кінця XIX – початку XX ст. Так, Е. Дюркгайм у своїй найвідомішій монографії «Самогубство» виділяє міру соціальної інтеграції через релігійні інституції як чинник, який знижує ймовірність суїцидальної поведінки [1]. У праці «Елементарні форми релігійного життя» він розглядав релігійність як атрибут соціальності, систему вірувань і практик щодо сакрального, що об'єднує людей у моральну спільноту [2]. Релігійність, за Е. Дюркгаймом, являє собою не вияв індивідуальної віри, а радше долучення до колективних уявлень, які мають примусовий і надіндивідуальний характер.

М. Вебер у контексті аналізу протестантської етики розкрив, як релігійна етика формує «раціоналізацію життєвого проведення» (Lebensführung) та економічну поведінку [3]. У його «Економіці та суспільстві» приналежність людини до релігії описана як чинник типології дії та легітимації соціального порядку [4].

За Г. Зіммелем, релігійність є тією моделлю, яка визначає основну структуру суспільних відносин загалом [5]. Німецький філософ писав, зокрема у своїй праці «До соціології релігії», що патріотичне ставлення солдата до своєї батьківщини, космополітичне – до людства, відданість робітника власному класові, який бачиться йому рушійною силою поступу, чи гордовите самоусвідомлення аристократа, що ототожнює себе зі становими привілеями, а також відданість підданого, захопленого образом свого володаря, – усі ці відносини, попри відмінність їхнього конкретного змісту, із психологічного погляду мають спільну тональність. Її можна кваліфікувати як релігійну, оскільки вона виражає особливу форму переживання смислу та піднесеного ставлення до вищої для суб'єкта цінності чи інстанції [5, с. 361–362]. Уважаємо, що концепція Г. Зіммеля якнайкраще виражає адаптивність релігійності до трансформацій, яка пізніше розкрилася в умовах постіндустріального суспільства.

Пізніші дослідники (європейські й американські) розвивали дефініцію релігійності як у контексті окремої особистості (актора суспільних відносин), так і в більш загальному, віднесеному до різнорівневих соціальних комунікацій і функціонування релігії як соціального інституту. М. Аргайл [6; 7] визначав релігійність як особисте ставлення людини до "sacrum", священного, наголошував на індивідуальній взаємодії індивіда з тим, що вважається святим в окремій релігійній культурі.

У працях В. Кларка дослідницька увага акцентується на внутрішньому досвіді контакту із трансцендентним, що підкреслює переживальний аспект релігійності [8]. Дослідник виділяє трирівневу класифікацію релігійної поведінки: primary (безпосереднє відчуття), secondary (обрядові, звичні чи обов'язкові дії) і tertiary (релігійність, засвоєна через традицію, авторитет інших, або культурну норму, без глибинного особистого досвіду чи віри). До останньої групи, за В. Кларком, належить і номінальна та декларативна релігійність.

Важливу роль у концептуалізації релігійності як соціального феномену мали дослідження Ч. Глока та Р. Старка [9]. Учені виокремили п'ять вимірів релігійності: особистого досвіду, ритуалістичний, ідеологічний, інтелектуальний і наслідковий. Вимір власного досвіду зосереджується на особистому релігійному сприйнятті віри, можливо, «трансцендентній зустрічі», тоді як ритуалістична сфера охоплює досвід богослужіння, що здійснюється у спільноті. Ідеологічний вимір «формується очікуванням, що релігійна людина дотримуватиметься певних вірувань» (тобто проголошених доктрин), а інтелектуальний вимір «стосується очікування, що релігійна особа буде поінформованою і обізнаною щодо основних положень своєї віри та священних писань, тобто історії, таїнств, моралі» [8, с. 20]. Наслідковість релігійності, на

їхній погляд, виражається в належних етичних виборах і моральних учинках; відповідному стилі життя (родина, робота, дозвілля); соціальній поведінці (участь у спільноті, допомога іншим, благодійність тощо)

Ч. Глок і Р. Старк визнавали, що два останні виміри тісно пов'язані один з одним, «оскільки знання про віру є необхідною умовою для її прийняття» [8, с. 20–21]. Проте вони також зауважували, що віра не обов'язково випливає зі знання, а також не всі релігійні знання супроводжуються вірою. С. Галлахер і В. Тірні визначають релігійність як «переконання, відданість та поклоніння людини перед божеством» [10, с. 1653]. У найширшому застосуванні релігійність може охоплювати всі виміри релігії, проте це поняття також може використовуватися у вузькому сенсі, на позначення крайнього погляду та надмірної відданості релігійним ритуалам і традиціям. Така жорстка форма релігійності, по суті, часто розглядається як негативний аспект релігійного досвіду, вона може характеризуватися надмірною залученістю до релігійних практик, які вважаються поза соціальними нормами віри.

Релігійність у широкому і вузькому смислах активно досліджувалася в польській гуманітаристиці XX ст., на що звертає увагу О. Яремко [11]. Так, В. Прежина трактував релігійність як настанову, у якій особистість виражає та реалізує своє ставлення до Бога, тобто як психологічну настанову із практичним виміром [12; 13]. Подібну увагу до індивідуально-поведінкового аспекту релігійної поведінки індивіда простежуємо в Ч. Валеси, який розглядав релігійність як особистісну, індивідуальну й позитивну настанову адепта релігії, виражену в подиві та прагненні до Всевишнього [14]. З. Хлевінський описував сутність релігійності як сукупності ціннісних переконань, що включає в себе життєві настанови, досвід і вчинки людини щодо Бога [15; 16]. А. Бронк визначав релігійність як сукупність психічних актів, спрямованих на трансцендентне й релігійний об'єкт [17].

У концептуальному баченні Б. Зінбауера та К. Паргамента, які розмежовують дефініції релігійності й духовності (остання є вужчим поняттям і більше стосується внутрішніх настанов і процесів), релігійність розуміється як особистий або груповий пошук святості, що розвивається в межах традиційного сакрального контексту [18]. Однак існує і протилежний підхід до диференціювання релігійності й духовності: наприклад, Н. Савелюк убачає в релігійності окремий складник особистісної духовності, орієнтуючись на ціннісно-моральний (соціопсихологічний) вимір, з меншою прив'язкою до діяльності соціальних інституцій [19].

Вагомим у дослідженні феномену релігійності, на наш погляд, є обґрунтоване К. Паргаментом і Б. Зінбауером диференціювання формального (традиційного) значення релігії як комплексу догматичних вірувань, інституцій і символів, і функціонального – того, як релігійність людини безпосередньо чи опосередковано впливає на її індивідуальну й соціальну поведінку (надає сенсу, допомагає справлятися зі стресом, формує поведінкові патерни тощо).

Еволюція поняття релігійності детально аналізувалася також Б. Холдкрофт [20]. Американська авторка наголошує: неможливо звести релігійність лише до одновимірного показника, наприклад відвідування богослужінь. Для систематизації підходів вона спирається на класичні моделі: п'ять вимірів релігійності Ч. Глока та Р. Старка – досвіду, ритуальний, ідеологічний, інтелектуальний і наслідковий; чотири виміри Ф. Фукуями – когнітивний, культовий, кредальний і девоційний; дві орієнтації Г. Олпорта та Дж. Росса – внутрішню і зовнішню; а також типологію Дж. Ленскі, що охоплює асоціативний, комунальний, доктринальний і девоційний рівні. Узагальнюючи ці підходи, Б. Холдкрофт підкреслює, що релігійність – багатовимірна характеристика особистості, яка може проявлятися у знаннях, вірі, ритуалах, індивідуальному досвіді та щоденній поведінці, до того ж розвиток одного виміру не гарантує автоматичного формування інших.

У вітчизняній соціології об'єктивне дослідження релігійності як суспільного феномену було тривалий час неможливим через радянську стигматизацію релігії як «марґінальності», «класово ворожої» ідеології. Дослідницька увага до релігійності активізувалася наприкінці 90-х рр. XX ст. – на початку 2000-х рр., коли значущість віри й релігії для національної культурної традиції нарешті могла бути визнана відверто й безкарно. Так, А. Колодний і Л. Филипович дослідили вияви, постаті та стан релігійної духовності пострадянських українців [21]. Т. Длінна та В. Янів розглядали окремі аспекти релігійності українського народу з етнопсихологічного погляду [22; 23].

К. Якуніна визначила релігійність як «форму буття релігії», розуміючи її як сукупність релігійно значущих дій, утілену в символічних формах духовність віруючого [24]. Тобто, якщо деякі із вказаних вище науковців вбачали в релігійності ширше поняття, аніж духовність, а інші, навпаки, аналізували її як окремих складник духовності, у К. Якуніної релігійність виступає як реалізована на практиці духовність, «матеріалізована» конкретизація останньої.

Співвідношення понять духовності й релігійності є вкрай важливим у визначенні суті останньої, оскільки від того, розглядається релігійність як самостійний феномен, пов'язаний передусім з інституційними формами віри й практиками, чи як компонент ширшої сфери духовності, ціннісно-смислова орієнтація, залежить не лише теоретичне розуміння її природи, а й способи її операціоналізації у прикладних соціологічних дослідженнях. Таке розмежування визначає набір показників, за допомогою яких вимірюється релігійність (від відвідування богослужінь до самоідентифікації та глибинних мотивацій), впливає на

інтерпретацію результатів емпіричних опитувань, а також дозволяє виявити взаємозв'язки між релігійними й позарелігійними вимірами духовного життя особистості та суспільства.

У цьому контексті доцільно звернутися до результатів соціологічного дослідження Д. Боравського, К. Ліпської і Т. Вайса, вибірка якого становила 343 респонденти. Опитувані заповнювали анкети «Шкала духовної трансцендентності» та «Шкала центральності релігійності», для дослідження вимірів власне трансцендентності та духовної відкритості. Науковці, згідно з результатами попередніх досліджень, висунули гіпотезу, що із двох вимірів духовності – власне трансцендентності та духовної відкритості – лише перший буде значущим позитивним предиктором релігійності, операціоналізованої як «центральність релігійності». Однак моделювання структурних рівнянь показало, що за одночасного контролю обидва предиктори були значущими. Водночас, хоча зв'язки власне трансцендентності із центральною релігійністю були сильними та позитивними, духовна відкритість виявилася значущим, але негативним предиктором кожного аспекту центральної релігійності. Це свідчить про те, що духовність може охоплювати елементи, які негативно пов'язані із традиційною релігійністю, та підтверджує тезу про те, що духовність є ширшим конструктом, ніж релігійність [25, с. 724].

На думку І. Чанчикова, визначення і характеристика релігійності можуть здійснюватися в межах двох основних концепцій. Перша з них, умовно названа «класичною», спирається на зовнішній, об'єктивований підхід до релігії [26]. У рамках цього підходу вирізняють два визначальні критерії релігійності. По-перше, нею вважається наявність практичного підтвердження релігійної позиції індивіда, що виражається в регулярному здійсненні культових практик – відвідуванні храму, участі в таїнствах, дотриманні постів тощо. Ключовим тут є те, що віра безпосередньо впливає на спосіб життя та поведінку особи, змінює її повсякденні практики. Натомість явище, яке дослідники називають «культурною релігійністю» або «релігійною самоідентифікацією», не обов'язково передбачає прийняття відповідної системи вірувань чи залучення до ритуальної діяльності. Отже, класичний підхід зводить релігійність до міри включеності в репрезентативну релігійну культуру якоїсь конфесії. У православ'ї синонімічним поняттям виступає «воцерковленість».

Інший – «постклассичний» – підхід вирізняється більшою гнучкістю та зосередженістю на особливостях конкретних релігійних традицій, що потребує пошуку адекватних дослідницьких інструментів. Його специфіка полягає в поєднанні класичної зовнішньої перспективи з інтроспективним аналізом, що передбачає врахування думки самого віруючого. Такий підхід, на думку низки сучасних науковців, є евристично продуктивним, оскільки відкриває перед соціальними науками нові горизонти в розумінні релігійного досвіду.

У межах цієї концепції категорії «релігійність» та «воцерковленість» не ототожнюються, а розмежовуються. Хоча між ними існує тісний зв'язок, він не є однозначним і лінійним. Релігійність інтерпретується феноменологічно – як особливий внутрішній стан чи сутність, що може проявлятися у воцерковленості як найповнішій формі, але водночас не зводиться суто до неї і не випливає з неї автоматично [26, с. 144].

О. Яремко, пропонуючи авторську дефініцію релігійності, виходить із трьохелементної схеми, де наявний суб'єкт релігійності (персональний Бог), об'єкт (людина як особа) і стосунки між об'єктом і суб'єктом [11, с. 16]. З погляду соціології цей підхід є дискусійним, адже релігійність розглядається суто як характеристика суб'єкта (оскільки саме людина продукує вірування, здійснює практики та створює символічні інтерпретації сакрального). Відповідно, об'єктом релігійної дії можуть бути трансцендентні уявлення, священні символи або інституційні форми релігії, але не людина як особа.

Визначення індивіда як «об'єкта» релігійності відповідає богословській логіці, де людина може розумітися як така, на яку спрямована дія (Промисел, Допуск, Воля) Бога, проте в соціологічному дискурсі таке трактування вважаємо методологічно некоректним. Соціологічний аналіз потребує чіткого розрізнення категорій: суб'єктом релігійності є людина як її носій і активний реалізатор (актор), тоді як об'єктом може виступати, наприклад, трансцендентне або релігійна інституція, на які спрямовані дії суб'єкта.

Натепер, як слушно зауважує Н. Пивоварова, поняття релігійності складно інтерпретувати через «різноманіття типів, форм і функцій релігійних систем, як історичних, так і, особливо, сучасних (у сучасній ситуації не лише змінюються ці форми та функції, але й трансформується весь механізм традиційного «виробництва» релігійності)» [27, с. 44].

**Висновки.** Проведене теоретичне дослідження дозволило концептуалізувати релігійність як багатовимірний соціальний феномен, що інтегрує вірування, ритуали, цінності, культурні практики й індивідуально-смислові орієнтації. Вона водночас відображає інституційну організацію релігії та особистий досвід, стаючи важливим чинником соціальної інтеграції та підтримки. Варто зауважити, що концептуалізація релігійності передбачає розрізнення таких понять, як «духовність» і «воцерковленість». У першому випадку акцент робиться на внутрішніх переживаннях і смислах, у другому – на практиках і участі в інституційних формах релігійного життя. Це розмежування визначає і способи операціоналізації феномену в соціологічних дослідженнях: від вимірювання культової активності до фіксації індивідуальних мотивацій і самоідентифікацій.

Окремо варто підкреслити, що сучасне постсекулярне суспільство виявляє нові функції релігій-

ності. Вона формує горизонтальні зв'язки у спільнотах, забезпечує відчуття довіри та належності, підтримує смислотворчі механізми, допомагає долати кризові стани та знижує ризики соціальної марґіналізації. У воєнних умовах її інтеграційна роль набуває особливої ваги, сприяє зміцненню солідарності та збереженню культурної ідентичності.

Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на поглиблений аналіз релігійності як соціокультурного феномену та чинника соціальної інтеграції в межах сучасних соціологічних парадигм і підходів. Особливої уваги потребує питання операціоналізації релігійності в емпіричних дослідженнях. Подальший розвиток цього напряму передбачає розроблення багатовимірних індикаторів, які поєднували б інституційний рівень релігійності, індивідуально-досвідні практики та культурні прояви. Це дозволить уточнити понятєво-категоріальний апарат, підвищити валідність досліджень і глибше зрозуміти соціальну природу релігійності в сучасному українському суспільстві.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Durkheim É. Suicide: A study in sociology. 2nd ed. London : Routledge, 2005. DOI: 10.4324/9780203994320
2. Durkheim É. The elementary forms of religious life. Oxford : Oxford University Press, 2008.
3. Weber M. The protestant ethic and the spirit of capitalism. London : Routledge, 2001.
4. Weber M. Wirtschaft und Gesellschaft. Tübingen : Mohr Siebeck, 2022.
5. Simmel G. A Contribution to the Sociology of Religion. *American Journal of Sociology.* 1905. Vol. 11. № 3. P. 359–376. DOI: 10.1086/211393
6. Argyle M. Religious Behaviour. London : Routledge & Kegan Paul, 1958.
7. Argyle M. Seven psychological roots of religion. *Theology*. 1964. Vol. 67. № 553. P. 279–283. DOI: 10.1177/0040571X6406753001
8. Clark W.H. The psychology of religion: An introduction to religious experience and behavior. New York : Macmillan, 1958.
9. Glock C.Y., Stark R. Religion and society in tension. San Francisco : Rand McNally, 1965.
10. Gallagher S., Tierney W. Religiousness/Religiosity. *Encyclopedia of Behavioral Medicine* / M.D. Gellman, J.R. Turner (eds). New York : Springer, 2013. DOI: 10.1007/978-1-4419-1005-9_489.
11. Яремко О. Релігійність у психології особистості та міжособистісних стосунків. Львів : Свічадо, 2021.
12. Prężyna W. Intensywność postawy religijnej a osobowość. Lublin : Towarzystwo Naukowe KUL, 1973.
13. Prężyna W. Funkcja postawy religijnej w osobowości człowieka. Lublin : Katolicki Uniwersytet Lubelski, 1981.
14. Walesa C. Religijność jako rzeczywistość nieustannie tworzona i przetwarzająca. Lublin : Towarzystwo Naukowe KUL, 1978.
15. Chlewiński Z. Psychologia religii. Lublin : Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, 1982.
16. Chlewiński Z. Dojrzałość, osobowość, sumienie, religijność. Poznań : Wydawnictwo Święty Wojciech, 1991.
17. Bronk A. Nauka wobec religii. Lublin : Towarzystwo Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, 1996.
18. Zinnbauer B.J., Pargament K.I. Religiousness and spirituality. *Handbook of the psychology of religion and spirituality* / R.F. Paloutzian, C.L. Park (eds). New York : Guilford Press, 2005. P. 21–42.
19. Савелюк Н. Релігійність як складова духовності особистості. *Психологія особистості*. 2010. С. 138–144.
20. Holdcroft B. What is religiosity? *Catholic Education: A Journal of Inquiry and Practice.* 2006. Vol. 10. № 1. P. 89–103.
21. Колодний А., Филипович Л. Релігійна духовність українців: вияви, постаті, стан. Львів : Логос, 1996.
22. Длінна Т. Деякі етнопсихологічні аспекти української релігійності. *Українське релігієзнавство*. 1996. № 3. С. 27–28.
23. Янів В. Релігійність українця з етнопсихологічного погляду. *Народна творчість та етнографія.* 1999. № № 5–6. С. 39–54.
24. Якуніна К. Релігійність як форма буття релігії. *Наукові записки.* Серія «Історичне релігієзнавство». 2009. Вип. 1. С. 268–276.
25. Borawski D., Lipska K., Wajs T. Spirituality and Religiosity – Do They Always Go Hand in Hand? The Role of Spiritual Transcendence in Predicting Centrality of Religiosity. *Religions*. 2025. Vol. 16. № 6. P. 724. DOI: 10.3390/rel16060724.
26. Чанчиков І. Релігійність як чинник соціально-психологічної адаптації. *Психологія.* 2017. Т. 1 (6) / 2 (7). С. 143–146.
27. Пивоварова Н. Проблема інтерпретації та операціоналізації термінів «релігія», «віра», «релігійність»: огляд наукових підходів. *Український соціум*. 2014. № 1 (48). С. 44–55.


*Стаття надійшла у редакцію: 26.09.2025*
*Стаття прийнята: 08.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ІННОВАЦІЇ В ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ АВІАЦІЙНОЇ ГАЛУЗІ: ОБҐРУНТУВАННЯ СУСПІЛЬНОГО ПОПИТУ

# INNOVATIONS IN THE TRAINING OF AVIATION PROFESSIONALS: JUSTIFICATION OF PUBLIC DEMAND

УДК 316.74:378:629.7:001.895
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.13
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Рекало А.С.**
аспірант кафедри соціології
та соціальної роботи
Криворізький державний педагогічний університет
ORCID ID: 0009-0006-7598-1140

*Стаття присвячена соціологічному аналізу суспільного попиту на інновації в системі підготовки фахівців для авіаційної галузі в умовах глобальних трансформацій. Актуальність дослідження зумовлена стрімким зростанням обсягів авіаперевезень, інтенсивною цифровізацією, екологічними викликами та гострою нестачею кваліфікованих кадрів, що зумовлює необхідність фундаментального оновлення освітніх підходів.*
*Метою статті є системне обґрунтування зв'язку між змінами в суспільному попиті на авіапослуги та необхідністю впровадження інноваційних освітніх практик. Для її досягнення проаналізовано сучасні тенденції розвитку галузі, виявлено структурні зрушення в очікуваннях пасажирів (індивідуалізація, безпека, екологічність) і діагностовано ключові недоліки існуючих систем підготовки кадрів, зокрема в контексті українських реалій.*
*На основі аналізу стратегічних документів і даних міжнародних організацій (IATA, ICAO) автор доводить, що суспільний попит виступає не пасивним чинником, а активним каталізатором освітніх змін. У статті запропоновано систематизацію інноваційних рішень у формі матриці, яка наочно демонструє відповідність між конкретними викликами галузі (зростання пасажиропотоку, кіберзагрози, екологізація) та інноваціями в освіті (симуляційне навчання, дуальна освіта, інтеграція STEM, розвиток soft skills).*
*Робота робить внесок у розвиток спеціальних різновидів соціології, аргументує необхідність комплексного підходу до модернізації авіаційної освіти, що поєднує технологічні нововведення із соціальним виміром – орієнтацією на потреби роботодавців, вимоги безпеки та стратегії державного розвитку. Окреслено перспективи подальших досліджень, зокрема щодо механізмів оцінювання ефективності освітніх інновацій і моделей державно-приватного партнерства в авіаосвіті.*
**Ключові слова:** *інновації, професійна підготовка, авіаційна галузь, соціальний запит, освітня модернізація, дуальна освіта, технологічні трансформації, авіаційна безпека.*

*The article is devoted to the sociological analysis of public demand for innovation in the system of training specialists for the aviation industry in the context of global transformations. The relevance of the study is determined by the rapid growth in air traffic, intensive digitalisation, environmental challenges and an acute shortage of qualified personnel, which necessitates a fundamental overhaul of educational approaches.*
*The purpose of the article is to systematically substantiate the connection between changes in public demand for aviation services and the need to introduce innovative educational practices. To achieve this, current trends in the development of the industry are analysed, structural shifts in passenger expectations (individualisation, safety, environmental friendliness) are identified, and key shortcomings of existing training systems are diagnosed, particularly in the context of Ukrainian realities.*
*Based on an analysis of strategic documents and data from international organisations (IATA, ICAO), the author argues that public demand is not a passive factor but an active catalyst for educational change. The article proposes a systematisation of innovative solutions in the form of a matrix that clearly demonstrates the correspondence between specific challenges in the industry (growth in passenger traffic, cyber threats, environmentalisation) and innovations in education (simulation training, dual education, STEM integration, soft skills development).*
*The work contributes to the development of special sociologies, arguing for the need for a comprehensive approach to the modernisation of aviation education that combines technological innovations with a social dimension – a focus on the needs of employers, safety requirements and state development strategies. Prospects for further research are outlined, in particular regarding mechanisms for evaluating the effectiveness of educational innovations and models of public-private partnership in aviation education.*
**Key words:** *innovation, professional training, aviation industry, social demand, educational modernization, dual education, technological transformations.*

**Постановка проблеми.** Авіація давно перетворилася з елітарного способу пересування на ключову артерію глобальної економіки та соціальних зв'язків. Вона є каталізатором бізнесу, туризму, логістики та культурного обміну, безпосередньо впливає на якість життя та економічний розвиток суспільства. Динаміка розвитку авіаційної галузі демонструє стійку тенденцію до зростання попиту на авіаційні послуги. Однак задоволення цього попиту стикається з низкою критичних викликів, як-от: інтенсивне впровадження цифрових технологій і нових матеріалів у літакобудуванні, посилення вимог до екологічної сталості, постійна необхідність підвищення рівня безпеки польотів і гостра нестача висококваліфікованих фахівців різних профілів – від пілотів та інженерів до диспетчерів і техніків з обслуговування. Традиційні системи підготовки кадрів для авіаційної галузі, зазвичай консервативні та ресурсомісткі, усе частіше виявляються неспроможними встигати за темпом змін і задовольняти сучасні вимоги до компетентностей майбутніх спеціалістів.

У цьому контексті інновації у професійній підготовці фахівців авіаційної галузі набувають стратегічного значення. Вони є ключовою ланкою в ланцюжку забезпечення сталого розвитку галузі, здатності ефективно реагувати на суспільний попит і гарантувати найвищі стандарти безпеки

та якості послуг. І тому актуалізується наукова потреба в соціологічному обґрунтуванні суспільного попиту на інноваційність у процесі підготовки фахівців авіаційної галузі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій з даної теми.** Проблематика інновацій у підготовці фахівців авіаційної галузі активно досліджується вітчизняною та міжнародною науковою спільнотою, що відображає її високу актуальність та практичну значущість. Теоретичні та практичні аспекти впровадження інновацій в авіаційній галузі розглядали такі вчені, як І. Скібіцька, яка досліджувала вплив інновацій на подолання кризи на підприємствах авіаційної промисловості України [19]. Н. Солідор зосередив увагу на перспективах інноваційного розвитку авіаційних підприємств України [21], а Ю. Бойко та Н. Прокопенко розглядали ключові фінансові механізми, що забезпечують ефективне управління інноваційними процесами в авіаційній галузі [13]. Значний внесок у дослідження конкурентоспроможності авіаційної галузі зробили О. Маслак і О. Коломийцева, які на основі вивчення зарубіжного досвіду бізнес-моделювання обґрунтували практичні рекомендації щодо впровадження інноваційних бізнес-моделей на авіаційних підприємствах [16]. Питання використання інформаційно-цифрових технологій у підготовці майбутніх авіаційних фахівців і цифрової трансформації авіаційної галузі розглядали у своїх працях Г. Калашник [14] і Л. Крабовська [15].

Управління маркетинговим забезпеченням розвитку інноваційного потенціалу авіапідприємств активно досліджував В. Смілянець [20]. Тенденції та перспективи розвитку авіаційної галузі, роль інновацій у майбутньому авіації висвітлені в роботах З. Побережної, М. Висоцької, Н. Горбаля, Е. Прушківської, К. Сидоренко.

Серед зарубіжних науковців варто відзначити праці К. Боргена (K. Borgen), який досліджував навчання студентів авіаційних факультетів університетів за допомогою інтерактивної технології доповненої реальності [2]. Цифрову трансформацію в авіаційній освіті, зокрема використання інструментів інформаційно-комунікаційних технологій, розглядала у своїх працях Д. Гонсало (J. Gonzalo) [5]. Подолання глобальних викликів в освіті за допомогою технологічних інновацій в авіаційному навчальному закладі досліджували Е. Рейес-Чуа (E. Reyes-Chua) та Г. Амурао (G. Amurao) [12]. Роль співпраці в інноваціях і створенні цінностей в авіаційній галузі обґрунтував Б. Перейра (B. Pereira) [10].

Незважаючи на значну кількість публікацій, присвячених технологічним і економічним аспектам інновацій в авіаційній освіті, не досить розробленими залишаються питання системного обґрунтування зв'язку між освітніми інноваціями та суспільним попитом. Більшість досліджень фокусуються на технічних і фінансових характеристиках інноваційних рішень, але не розкривають механізмів їхнього впливу на задоволення соціальних потреб у якісних авіаційних послугах.

**Метою статті** є системний аналіз і наукове обґрунтування суспільного попиту на впровадження інноваційних підходів, методів і технологій у процес підготовки фахівців для авіаційної галузі.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити такі завдання: *по-перше,* проаналізувати актуальні тенденції і виклики авіації; *по-друге,* дослідити динаміку та структуру суспільного попиту на авіапослуги; *по-третє,* виявити недоліки існуючих систем підготовки; *по-четверте,* обґрунтувати перспективні інноваційні рішення в освіті, які сприятимуть задоволенню фундаментальних потреб суспільства в безпечному, надійному та доступному авіаційному сполученні.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасна авіаційна галузь переживає період інтенсивних трансформацій, що характеризується одночасним поєднанням рекордного зростання попиту та системних викликів, які суттєво впливають на стратегії розвитку та вимоги до професійної підготовки фахівців.

Найочевиднішою тенденцією є *стрімке зростання попиту* на авіаційні перевезення. У звіті "Global Outlook for Air Transport" за грудень 2023 р. IATA (International Air Transport Association) зазначає, що світовий пасажиропотік до 2040 р. має подвоїтися порівняно з докризовим 2019 р., перевищивши позначку в 7,8 мільярда пасажирів щорічно [4, с. 12]. Це зростання зумовлене глобалізацією бізнесу, зростанням світового середнього класу, розвитком туризму.

Окрім того, авіація стала одним із лідерів *упровадження цифрових технологій*. Інновації, як-от штучний інтелект (далі – AI), Big Data, Internet of Things та машинне навчання, кардинально змінюють усі аспекти галузі: упровадження систем з підвищеною автоматизацією для оптимізації маршрутів, економії палива та підвищення пропускної спроможності; прогнозна аналітика дозволяє передбачати відмови обладнання та планувати технічне обслуговування на основі фактичного стану, а не за графіком; біометричні технології, цифрові ідентифікатори та персональні ланцюжки подорожі спрощують та індивідуалізують процес.

Ще однією тенденцією авіаційної галузі є *«екологізація».* Зокрема світовим товариством ведуться роботи зі зменшення викидів $CO^2$, завдяки використанню екологічно палива SAF (Sustainable Aviation Fuel). Перехід на SAF є ключовою стратегією IATA для досягнення нульових викидів вуглецю до 2050 р. [6, с. 6]. Другим напрямом «екологізації» є розроблення електрогібридних літаків. Ця технологія передбачає один або кілька електродвигунів, які замінюють звичайний двигун внутрішнього згоряння. Така система демонструє перевагу відсутності локальних викидів, оскільки електродвигун не містить забруднюючих речовин [3, с. 18].

У сучасному світі основними *викликами авіаційної галузі* є такі.

По-перше, *критична нестача висококваліфікованих кадрів.* Це найбільш гострий виклик,

що стримує зростання. За даними Boeing, у найближчі 20 років світу знадобиться майже 2,4 мільйона нових фахівців, включно: 674 000 пілотів, 716 000 техніків з технічного обслуговування та 980 000 бортпровідників [11]; катастрофічно не вистачає спеціалістів із кібербезпеки [8]. В Україні проблема нестачі персоналу посилюється наслідками війни, відтоком кваліфікованих кадрів за кордон та моральним і фізичним старінням інфраструктури та знань [17, с. 219].

По-друге, *необхідність підвищення рівня безпеки в умовах нових загроз.* Безпека, звісно, залишається абсолютним пріоритетом, але її характер змінюється. Окрім гарантування технологічної безпеки авіаційних перевезень, увага приділяється кібербезпеці, бо інтеграція цифрових систем робить авіацію вразливою до кібератак, що потребує нових підходів до захисту критичної інфраструктури [7]; збір і обробка величезних масивів персональних даних пасажирів потребують дотримання жорстких стандартів (як-от General Data Protection Regulation – GDPR); в умовах сучасної нестабільності активно досліджується психоемоційний стан екіпажів і диспетчерів для запобігання впливу людського чинника [9, с. 3].

По-третє, *економічна волатильність та конкуренція*. Адже галузь залишається високочутливою до економічних циклів, цін на паливо, геополітичної напруженості та рівня купівельної спроможності населення. Жорстка конкуренція між авіакомпаніями, особливо з боку лоукост-перевізників, тисне на собівартість послуг, що впливає на інвестиції в персонал та інновації.

Незважаючи на ці виклики, у сфері авіаційних перевезень простежується тенденція зростання суспільного попиту на транспортні та пасажирські послуги у двох вимірах: динамічному (кількісне зростання) та структурному (якісні зміни).

*Динаміка суспільного попиту* демонструє стійку тенденцію до глобального зростання, попри тимчасові кризи, як-от пандемія Covid-19. Згідно з оцінками IATA, «із 2023 по 2040 р. кількість авіапасажирів, за прогнозами, зростатиме на 4,2% щорічно. Це буде радикальним уповільненням, порівняно з винятковим річним темпом зростання на 36%, який спостерігався протягом останніх трьох років, коли ринки виходили із глибокої кризи, спричиненої Covid" [4]. Прогнози Міжнародної організації цивільної авіації (ICAO – International Civil Aviation Organization) на довгострокову перспективу ще більш оптимістичні: очікується, що «до 2030 р. глобальний пасажиропотік, за прогнозами, перевищить 12 мільярдів, що буде зумовлено зростанням міжнародних ринків, зокрема в Азіатсько-Тихоокеанському регіоні та на Близькому Сході. До 2042 р. глобальний пасажиропотік, за прогнозами, досягне 19,5 мільярда, що вдвічі перевищить рівень 2024 р.» [8]. *Це зростання є наслідком дії ключових макроекономічних чинників*: 1) зростання світової економіки та доходів населення, зокрема, формування численного середнього класу у країнах, що розвиваються (Азія, Африка, Латинська Америка); 2) глобалізація бізнесу та ланцюгів поставок, що проявляється в необхідності швидких бізнес-комунікацій, участі в міжнародних заходах і ефективної логістики для високотехнологічних і швидкопсувних товарів. Частка авіаперевезень у вартісному обсязі світової торгівлі сягає 33% [1]; 3) розвиток міжнародного туризму, який перетворився з елітарного відпочинку на масове явище.

Зазнала суттєвих змін і *структура суспільного попиту*, що висуває нові вимоги до якості та характеру авіаційних послуг: 1) зростання частки дешевих перевезень (лоукост), що привело до демократизації авіаперевезень і зростання частоти подорожей на одну особу, особливо на короткі та середні дистанції; 2) індивідуалізація очікувань пасажирів. Зокрема, суспільний попит еволюціонував від уніфікованого «перевезти з точки А в точку Б» до комплексу очікувань щодо безпеки, комфорту, швидкості обслуговування, екологічності та бездоганності цифрового супроводу (від покупки квитка до отримання багажу). Пасажир очікує персоналізованого сервісу, що стимулює авіакомпанії до інвестування в CRM-системи та Big Data; 3) підвищення чутливості до екологічних аспектів, що змушує галузь інвестувати в екологічне паливо (SAF), енергоефективні літаки та технології компенсації викидів вуглецю; 4) географічна диверсифікація, коли попит зростає не лише у традиційних авіаційних хабах (Європа, Північна Америка), але й насамперед у регіонах Азіатсько-Тихоокеанського регіону, Близького Сходу й Африки. Це вимагає від фахівців розуміння регіональних особливостей і міжкультурної комунікації.

В Україні суспільний попит на авіаційні послуги має особливу специфіку. Після повномасштабного вторгнення він втратив внутрішній складник, але зосередився на зв'язку із зовнішнім світом, що стало критично важливим для економіки, безпеки та підтримки соціальних зв'язків. Після перемоги очікується «вивільнений» попит, який поєднуватиме відновлення бізнес-активності та туристичних потоків, що значно перевищить показники 2019 р.

На основі аналітичного осмислення стану й викликів, які властиві світовій і українській авіаційній галузі, у процесі дослідження нами були виявлені такі *недоліки існуючої системи підготовки авіаційних фахівців в Україні:*

– недосконалість механізмів прогнозування кадрових потреб і відсутність єдиної державної стратегії;

– обмежений доступ до сучасних навчальних ресурсів і цифрових освітніх технологій (зокрема, авіаційних тренувальних симуляторів);

– проблеми кадрового забезпечення освітнього процесу;

– дефіцит «м'яких» навичок (soft skills) і міждисциплінарних компетенцій для ефективної взаємодії з людьми;

– високі витрати на традиційне навчання, які створюють бар'єри для доступу до якісної освіти;

– брак уваги до підготовки фахівців для роботи в міжнародному середовищі, зокрема обізнаних у міжнародних стандартах, правилах і процедурах, а також розвиток навичок міжкультурної комунікації.

Актуальними проблемами в сучасних українських реаліях є також:

– суперечності між теоретичним і практичним аспектами підготовки фахівців авіаційної галузі, оскільки українська вища та фахова передвища освіта не досить прив'язана до реального запиту від роботодавців;

– невідповідність між вимогами до підготовки авіаційних фахівців Міністерства освіти і науки України та європейськими вимогами;

– обов'язковість вільного володіння англійською мовою технічного спрямування на досить високому рівні, оскільки вся технічна документація на західну авіаційну техніку, комплектуючі вироби, усі правила й інструкції, навчальні посібники написані англійською мовою, яка є універсальною міжнародною мовою спілкування;

– неможливість проходження повноцінної практичної підготовки, адже цивільні аеропорти, поряд з військовими літовищами, стали пріоритетними цілями для ворога, зупинили роботу всі авіаційні підприємства України;

– ускладненість залучення студентів до активної участі в навчальному процесі й практичного опанування професійних навичок на тренажерах через відсутність бомбосховищ у деяких закладах освіти, а частіше через небажання студентів відвідувати заняття в очному режимі в умовах постійної загрози обстрілу;

– відсутність інструкторів і матеріально-технічної бази для навчання вітчизняних фахівців працювати із західною авіаційною технікою [18, с. 43–44].

Зважаючи на досить швидке й стабільно довготривале світове зростання суспільного попиту на авіаційні перевезення та зміну його структури, основні тенденції і виклики («цифровізація», «екологізація», критична нестача кадрів, підвищення рівня безпеки йконкуренція) та очевидні недоліки існуючих систем підготовки, перед авіаційними закладами освіти постає досить складне завдання: як підготувати висококваліфікованих фахівців, щоб максимально задовольнити всі потреби населення у якісних авіаційних перевезеннях. Очевидно, що потрібно впроваджувати в навчальний процес різнопланові інноваційні рішення і технології для комплексного вирішення наявних проблем (див. таблицю 1).

Таблиця 1

**Інновації як спосіб задоволення суспільного попиту на вдосконалення авіаційної галузі та підготовки авіафахівців**

| Чинник суспільного попиту | Вплив на галузь | Наслідки для підготовки фахівців | Інноваційні рішення в освіті |
|---|---|---|---|
| Зростання середнього класу, розвиток туризму. | Збільшення пасажиропотоку. | Потреба в розширенні кадрового потенціалу (пілоти, техніки, диспетчери, обслуговуючий персонал). | Масове застосування авіаційних тренажерів, розвиток міжнародних програм мобільності, упровадження онлайн-курсів із гнучкими траєкторіями навчання. |
| Підвищення рівня безпеки. | Нові стандарти авіаційної безпеки, упровадження високотехнологічних систем. | Зростання ролі технічних компетентностей, знань про авіаційне право, стандарти ICAO та EASA. | Дуальна освіта, розширення практичної підготовки на базі аеропортів і авіакомпаній, використання симуляційних тренажерів із кризових ситуацій. |
| Цифровізація | Автоматизація, використання ШІ, Big Data, кіберзагрози. | Необхідність вивчення ШІ, кібербезпеки, аналітики даних. | Використання VR/AR симуляцій, навчальні лабораторії з кібербезпеки, уведення курсів Data Science в авіаційні програми. |
| Екологізація | Перехід на SAF, нові матеріали. | Інтеграція екологічних дисциплін, знань про нові технології. | Освітні програми з екологічної інженерії, міжнародні проєкти Green Aviation. |
| Індивідуалізація сервісу. | Висока конкуренція за пасажира. | Підвищені вимоги до soft skills: комунікація, кроскультурна взаємодія, управління конфліктами. | Курси емоційного інтелекту, тренінги із сервісного лідерства, гейміфікація в навчанні. |
| Воєнні виклики та безпека. | Руйнування інфраструктури, підвищені ризики польотів, потреба у стійких системах управління. | Підготовка кадрів до роботи в умовах криз, знання з авіаційної та кібербезпеки, психологічна стійкість. | Курси кризового менеджменту, симуляції надзвичайних ситуацій, військово-цивільні освітні партнерства. |

*Джерело: авторська версія.*

Отже, як бачимо, кожному чиннику суспільного попиту відповідають інноваційні рішення, і саме вчасне й ефективне запровадження відповідних інновацій в освітній процес підготовки фахівців сприятиме задоволенню попиту на авіаційні транспортні та пасажирські перевезення максимально ефективно.

**Висновки та перспективи подальших пошуків.** Проведене дослідження дозволило системно проаналізувати виклики, які стоять перед сучасною авіаційною галуззю, та суспільний попит на інновації в підготовці авіаційних фахівців, обґрунтувати шляхи їх запровадження в систему вищої освіти. Отримані результати дозволяють сформулювати низку ключових висновків.

*По-перше,* доведено, що динамічне зростання обсягів авіаперевезень, якісна трансформація очікувань пасажирів, інтенсивна цифровізація та екологізація галузі формують новий, підвищений суспільний запит щодо якості, безпеки та доступності авіаційних послуг. Задоволення цього запиту неможливе без фахівців нового типу – висококваліфікованих, мобільних, адаптивних, що володіють як глибокими технічними знаннями, так і розвиненими «м'якими» навичками.

*По-друге,* виявлено, що традиційна система підготовки авіаційних кадрів, особливо в Україні, стикається із системними вадами: відставанням від реальних потреб ринку праці, обмеженістю ресурсної бази, неналежною інтеграцією з роботодавцями та невідповідністю міжнародним стандартам. Це загострюється наслідками воєнного стану, що робить проблему кадрового забезпечення галузі критичною.

*По-третє,* на основі аналізу взаємозв'язку між чинниками суспільного попиту й освітніми потребами (табл. 1) аргументовано, що відповіддю на виклики є комплексне впровадження інноваційних підходів. Ключовими серед них є: масова інтеграція симуляційних технологій (VR/AR), розвиток дуальної освіти, включення до навчальних програм дисциплін з кібербезпеки, аналітики даних, екологічної інженерії, а також акцент на розвиток міжкультурної комунікації, стресостійкості та кризового менеджменту. Інноваційність має охоплювати не лише технологічний складник, але й зміст освіти, методику викладання та організацію освітнього процесу.

*Перспективи подальших досліджень* вбачаються в поглибленні таких напрямів: 1) розроблення конкретних механізмів оцінювання ефективності впровадження окремих інноваційних освітніх технологій (наприклад, VR-тренувань) у підготовці авіаційних фахівців; 2) дослідження моделей успішного державно-приватного партнерства в авіаосвіті на прикладі країн ЄС та США для їх адаптації в Україні; 3) аналізу психологічних аспектів підготовки екіпажів до роботи в умовах підвищеної стресовості та невизначеності; 4) розроблення концепції та окремих модулів «зеленої» авіаційної освіти, спрямованої на підготовку фахівців до реалізації цілей сталого розвитку галузі; 5) моніторингу й узагальнення досвіду українських авіаційних закладів освіти в умовах воєнного стану для формування практичних рекомендацій щодо кризової освітньої політики.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Benefits of Cargo Sustainability. *International Air Transport Association*. URL: https://www.iata.org/en/programs/cargo/sustainability/benefits (дата звернення: 28.09.2025).
2. Borgen K.B., Ropp T.D., Weldon W.T. Assessment of Augmented Reality Technology's Impact on Speed of Learning and Task Performance in Aeronautical Engineering Technology Education. *The International Journal of Aerospace Psychology*. 2021. Vol. 31. № 3. P. 219–229. https://doi.org/10.1080/24721840.2021.1881403
3. Cardone L.M., Petrone G., De Rosa S. et al. Review of the Recent Developments About the Hybrid Propelled Aircraft. *Aerotec. Missili Spaz.* 2024. Vol. 103. P. 17–37. https://doi.org/10.1007/s42496-023-00173-6
4. Global Outlook for Air Transport – December 2023 – Report. *International Air Transport Association*. 2023. URL: https://www.iata.org/en/iata-repository/publications/economic-reports/global-outlook-for-air-transport---december-2023---report (дата звернення: 28.09.2025).
5. Gonzalo J.O. Digital Transformation in Aviation Education: A Review of ICT Tools and Techniques. *American Journal of Education and Technology*. 2024. Vol. 3. № 3. P. 63–70. https://doi.org/10.54536/ajet.v3i3.2988
6. IATA Annual Review 2025. *International Air Transport Association*. 2025. URL: https://www.iata.org/contentassets/c81222d96c9a4e0bb4ff6ced0126f0bb/iata-annual-review-2025.pdf (дата звернення: 28.09.2025).
7. ISC2 2024 Cybersecurity Workforce Study. *ISC2*. 2024. URL: https://www.isc2.org/Insights/2024/10/ISC2-2024-Cybersecurity-Workforce-Study (дата звернення: 28.09.2025).
8. Joint ACI – World – ICAO Passenger Traffic Report: Trends and Outlook. *Airports Council International, International Civil Aviation Organization*. 2025. 28 Jan. URL: https://aci.aero/2025/01/28/joint-aci-world-icao-passenger-traffic-report-trends-and-outlook (дата звернення: 28.09.2025).
9. Venus M., Greder D., Holtforth M. G. How professional pilots perceive interactions of working conditions, rosters, stress, sleep problems, fatigue and mental health: A qualitative content analysis. *European Review of Applied Psychology*. 2022. Vol. 72. № 3. Art. 100762. https://doi.org/10.1016/j.erap.2022.100762
10. Pereira B., Lohmann G., Houghton L. The Role of Collaboration in Innovation and Value Creation in the Aviation Industry. *Journal of Creating Value*. 2021. Vol. 7. № 1. P. 44–59. https://doi.org/10.1177/23949643211010588
11. Pilot & Technician Outlook 2024. *Boeing News*. 2024. URL: https://services.boeing.com/news/2024-pilot-technician-outlook (дата звернення: 28.09.2025).
12. Reyes-Chua E., Amurao A.G.V. Navigating global educational challenges through technological innovation at one aviation institution.

*Proceedings Book*. 2024. P. 539. URL: https://www.researchgate.net/profile/Eda-Disli-Bayraktar/publication/382448782_9_CEO_Proceedings_E-Book/links/669e387acb7fbf12a4656dd9/9-CEO-Proceedings-E-Book.pdf#page=564

13. Бойко Ю., Прокопенко Н. Фінансові аспекти управління інноваціями в авіаційній промисловості. *Modeling the Development of the Economic Systems*. 2024. № 3. P. 332–338. https://doi.org/10.31891/mdes/2024-13-46

14. Калашник Г. Використання інформаційно-цифрових технологій в освітньому процесі підготовки майбутніх авіаційних фахівців при викладанні спеціальних дисциплін. *Наука і техніка Повітряних Сил Збройних сил України*. 2022. № 1 (46). С. 28–34. https://doi.org/10.30748/nitps.2022.46.04

15. Карбовська Л., Кравченко Р. Цифрова трансформація авіаційної галузі. *Інноваційні методи управління економікою в умовах цифровізації бізнесу :* матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. 2024. С. 130. URL: https://research.maup.com.ua/assets/files/conferency/innovacijni-metodi-upravlinnya.pdf#page=131

16. Маслак О., Коломицева О., Гришко Н., Яковенко Я. Конкурентоспроможність бізнес-моделей авіаційних підприємств: інноваційний аспект. *Збірник наукових праць Черкаського державного технологічного університету.* Серія «Економічні науки». 2021. № 62. С. 45–52. https://doi.org/10.24025/2306-4420.62.2021.241610

17. Рекало А. Кадровий потенціал авіаційної галузі: стан і проблеми в умовах Російсько-Української війни. *Інформаційне суспільство і природа: вектори взаємовпливу :* збірник матеріалів VIII Міжнародної науково-практичної конференції, м. Кривий Ріг, 22 листопада 2024 р. Кривий Ріг : КДПУ, 2024. С. 216–220. URL: https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/11057/1/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA.pdf#page=218

18. Рекало А. Підготовка фахівців авіаційної галузі в умовах воєнного стану: проблеми і тренди. *Традиції та новації у розвитку сучасної соціологічної науки: дослідження молодих учених :* збірник матеріалів V Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Київ, 22 лютого 2024 р. Київ : КНЕУ, 2024. С. 42–45. URL: https://ir.kneu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c5bd3a8f-d0ad-4669-b125-3c537129c865/content

19. Скібіцька Л. Подолання кризи на підприємствах авіаційної промисловості України через технологічні і освітні інновації та їх інвестування. *Економіка і менеджмент*. 2018. С. 15. URL: https://confcontact.com/2018-ekonomika-i-menedzhment/EIM_2018_tom8.pdf#page=15

20. Смілянець В. Управління маркетинговим забезпеченням розвитку інноваційного потенціалу авіапідприємств : дис. … докт. екон. наук. Київ : НАУ, 2024. URL: https://vchenarada.nau.edu.ua/wp-content/uploads/2024/04/Disertation-Smilianets-VV-Signed.pdf

21. Солідор Н. Сучасний стан, проблеми та перспективи інноваційного розвитку авіаційної галузі України. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2020. Вип. 30. С. 160–165. https://doi.org/10.32782/2413-9971/2020-30-31

22. Суворова І. Перспективи розвитку авіаційної галузі в постконфліктній Україні. *Держава та регіони. Економіка та підприємництво*. 2024. № 1 (131). С. 62–66. https://doi.org/10.32782/1814-1161/2024-1-10

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 15.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 4
# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

## ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ У МОЛОДІ

## THEORETICAL BASIS OF RESEARCHING SUICIDAL BEHAVIOR IN YOUTH

УДК 159.922.8:616.89-008.441.44
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.14
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Асєєва Ю.О.**
д.психол.н., професор,
завідувач кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки
Одеський національний економічний університет
ORCID ID: 0000-0003-3086-3993

**Ахунова Л.А.**
здобувач вищої освіти
Одеський національний економічний університет
ORCID ID: 0009-0002-2236-190X

*ВООЗ у своїх статистичних звітах наголошує, що самогубство й надалі залишається глобальною та надсерйозною проблемою, через яку передчасно йдуть із життя мільйони людей. Серед осіб віком від 15 до 29 років, тобто серед молоді, це одна з основних причин смертності, що посідає друге місце. У сьогоденні люди стикаються з втратою близьких, зазнають насильства, тиск медіа й соціальних мереж нав'язує бути тим, ким ти не є, невизначеність майбутнього, супутні психічні розлади та біологічна схильність до депресії стають підґрунтям серйозних ризиків аутоагресивної поведінки.*
*Мета статті полягає в тому, щоб дослідити та систематизувати теоретико-методологічні основи та підходи до вивчення сутності й симптоматики суїцидальної поведінки, виявленні основних факторів її розвитку й узагальненні наукових підходів до розуміння цього феномена в молодіжному середовищі.*
*Методи дослідження ґрунтуються на аналізі наукової та клінічної літератури (ВООЗ, МКХ-11, DSM-5, праці Е. Дюркгейма, З. Фройда, К. Юнга та сучасних українських дослідників). Використано методи порівняння, узагальнення та теоретичного моделювання для інтеграції біологічних, психологічних і соціальних підходів до пояснення суїцидальної поведінки.*
*Зазначено, що суїцидальна поведінка молоді має багатофакторну природу та формується у взаємодії біологічних, психологічних і соціальних чинників. У період молодості особливої ваги набувають міжособистісні стосунки – побудова власної родини, самооцінка, психоемоційний стан, соціальна підтримка, фінансова незалежність і професійне становлення. Теоретичний аналіз свідчить про необхідність комплексного підходу до профілактики, що передбачає не лише медичні та психотерапевтичні втручання, а й розвиток соціально-психологічних програм підтримки молоді, освітніх ініціатив та інформаційної етики у ЗМІ.*
**Ключові слова:** *суїцидальна поведінка, молодь, психічне здоров'я, депресія, фактори ризику, профілактика.*

*The World Health Organization (WHO), in its statistical reports, emphasizes that suicide remains a global and profoundly serious problem, claiming countless lives prematurely. Among individuals aged 15 to 29, which includes youth, suicide ranks as the second leading cause of death. In contemporary society, people are confronted with the loss of loved ones, exposure to violence, the pressures of media and social networks imposing identities that are not their own, uncertainty about the future, comorbid mental disorders, and a biological predisposition to depression – all of which create and reinforce significant risks of self-destructive behavior.*
*The aim of this article is to explore and systematize the theoretical and methodological foundations and approaches to studying the nature and symptomatology of suicidal behavior, to identify the main factors of its development, and to synthesize scientific perspectives on understanding this phenomenon within youth environments.*
*The research methods are based on an analysis of scientific and clinical literature (WHO reports, ICD-11, DSM-5, as well as the works of É. Durkheim, S. Freud, C. Jung, and contemporary Ukrainian scholars). Methods of comparison, synthesis, and theoretical modeling were employed to integrate biological, psychological, and social approaches to explaining suicidal behavior.*
*It is noted that suicidal behavior among youth has a multifactorial nature, shaped by the interaction of biological, psychological, and social determinants. During adolescence and young adulthood, interpersonal relationships – such as building one's own family, self-esteem, psycho-emotional stability, social support, financial independence, and professional development – acquire particular importance. Theoretical analysis highlights the necessity of a comprehensive approach to prevention, which should include not only medical and psychotherapeutic interventions but also the development of socio-psychological support programs for young people, educational initiatives, and responsible information ethics in the media.*
**Key words:** *suicidal behavior, youth, mental health, depression, risk factors, prevention.*

**Вступ.** Суїцидальна поведінка є однією з найскладніших і найактуальніших тем у сучасній психології та психіатрії. Вона охоплює широкий спектр дій, які можуть варіюватися від суїцидальних думок до спроб самогубства. Важливо відразу зазначити, що суїцидальна поведінка не є ізольованим явищем, а є результатом складної взаємодії соціальних, психологічних та біологічних чинників. Дослідження цієї теми потребує комплексного підходу, що передбачає не лише теоретичні основи, але й практичні методи, які можуть бути застосовані в клінічній практиці. У цьому контексті ми також розглянемо різні методології, які використовуються для вивчення суїцидальної поведінки, та їх значення для формування ефективних стратегій втручання.

**Метою статті** є теоретико-методологічне дослідження сутності, симптоматики, патогенезу, фізіо-

логічних основ суїцидальної поведінки, а також факторів впливу на її розвиток і загострення.

**Матеріали та методи.** Дані, зазначені в цій статті, ґрунтуються на аналізі науко-теоретичних надбань психологів, психіатрів та узагальнені в теоретичні позиції, що висвітлюють проблематику питання всебічно та надають можливість комплексно оцінити психічні стани молоді, пов'язані із суїцидальною поведінкою.

**Результати**. Поняття «суїцид» походить від лат. sui – «сам» і caedere – «вбивати». Уперше воно з'явилося в 1635 році завдяки британському лікарю і філософу Томасу Брайтону, хоча випадки самовільного позбавлення себе життя відомі ще з античності [13].

У більшості країн Європи користуються визначенням, прийнятим робочою групою ВООЗ у 1986 році: суїцид – це дія з летальним результатом, навмисно розпочата і виконана померлим в усвідомленні та очікуванні фатального результату, за допомогою якого він прагнув реалізувати бажані зміни [1; 30]. Подібні трактування містяться у МКХ-10, МКХ-11 та DSM-5, де особлива увага приділяється зв'язку з психічними розладами (депресією, тривожними станами тощо) [21].

Ставлення до самогубства в культурах різнилося: у християнстві воно засуджувалося, тоді як в Індії (обряд «саті») чи Японії («харакірі») могло сприйматися як почесний акт. У Європі до XX ст. самогубців часто карали або таврували, а соціологи XX ст. відзначили можливість «епідемій» наслідувальних самогубств [13]. Відомий приклад – «ефект Вертера» після виходу роману Ґете [13]. У сучасності медіа й інтернет також посилюють ризик наслідування: хвиля самогубств спостерігалася після смерті М. Монро, К. Кобейна, Ч. Беннінгтона та інших [13]. Теоретичні основи дослідження заклав Е. Дюркгейм, виділивши чотири типи: егоїстичний, альтруїстичний, аномічний і фаталістичний [14]. З. Фройд пояснював явище боротьбою інстинктів життя та смерті [17], А. Адлер – прагненням подолати почуття неповноцінності [14], К. Юнг – несвідомим прагненням до трансформації [18], К. Меннінгер – мотивами «померти», «убити» чи «бути вбитим» [14]. Д. Лестер інтерпретував його як агресію, спрямовану на себе [26], а К. Хорні підкреслювала соціокультурні впливи [14]. В українській психології вчені Н. Абдюкова, Т. Вашек, О. Лосієвська, Р. Федоренко й інші до чинників ризику відносять конфлікти у сім'ї, втрату близьких, розрив стосунків, невдачі у навчанні, труднощі з працевлаштуванням чи фінансами, стресові та кризові події [16].

Самогубство сьогодні є однією з найсерйозніших глобальних проблем людства. За статистикою Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), щороку передчасно йде з життя близько 800 тисяч осіб. У віковій групі від 15 до 29 років суїцид посідає друге місце серед основних причин смертності. При цьому, за даними організації, на кожен завершений випадок припадає понад 20 спроб [24; 29; 30].

Протягом тривалого часу вважалося, що чоловіки накладають на себе руки у три рази частіше, ніж жінки. Проте сучасні дослідження доводять – це співвідношення значною мірою залежить від регіону. У країнах із низьким рівнем доходу чоловіки здійснюють самогубство лише на 57 % частіше, ніж жінки, тоді як у розвинених країнах цей показник є значно вищим. Найнижчий рівень самогубств фіксується серед дітей віком до 15 років, а найвищий – у людей старших за 70 років незалежно від статі. ВООЗ зазначає, що в багатих країнах основну групу ризику становлять чоловіки середнього віку, тоді як у бідних частіше до цього вдаються молоді та літні жінки [29].

Незважаючи на велику кількість досліджень, єдиної універсальної теорії причин самогубства не існує. Науковці виділяють низку моделей, які отримали найбільше визнання [15]:

1. Нейрохімічна гіпотеза. Найбільш відома біохімічна теорія пов'язана з рівнем серотоніну. Встановлено, що низька концентрація метаболіту 5-HIAA у спинномозковій рідині характерна для людей, які скоїли самогубство. Чим нижчим є цей показник, тим жорстокішим стає вибраний спосіб. Виявлено також зв'язок між агресивністю, суїцидальною поведінкою та рівнем серотонінових метаболітів. Дослідження показали, що у людей із найнижчим рівнем моноамінооксидази в тромбоцитах родинний анамнез самогубств зустрічався у 8 разів частіше, ніж у контрольної групи, з нормальною кількістю ферменту.

2. Анатомо-антропологічна модель. Ще в XIX ст. Ф. Вінслоу в праці «Анатомія самогубства» стверджував, що схильність до суїцидів може бути пов'язана з патологіями головного мозку, будови черепа чи шлунково-кишкового тракту. Подальші дослідження вчених пояснювали суїцид вузьким яремним отвором, відкладеннями кісткової тканини на мозкових оболонках або навіть формою молочних залоз. Пізніші спроби знайти «центр самогубства» в мозку залишилися безрезультатними.

3. Генетична концепція. Досить суперечлива, однак підтверджена низкою досліджень. Було виявлено, що у випадку самогубства одного з монозиготних близнюків ризик для іншого зростає в рази. За даними американських генетиків, близько 6 % суїцидентів мали батька або матір, які також скоїли самогубство, що у 88 разів перевищує середньопопуляційний рівень. У довготривалому дослідженні в Пенсильванії з'ясувалося, що протягом століття майже три чверті випадків трапилися лише в чотирьох сім'ях.

4. Психодинамічна модель (З. Фройд). Психоаналітична концепція виходить із боротьби двох базових інстинктів: Еросу (потяг до життя, любові, продовження роду) та Танатоса (агресія, руйнування, смерть). З. Фройд вважав, що самогубство є проявом деструктивної енергії Танатоса, спрямованої не назовні, а на саму людину.

5. Медична модель. Розглядає самогубство як наслідок хвороби, що виникає під впливом комп-

лексу чинників: біологічних, психічних, генетичних. Основну увагу тут приділено психічним розладам, які найчастіше виступають етіологічним фактором. Тому лікування психічних хвороб розглядається як головний шлях профілактики.

Суїцидальна поведінка – це будь-які внутрішні та зовнішні прояви психічних актів, що спрямовані на позбавлення себе життя [12]. Етапи розвитку суїцидальної поведінки:

Досуїцидальний період – поява почуття самотності, втрати інтересу до життя, ангедонії (коли знижується мотивація, зникає задоволення від звичайних справ, які раніше радували).

Предсуїцидальний період – формування суїцидальної ідеації: від пасивних думок («що буде, якщо…») до конкретних планів і намірів. Може бути гострим (раптовим) і триває декілька хвилин або хронічним (тривалим) і може тривати місяцями. Якщо тривалість цього періоду подовжується в часі, то вплив антисуїцидальних факторів у цей проміжок може запобігти суїциду. Виділяють афективно-напружений та афективно-редукований типи. Для афективно-напруженого типу характерна поведінка з виразною емоціональністю, ідеаторно-моторна розгальмованість, виразна ажитація. Афективно-редукований тип предсуїциду зустрічається в пацієнтів з астенічними та гіпотимними рисами й характеризується більшою тривалістю, низькою інтенсивністю емоцій. Така модель поведінки визначається як «холодні самогубства негативного балансу».

Реалізація задумів – власне спроба самогубства, може завершитися зворотним (відмова чи переривання) або незворотним результатом.

Постсуїцидальний період – переоцінка цінностей і ставлення до вчиненого. Також дуже важливими є емоційні переживання, що стосуються реакції на спробу самогубства та пов'язаних із цим наслідків. Виділяють найближчий постсуїцид (перший тиждень після самогубства), ранній (від тижня до місяця після суїциду) та пізній постсуїцид (наступні 4–5 місяців). У цей період дуже важливо не пропустити появу депресивної симптоматики або можливу трансформацію психічного стану під дією соматоневрологичних наслідків, що пов'язані зі скоєним суїцидом (наприклад, розвиток астенічного синдрому або змінення динаміки вже наявного психічного розладу). Важливо відстежувати депресивні симптоми й можливі психічні ускладнення.

У науковій літературі виділяють кілька варіантів перебігу постсуїцидального періоду [12]:

1. Суїцидально-фіксований тип – у цій ситуації внутрішній конфлікт, що став причиною спроби самогубства, не втрачає своєї значущості. Людина часто продовжує оцінювати власний вчинок позитивно, сприймаючи його як «правильний крок». Саме тому ризик повторної спроби в таких пацієнтів залишається вкрай високим.

2. Аналітичний варіант – характеризується тим, що особа, яка вижила після суїцидальної спроби, зазвичай розкаюється й висловлює критичне ставлення до вчинку. Водночас сам суїцидогенний конфлікт, що став першопричиною деструктивної поведінки, зберігає актуальність – це означає, що ймовірність повторної спроби все ж існує.

3. Маніпулятивний варіант – спостерігається в тих випадках, коли самогубство мало демонстративний чи шантажний характер. Якщо спроба дала змогу досягти бажаного результату й конфліктна ситуація була частково розв'язана, інтенсивність суїцидальних тенденцій зменшується. Проте, якщо бажаного ефекту не досягнуто і проблема залишається актуальною, небезпека нових спроб зберігається. Пацієнтам із цим варіантом особливо необхідне психотерапевтичне втручання, спрямоване на перебудову моделей поведінки та формування негативного ставлення до самогубства як способу вирішення проблем.

4. Критичний варіант – для нього характерна повна відсутність суїцидогенного конфлікту, що раніше провокував суїцидальні дії. Такі люди відчувають глибоке усвідомлення помилковості власної спроби та не мають схильності до повторення. Ризик рецидиву в цьому випадку мінімальний, а основним методом допомоги стає раціональна психотерапія.

Суїцидальна поведінка формується під впливом комплексу різних характеристик: особистісних, соціального середовища та статусних. Особистісні чинники є найбільш стабільними й потребують детального аналізу. Серед них – етнокультурні (релігійні погляди, традиції, виховання, світогляд), а також психофізіологічні особливості (стать, вік). До психологічних складових, які можуть збільшувати ризик, належать: емоційна нестабільність, імпульсивність, надмірна залежність від оточення, ригідність мислення, підвищена в'язкість емоцій, низька здатність до вироблення компенсаторних механізмів [11].

Важливо підкреслити, що самі по собі індивідуальні риси не завжди призводять до суїцидальної поведінки. Вони стають небезпечними лише в поєднанні з конкретними соціально-психологічними подіями, що формують модель реагування особистості. Таким чином, у процесі виникнення суїцидальних тенденцій поєднуються як внутрішні психологічні, так і зовнішні соціальні фактори.

Деякі науковці виділяють певні особливості психічного функціонування, які підвищують імовірність формування аутоагресивної поведінки. До передумов, які можуть виступати як передиспозиційні суїцидогенні фактори [10], належать: низька толерантність до емоційних перевантажень; інтелектуальні особливості (категоричність, максималізм, незрілість оцінок); недостатня ефективність комунікативних систем; слабкість психологічного захисту; проблеми із самооцінкою (надто висока, занижена чи нестійка); втрата або знецінення сенсу життя тощо.

Варто також розглянути інтраперсональний та інтерперсональний конфлікти, як складові суїци-

дальної поведінки, як окремі чинники у формуванні суїцидальної поведінки. Інтраперсональний конфлікт – це протиріччя всередині самої особистості, коли у свідомості людини стикаються взаємовиключні тенденції. Інтерперсональний конфлікт – це суперечність між особою та її соціальним оточенням [19].

О. Кокун та Н. Агаєв виокремлюють чотири великі блоки чинників суїцидальної поведінки: соціально-демографічні особливості територій; соціально-економічні умови; рівень розвитку й доступності системи охорони здоров'я; спосіб життя населення [9].

Інший підхід пропонують Л. Димитрова та Г. Кіхтан, які поділяють усі ризики на групові (стать, вік, місце проживання, сімейний стан) та індивідуальні (особистісні риси й стани, що формують схильність до аутоагресії: переддиспозиційні, статусні, позиційні та інтенційні) [6].

О. Романів та О. Хаустова зводять чинники суїцидального ризику до двох ключових груп: соцієтальні (економічні, політичні, культурні, морально-ціннісні умови життя суспільства); соціально-психологічні, що визначають рівень соціального самопочуття [5].

До об'єктивних чинників зараховують: соціально-демографічні характеристики, економічні та політичні умови, рівень соціальної інтегрованості, ступінь поширення алкоголізації, а також наявність спеціалізованих служб підтримки для суїцидентів. Поруч із ними існують і суб'єктивні фактори, які відображають індивідуальне сприйняття й оцінку власного благополуччя, ставлення до соціальних процесів та подій [24].

Взаємозв'язок між цими двома групами є складним і суперечливим: зміни в об'єктивних умовах неминуче впливають на суб'єктивні оцінки, і навпаки. Наприклад, політичні рішення можуть трансформувати економічну ситуацію, що позначиться на соціальному самопочутті населення, а отже, на інтенсивності проявів аутоагресії.

Сучасні дискусії щодо пріоритетності біологічних, психологічних або соціальних детермінант майже втратили актуальність, поступившись біопсихосоціальній моделі, згідно з якою суїцидальна поведінка є результатом комплексної взаємодії всіх трьох груп факторів [28].

Серед соціальних детермінант важливу роль відіграють сімейні обставини (конфлікти, психічні захворювання родичів, суїцидальні спроби в сім'ї), проблеми з однолітками (булінг, ізоляція), а також медіа та соціальні мережі. Найбільш значущим клінічним чинником суїцидальної поведінки є психічні розлади, серед яких провідне місце посідають депресії [19]. Також ризик суттєво підвищують залежність від психоактивних речовин, тривожні та посттравматичні розлади, розлади харчування та сну, особистісні девіації [22]. Дослідження «психологічної аутопсії», які спиралися на інформацію, зібрану шляхом опитування родичів загиблих (Дж. Портжки, К. Оденаєрт, К. Ван Херінджен), доводять, що в більшості випадків у суїцидентів виявляли хоча б один психічний розлад, майже в 50 % це був розлад особистості й розлад адаптації в одній п'ятій випадків [27].

В українській практиці діагнози психічних розладів ставлять не більш ніж у третині випадків. Найчастіше – депресивні стани, рідше – розлади особистості. Вживання алкоголю чи наркотиків часто виступає «ситуаційним тригером», оскільки стан сп'яніння знижує бар'єри перед аутоагресивною поведінкою, тобто суїцидальними діями.

До психологічних чинників суїцидальної поведінки належать: особистісні аномалії, проблеми ідентичності (у тому числі гендерної); міжособистісні труднощі та внутрішні конфлікти; когнітивні установки та переконання щодо смерті й допустимості суїциду [3].

Особливу увагу приділяють особистісним рисам суїцидентів: агресивності, імпульсивності, депресивному настрою, почуттю безнадійності [4]. Доведено, що розлади особистості кластера В (антисоціальний, межовий, нарцистичний, істеричний) виявляють значно сильніші зв'язки із суїцидальною поведінкою, ніж особистісні розлади загалом [24].

Межовий розлад особистості часто пов'язується із самоушкодженням або суїцидальними вчинками, чому сприяють характерні риси (слабкий контроль агресії, імпульсивність, виражена реакція в ситуації втрати відносин) [24]. Серед особистісних рис, які сприяють суїцидальній поведінці, – агресивність як схильність до реакцій на фрустраційні впливи, пов'язана з нездатністю до конструктивного переживання складних ситуацій. Крім того, відзначається внесок імпульсивності в суїцидальну поведінку [20]. Інший спектр значущих для формування суїцидальної поведінки рис – знижений, депресивний настрій і почуття безнадійності. Припущення про те, що можливий поділ на групи суїцидів, зумовлених імпульсивністю й агресивністю, і суїцидів, пов'язаних із депресією і почуттям безнадійності, виправдовує себе не повною мірою. Для особи з пограничним розладом особистості значущими предикторами суїцидальної поведінки є імпульсивність і агресивність, водночас і в осіб із пограничним розладом особистості, і в осіб із депресією важливими чинниками виявляються знижений настрій і почуття безнадійності [9].

Міжособистісні відносини в контексті здійснення суїцидальних вчинків набувають подвійного значення. Так, конфлікти в сім'ї чи романтичних стосунках часто стають безпосередніми причинами суїцидальних дій. Водночас знайомство із суїцидентом або свідчення чужої спроби також можуть спровокувати наслідувальну поведінку [19].

У ситуаціях експертного аналізу суїцидів відзначається складність чіткої кваліфікації тих міжособистісних відносин, які є чинниками суїцидальної поведінки. Дедалі частіше в поле уваги потрапляють не стосунки закоханості, які традиційно розгля-

даються як один із тригерів суїциду, а відносини, що мають складну конфігурацію, не лише діади, а й тріади, із невизначеним статусом відносин, що ускладнює інтерпретацію того, що відбувається між учасниками. Міжособистісний чинник залежно від його ролі в розвитку ситуації може розглядатися як хронічний або ситуативний (у тому разі, якщо назріваюча криза у відносинах безпосередньо впливає на формування сенсу самогубства).

Не менш важливим є когнітивний чинник – система переконань і уявлень про сенс життя та допустимість самогубства. У деяких випадках саме він визначає ступінь готовності особи до аутоагресії. Аналіз творчих продуктів (щоденників, передсмертних записок) дає змогу оцінити рівень таких установок. Водночас думки на тему суїциду не завжди спричиняють суїцидальні спроби, хоча й пов'язуються зі зниженням комплаєнтності до терапії [10].

**Висновки.** Здійснений аналіз наукової літератури дає змогу виокремити предиктори суїцидальності, об'єднані в чотири кластери: біологічний (обтяженість спадковості психічними захворюваннями; наявність хронічних інвалідизуючих захворювань), патопсихологічний (особистісні акцентуації; психічні захворювання, вживання психологічно-активних речовин), макросоціальний (фінансове благополуччя; наявність зовнішніх стресів; низька якість життя), мікросоціальний (психоемоційна обстановка в сім'ї суїцидента; незадоволеність сексуальним життям; успішність у навчанні; міжособистісні відносини в робочому або навчальному колективі, відсутність друзів і близького оточення). Суїцид – це свідомий, навмисний акт позбавлення себе життя, який здійснюється індивідом із розумінням та очікуванням фатального результату. Його сутність полягає не лише у прагненні смерті як такої, а й у спробі досягти бажаних змін у внутрішньому стані чи соціальному оточенні. У сучасних наукових та клінічних підходах (ВООЗ, МКХ-11, DSM-5) суїцид розглядається як результат складної взаємодії психологічних, психопатологічних, соціальних і стресових факторів, що виявляється у формі поведінки, спрямованої на самознищення. Ключові ознаки: навмисність дії, усвідомлення її летальності, очікування змін через фатальний результат, зв'язок із психічним станом та зовнішніми умовами.

Таким чином, суїцидальна поведінка має багатофакторну природу, що охоплює психопатологічні та психологічні механізми, а також середовищні та соціальні чинники. Зростання аутодеструктивних поведінкових тенденцій із подальшим вибором суїциду як способу вирішення проблем потребує ретельного аналізу особистості, сфери міжособистісних відносин, особливостей виховання та інших обставин для подальшого формування стратегій психосоціальної профілактики й адаптації, а також вироблення форм і способів психологічної та соціальної підтримки осіб, що входять до групи суїцидального ризику.

**ЛІТЕРАТУРА*:***

1. Асєєва Ю.О. Програми ментального здоров'я в Україні під час повномасштабного вторгнення. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя* : матер. Міжнар. наук.-практич.конфер. (м. Одеса, 14–15 вересня 2023 р.). Одеса : МГУ, 2023. С. 14–17. URL: https://doi.org/10.32837/11300.26345.

2. Бачериков А.М., Матузок Е.Г., Лакинський Р.В., Ткаченко Т.В. Суїцидальна поведінка та її профілактика. *Український вісник психоневрології.* 2012. Т. 20. Вип. 2. С. 53–56. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2012_20_2_14.

3. Будьонний П. В. Медико-соціальна допомога особам з психічними захворювання та суїцидальною поведінкою : матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції «*Новини передової науки – 2019*» (15.05 – 22.05.2019. Софія, Болгарія). С. 22–27.

4. Бурчинський С.Г. Біль, депресія і тривога: чи є світло в кінці тунелю? *Ліки України*. 2021. Вип. 3. С. 14–18.

5. Величко Т.П. Психологічні чинники суїцидальних ризиків. *Габітус.* 2020. Вип. 19. С. 100–105.

6. Димитрова Л.М., Кітхан Г.О. Причини та соціальні фактори суїцидальної поведінки підлітків. *Вісник НТУУ «КПІ». Політологія. Соціологія. Право.* 2012. Вип. 3 (15). С. 72–77.

7. Іваць А.Р., Романів О.П., Надь Б.Я. Соціально-психологічні чинники та фактори ризику суїцидів серед осіб молодого віку. *Україна. Здоров'я нації.* 2018. Вип. 3/1 (51). С. 28–29.

8. Кожина Г.М., Марута Н.О., Юр'єва Л.М., Коростій В.І., Самардакова Г.О., Гайчук Л.М., Зеленська К.О., Лещина І.В. Психіатрія та наркологія в загальній медичній практиці : навчальний посібник. Всеукраїнське спеціалізоване видавництво «Медицина», 2019. 344 с.

9. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Психологічна оцінка суїцидального ризику у військовослужбовців : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2019. 206 с.

10. Музиченко І.В. Психологічні особливості суїцидальної поведінки особистості. *Освіта та розвиток обдарованої особистості.* 2017. № 9. С. 11–15. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Otros_2017_9_4.

11. Музиченко І.В. Психологічні особливості суїцидальної поведінки серед студентської молоді. *Наукові перспективи.* 2024. № 1 (43). С. 858–868.

12. Поспелова І.Д. Навчальний посібник до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів першого (бакалаврського) освітнього рівня з дисципліни «Суїцидології» спеціальності 053 «Психологія» / Поспелова І. Д., Сидоренко К. В., Одеса. Університет Ушинського. 2025. 96 с.

13. Саржевський С.Н. Суїцидологія: навчальний посібник для лікарів інтернів з спеціалізації «Психіатрія». Запоріжжя, 2020. 87 с.

14. Столяренко О.Б. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 280 с.

15. Тімченко О.В. Психологія суїцидальної поведінки : навчальний посібник. Харків, 2007. 129 с.

16. Федан О.В. Теоретичні підходи до проблеми саморозвитку особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психології. Київ : Педагогічна думка, 2017. С. 201–210.

17. Федоренко Р.П. Психологія суїциду : навч. посіб. Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. 260 с.

18. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Київ : Навчальна книга Богдан, 2021. 552 с.

19. Юнґ К.Ґ. Архетипи і колективне несвідоме. Львів : Астролябія, 2023. 608 с.

20. Юр'єва Л.М., Марута Н.О., Лінський І.В. Клінічна суїцидологія : підруч. для лікарів-психіатрів. Харків : Строков, 2020. 301 с.

21. Cash S.J., Bridge J.A. Epidemiology of youth suicide and suicidal behavior. *Current Opinion in Pediatrics.* 2009. Vol. 21 (5). P. 613–619.

22. Diekstra R.F., Jansen, M.A. Psychology's role in the new health care systems: The importance of psychological interventions in primary health care. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 1988. Vol 25 (3). P. 344–351. URL: https://doi.org/10.1037/h0085354.

23. Fleischmann A., Bertolote J.M., Belfer M. Completed suicide and psychiatric diagnoses in young people: a critical examination of the evidence. *American Journal of Orthopsychiatry*. 2005. Vol. 75 (4). P. 676–683.

24. Fortune S.A., Hawton K. Suicide and deliberate self-harm in children and adolescents. *Current Paediatrics*. 2005. Vol. 15. P. 575–580.

25. Horesh N., Orbach I., Gothelf D., et al. Comparison of the suicidal behavior of adolescent inpatients with borderline personality disorder and major depression. *Journal of Nervous and Mental Disease*. 2013. Vol. 191 (9). P. 582–588.

26. Joiner T. Why people die by suicide. Cambridge, Massachusetts : Harvard University Press, 2005. 276 p.

27. King C.A., Foster C.E., Rogalski K.M. Teen Suicide Risk. New York : Guilford Press, 2013. 208 p.

28. Miotto P., De Coppi M., Frezza M. Suicidal ideation and aggressiveness in school-aged youths. *Psychiatry Research.* 2013. Vol. 120. P. 247–255.

29. Van Heeringen K., Hawton K., Williams J.M.G. Pathways to suicide: an integrative approach. The International Handbook of Suicide and Suicidal Behaviour. Chichester : Wiley, 2010. P. 223–236.

30. World Health Organization Preventing Suicide: a global imperative. Mental health action plan 2013–2020. Geneva, 2013. P. 92.

*Стаття надійшла у редакцію: 21.09.2025*
*Стаття прийнята: 03.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ЯК МЕТАІНТЕЛЕКТУАЛЬНА ОПЕРАЦІЯ ТА ДИНАМІЧНИЙ ПРОЦЕС

# GOAL-SETTING AS A META-INTELLECTUAL OPERATION AND A DYNAMIC PROCESS

УДК 159.955:159.938:159.947
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.15
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Волянюк Н.Ю.**
д.психол.н., професор, професор кафедри психології та педагогіки
Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського
ORCID ID: 0000-0001-6945-5984

**Ложкін Г.В.**
д.психол.н., професор, професор кафедри психології та педагогіки
Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського
ORCID ID: 0000-0002-6705-9344

**Староконь Є.Г.**
к.психол.н., доцент, професор кафедри суспільних наук
Житомирський військовий інститут імені Сергія Корольова
ORCID ID: 0000-0001-8833-0351

*Статтю присвячено аналізу феномену цілепокладання, який розглядається як метаінтелектуальна операція та як динамічний процес, що забезпечує формування системи цілей і їх взаємну координацію. Цілепокладання як операція виступає способом досягнення бажаного результату, що змінюється залежно від умов, і разом з іншими метаінтелектуальними операціями, плануванням, контролем, координацією, моніторингом і оцінюванням формує цілісну систему саморегуляції суб'єкта. Розгляд цілепокладання як процесу, що охоплює свідоме конструювання та вибір бажаних результатів діяльності, передбачає трансформацію неусвідомлених бажань у чітко окреслені, усвідомлені цілі. Доведено, що, на відміну від ідеалу, ціль завжди опосередкована об'єктивними можливостями суб'єкта діяльності. У роботі зазначається, що цілепокладання реалізується через низку послідовних фаз. На основі аналізу наукових джерел виокремлено й охарактеризовано етапи цього процесу: усвідомлення цілі, що передбачає формування уявлення про бажаний результат і оцінку його реалістичності; прийняття цілі як трансформацію зовнішньої вимоги в особистісно значущу мотивацію; формулювання цілі на попередньому й остаточному рівнях; корекцію цілей під час діяльності; а також визначення проміжних завдань для поступового досягнення кінцевого результату. Здійснено опис основних функцій цілепокладання: регуляторної, проєктувальної та спонукальної, які забезпечують організацію, спрямованість і динаміку протікання діяльності. Констатовано, що система індивідуально-психологічних якостей суб'єкта містить раціональні та ірраціональні елементи й механізми, які є основою його здатності до цілепокладання. Спроможність до постановки цілей є результатом взаємодії інтелектуального, особистісного та діяльнісного компонентів. Здійснено акцент на важливості узгодженості цілей різних рівнів та їх впливу на ефективність досягнення результатів.*
**Ключові слова:** *цілепокладання, метаінтелектуальна операція, процес, саморегуляція, ціль, мотивація, діяльність, ієрархія цілей, суб'єкт.*

*The article is devoted to the analysis of the phenomenon of goal-setting, which is considered both as a meta-intellectual operation and as a dynamic process that ensures the formulation of specific goals in cognitive and practical tasks. Goal-setting as an operation serves as a means of achieving the desired result, which changes depending on the conditions, and, together with other meta-intellectual operations such as planning, control, coordination, monitoring, and evaluation, constitutes an integral system of self-regulation of the subject. Viewing goal-setting as a process that encompasses the conscious construction and selection of desired outcomes implies the transformation of unconscious desires into clearly defined, conscious goals. It has been demonstrated that, unlike an ideal, a goal is always mediated by the objective capabilities of the subject of activity. The study notes that goal-setting is realized through a series of successive phases. Based on the analysis of scientific sources, the following stages of this process have been identified and characterized: awareness of the goal, which includes forming an idea of the desired result and assessing its feasibility; acceptance of the goal as the transformation of an external demand into personally meaningful motivation; formulation of the goal at preliminary and final levels; adjustment of goals in the course of activity; as well as defining intermediate tasks for the gradual achievement of the final result. The main functions of goal-setting are described – regulatory, projective, and motivational, which ensure the organization, direction, and dynamics of activity. It is stated that the system of individual psychological qualities of the subject includes rational and irrational elements and mechanisms that underlie the ability for goal-setting. The capacity for formulating goals results from the interaction of intellectual, personal, and activity-related components. Emphasis is placed on the importance of consistency between goals of different levels and their impact on the effectiveness of achieving results.*
**Key words:** *goal-setting, meta-intellectual operation, process, self-regulation, goal, motivation, activity, hierarchy of goals, subject.*

**Постановка проблеми.** Динамічність сучасного життя та стрімкі зміни в професійній і соціальній сферах висувають підвищені вимоги до суб'єкта діяльності. Особливого значення набуває його здатність приймати самостійні рішення, мислити стратегічно та діяти гнучко в умовах невизначеності. За таких умов критично важливим є вміння формулювати чіткі та реалістичні цілі, які виступають основою саморегуляції та сприяють підвищенню ефективності діяльності суб'єкта. Незважаючи на досить тривалий період дослідження процесів регуляції діяльності та значну кількість опублікованого наукового матеріалу, відомостей про специфіку такої характеристики суб'єкта, як цілепокладання (мета, прийнята суб'єктом діяльності), явно недостатньо. Поза сумнівом, категорія «ціль» посідає центральне місце в структурі діяльності та виконує регуляторну функцію у процесі її розгортання, а також у розвитку свідомості особистості. Варто зазначити, що в дослідженнях цієї проблеми не сформувався повністю уніфікований підхід. У психологічній науці розуміння та ставлення до категорії «ціль» залишаються неоднозначними. Водночас створено низку типологій

змісту цілей, які хоч і задають вектор наукового пошуку, але не претендують на всебічне вивчення предмета.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Зростаючий інтерес науковців до проблеми цілепокладання, відображений в аналізі сучасних досліджень і публікацій, зумовлений тим, що воно розглядається не лише як динамічний процес, а і як окрема метаінтелектуальна операція, що забезпечує формування цілі в межах конкретної пізнавальної чи практичної задачі. Як операція, цілепокладання є способом досягнення бажаного результату, що змінюється залежно від умов і обставин. Воно є однією з метаінтелектуальних операцій поряд із плануванням, контролем, координацією, моніторингом та оцінюванням. Ці операції забезпечують ефективне управління різними підходами до розв'язання проблем, як-от креативний, аналітичний, практичний і мудрий [9].

Постановка цілей відіграє важливу роль у процесі усвідомлення власних когнітивних процесів і створює основу для ефективного засвоєння знань [4]. У низці досліджень наголошується, що цілепокладання виконує важливу роль у формуванні мотивації, виступаючи чинником, який активізує пізнавальну активність особистості та сприяє підвищенню ефективності засвоєння знань [6].

Визначальну роль у процесі розв'язання проблем відіграє цілепокладання як початковий етап метакогнітивної діяльності. Емпірично доведено, що постановка чітких і реалістичних цілей активує подальші процеси саморегуляції планування, моніторинг та коригування дій. Цілепокладання створює основу для усвідомленого контролю діяльності, що дає змогу особистості приймати обґрунтовані рішення [7; 10].

У межах сучасних підходів до метакогнітивного регулювання цілепокладання розглядається як один з основних елементів. Завдяки чітко сформульованим цілям особистість здатна краще орієнтуватися у виборі способів дії, що позитивно впливає на її результативність [11].

Отже, можна констатувати, що як складова саморегуляції, цілепокладання виступає не лише як початковий етап, а і як ключовий механізм, який інтегрує когнітивні, афективно-мотиваційні та регуляторні ресурси цього процесу.

**Метою статті** є аналіз феномену цілепокладання як метаінтелектуальної операції та динамічного процесу, а також з'ясування його ролі в регуляції діяльності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У наукових дослідженнях ціль розглядається як психічне утворення зі статусом самостійної регуляторної одиниці: з одного боку, вона виступає регулятором діяльності, з іншого – є об'єктом регуляції. Цей конструкт характеризується як особлива форма психічного відображення, що може представляти віддалену подію, просторове положення, певний результат, образ або уявлення про бажаний стан. У структурі свідомості ціль виконує функцію відображення бажаного результату діяльності. Вона реалізується в майбутньому, проте не виникає спонтанно, а досягається через цілеспрямовану діяльність суб'єкта.

На відміну від ідеалу, ціль завжди опосередкована об'єктивними можливостями суб'єкта діяльності. Досягнення цілі розгортається в часі й полягає в перетворенні ідеалізованих характеристик цільового образу на конкретний, реальний результат. Під реальністю розуміють не лише матеріальну форму створених об'єктів, а і їхню функціональну придатність та здатність задовольняти певні потреби, що, власне, і сприяє досягненню цілі.

Відсутність ситуації вибору, за якої існує ціль, робить поняття цілі умовним, оскільки результат діяльності стає заздалегідь передвизначеним. Цільові орієнтації людини є відображенням її поглядів на світ, а їхній характер базується на можливостях інтелектуальних, емоційних та фізичних зусиль, які необхідно докласти для досягнення бажаного результату [16]. Особистість ставить перед собою цілі на основі потреб, інтересів або усвідомлення завдань, що висуваються іншими людьми в силу соціальних зв'язків і залежностей. Вони можуть бути віддаленими або близькими, ідеальними або реальними, ситуативними, суспільно значущими або шкідливими, альтруїстичними або егоїстичними. За типом їх також поділяють на оперативні, що відображають поточні буденні завдання; тактичні, які конкретизують цінності й визначають проміжні напрями діяльності та стратегічні, що формують довгострокову життєву перспективу та визначають загальний напрям розвитку особистості.

Ціль не існує поза системою критеріїв її досягнення. Для простих завдань ці критерії часто зливаються у єдине ціле, тоді як у складних випадках виступають як окремі, взаємопов'язані елементи. Властивості цілей, як-от глибина, узгодженість, пластичність і коректність, відображають особливості формування особистості, її здатність адаптуватися, синтезувати інформацію і коригувати дії залежно від обставин.

Глибина визначає вплив цілей на різні сфери життя і є характерною для стратегічних цілей. Пластичність характеризує динамічну природу цілей і їхню здатність трансформуватися у відповідь на зміни внутрішніх потреб і зовнішніх обставин, забезпечуючи адаптивність і гнучкість поведінки. Узгодженість проявляється у взаємній інтеграції цілей, мінімізуючи конфлікти і забезпечуючи цілісність життєвої стратегії. Коректність є критерієм відповідності цілей різних рівнів соціальним, етичним нормам і власним цінностям особистості, що гарантує моральну та практичну доцільність вибраного курсу дій. Реалістичність постановленої цілі значною мірою залежить від усвідомлення суб'єктом власних ресурсів і можливостей.

Досягнення поставленої цілі не є одномоментним актом, а являє собою більш-менш тривалий,

послідовний процес, що розгортається в часі. Ціль постає не як статичний орієнтир, а як динамічна структура, яка розщеплюється на систему конкретизованих, взаємопов'язаних завдань. Кожне з них реалізується через послідовне виконання окремих дій, які в сукупності формують шлях до результату.

У прикладній площині, зокрема у спорті, виділяють три основні типи цілей – надійну, реалістичну та проривну.

Надійна ціль виконує функцію стабілізуючого орієнтира: вона зазвичай досяжна й не викликає сумнівів у можливості її реалізації. Проте саме через свою передбачуваність така ціль може втрачати мотиваційний потенціал і стати певною психологічною межею, яка обмежує прагнення до подальшого розвитку.

Реалістична ціль ґрунтується на об'єктивному аналізі вже досягнутого рівня і враховує поточні можливості суб'єкта. Вона потребує мобілізації зусиль, але за достатнього рівня підготовки її досягнення є цілком імовірним. Такий тип цілей сприяє підтриманню внутрішнього балансу між амбіцією та реальністю, стимулює систематичне зростання.

Проривна ціль, зі свого боку, є найвищим рівнем цілепокладання. Вона передбачає вихід за межі звичних можливостей, подолання внутрішніх і зовнішніх бар'єрів, активізацію вольових, когнітивних і емоційних ресурсів. Досягнення прориву цілі зазвичай потребує часу, глибокої мотивації та здатності до самотрансценденції. У її структурі умовно виділяють кілька послідовних етапів, що відображають внутрішній психологічний процес: 1) порив – початковий імпульс, пов'язаний із вірою в наявність потенціалу та можливостей для досягнення якісно нового рівня; 2) розрахунок – раціоналізація пориву, що супроводжується внутрішньою впевненістю, емоційною врівноваженістю та прорахунком ресурсів; 3) воля – мобілізація зусиль, концентрація уваги, психологічна зібраність і спрямованість на подолання труднощів; прорив – момент реалізації цілі, коли суб'єкт виходить на новий щабель майстерності або особистісного зростання.

Різні цілі потребують для реалізації певних затрат, які не завжди розподіляються рівномірно. Водночас кожна нова ціль, що асимілюється й реалізується людиною, призводить до змін у її мотиваційній сфері, створюючи умови для постановки нових досягнень вищого рівня.

У науковому дискурсі поняття «ціль» розглядається в контексті цілепокладання як багатовимірного, динамічного процесу, що виходить за межі простого окреслення напряму діяльності та передбачає рефлексію, гнучкість і глибоке саморозуміння [2]. Цей процес поєднує раціональні компоненти з ірраціональними – зокрема, інтуїтивними, емоційними та підсвідомими проявами, що підкреслює його складність.

Цілепокладання є основою організації будь-якої діяльності та являє собою процес створення системи цілей і їх взаємної координації. Воно реалізує зворотній зв'язок між компонентами: «ціль – засоби – результат». При цьому слід зауважити, що, незважаючи на визнання цілепокладання конститутивною ознакою людської діяльності, роль окремих компонентів у системі психічної регуляції цієї діяльності все ще перебуває на стадії розробки. Беззаперечним є той факт, що діяльність, позбавлена смислу, є непродуктивною і безглуздою. Суб'єкт, який не може самостійно ставити власні цілі, може керуватися лише зовнішніми впливами. У разі потреби в самостійних діях діяльність такого суб'єкта стає хаотичною, а її наслідки можуть призводити до втрат як ресурсів, так і часу.

Цілепокладання виступає своєрідним творчим початком діяльності, при цьому рівень творчості залежить від ієрархічного рівня цілі. На оперативному й тактичному рівнях процес цілепокладання більшою мірою базується на аналітичному мисленні, логіці та системному підході, що дає змогу чітко визначити короткострокові й середньострокові завдання. Натомість на стратегічному рівні цей процес набуває рис творчості та синтетичного мислення, оскільки потребує інтеграції різноманітних знань, інноваційного підходу та прогнозування майбутніх тенденцій.

Цілепокладання формується в процесі взаємодії суб'єкта із соціальною дійсністю, виходячи з якої виробляється програма досягнення кінцевого результату відповідно до уявлень про власні можливості.

Реалізація процесу цілепокладання передбачає проходження низки послідовних етапів. На основі аналізу наукових джерел можна виокремити такі складові елементи цього процесу: усвідомлення цілі, що передбачає формування уявлення про бажаний результат і оцінку реалістичності його досягнення; прийняття цілі, яке полягає у трансформації зовнішньої вимоги в особистісно значущу мотивацію; формулювання цілі на попередньому та остаточному рівні; корекція поставлених цілей відповідно до перебігу діяльності; а також визначення проміжних завдань, необхідних для поступового просування до кінцевого результату [1].

Організація цілепокладання передбачає розмежування ідеальної та реальної цілі. Відстань між ними може бути різною. Ступінь реальності визначається успіхом у досягненні цілі. Ціль може бути недосяжною, якщо суб'єкт після тривалих невдач постійно знижує свої претензії, і, навпаки, реальна ціль піднімається до рівня ідеальної, якщо успіхи забезпечують можливість її досягнення.

У науковій літературі прийнято виокремлювати кілька рівнів цілепокладання. Інтуїтивний рівень передбачає, що цілепокладання здійснюються переважно на основі інтуїції, досвіду й імпульсивних рішень, часто через метод проб і помилок. Цей рівень є початковим і характерним для ситуацій, у яких суб'єкт не володіє достатньо сформованими навичками планування або діє в умовах

високої невизначеності. Репродуктивний рівень реалізується через відтворення раніше засвоєних схем, шаблонів і зразків дії. На цьому рівні цілепокладання набуває формального характеру: суб'єкт орієнтується на інструкції, правила, нормативи, не виходячи за межі заданого алгоритму. Хоча такий рівень забезпечує функціональність, він не гарантує ефективного реагування на нові виклики чи нестандартні ситуації. Продуктивний рівень передбачає усвідомлений підхід до цілепокладання, де суб'єкт здатний аналізувати, синтезувати й адаптувати наявні знання та навички, приймаючи обґрунтовані рішення щодо цілей і способів їх досягнення. Тут уже спостерігається активна інтелектуальна робота, прогнозування наслідків, вибір найбільш раціональної стратегії дій.

Творчий рівень є найвищим і передбачає не лише усвідомленість, а й ініціативність, оригінальність та здатність до постановки нових цілей у нестандартних умовах. Особистість, яка діє на цьому рівні, не просто адаптується до обставин, а й активно трансформує їх, виступаючи джерелом інновацій та суб'єктом свого саморозвитку. У таких випадках цілепокладання є проявом не лише мислення, а й глибокої рефлексії, особистісної зрілості та творчого потенціалу.

За своєю внутрішньою організацією цілепокладання може бути тривалим або швидкоплинним. Його складність полягає у необхідності трансформації несвідомих бажань у чітко сформульовану ціль з одночасним усвідомленням ресурсів, потрібних для досягнення бажаного результату. Тривалість цього процесу обумовлена тим, що він не обмежується одноразовим вибором цілі, а є динамічним і може змінюватися під час діяльності через появу численних неузгоджених результатів.

На підставі теоретичного аналізу можна виділити три основні функції цілепокладання: регуляторну, проєктувальну та спонукальну. Так, регуляторна функція виявляється через процес постановки цілей і планування діяльності, при цьому ефективність регуляції залежить від відповідності між можливостями суб'єкта та вимогами, які ставить перед ним діяльність. Проєктувальна функція забезпечує здатність особистості до цілеспрямованого планування майбутнього, формуючи життєві орієнтири, визначаючи перспективи розвитку та даючи можливість зіставити рівень складності цілі з реалістичністю її досягнення. Спонукальна функція проявляється в автономності вибору цілей, наполегливості у їх реалізації та вольовій регуляції самого процесу цілепокладання.

Процес побудови реалістичних та деталізованих планів ґрунтується на здатності суб'єкта самостійно формулювати ціль, утримувати її у фокусі через вибір відповідних дій і визначення ключових умов для досягнення. Цілепокладання виступає фундаментальною характеристикою людини як суб'єкта діяльності, адже саме воно забезпечує цілеспрямованість, організованість і системність будь-якої активності. Цей процес визначає не лише загальну усвідомлену спрямованість діяльності, а й соціально-психологічні особливості функціонування особистості, зокрема її здатність здійснювати саморегуляцію, приймати рішення, прогнозувати наслідки дій і нести за них відповідальність. Як довільна активність, цілепокладання відображає здатність людини свідомо вибирати напрям свого розвитку, що робить його основним модусом буття в соціальному середовищі. Інакше кажучи, здатність до цілепокладання виступає не лише як інструмент організації діяльності, а і як складний психологічний феномен, що відображає рівень розвитку суб'єкта й інтегрує його когнітивні, афективні та конативні ресурси.

Під час вивчення здатності до цілепокладання більшість дослідників виділяють три його компоненти: інтелектуальний, особистісний і діяльнісний. Інтелектуальний компонент охоплює розумові дії з аналізу можливостей, прогнозування постановки цілей, створення образу бажаного результату, планування й оцінки рівня досягнень. Особистісний компонент пов'язаний із рисами особистості, які забезпечують її ефективність: впевненістю, відповідальністю, рівнем домагань, локусом контролю тощо. Діяльнісний компонент містить характеристики активності суб'єкта, його готовність, наполегливість і рішучість.

Розвиток здатності до цілепокладання забезпечується баченням перспектив і можливостей професійної самореалізації особистості і є основою її конкурентоспроможності.

**Висновки з проведеного дослідження.** Узагальнюючи результати теоретичного пошуку, можна стверджувати, що цілепокладання слід розглядати не лише як окрему метаінтелектуальну операцію, а і як динамічний процес, спрямований на досягнення конкретного результату в умовах змін. Процес цілепокладання має чітку структуру й охоплює кілька послідовних етапів – від формулювання цілі до її досягнення та подальшої корекції. Його ефективність залежить від ряду чинників, зокрема усвідомлення особистістю власних можливостей, соціального контексту, наявності внутрішньої мотивації, а також гнучкості, узгодженості й реалістичності поставлених завдань. Цілепокладання забезпечує не лише результативну діяльність у короткостроковій перспективі, а й формує стратегічну життєву орієнтацію, сприяє особистісному зростанню й адаптації в умовах змінного середовища.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Волянюк Н.Ю., Ложкін Г.В., Колосов А.Б., Андрійцев Б.В. Психологія наукової діяльності : монографія. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, Центр ДЗК, 2020. 352 с.

2. Копотун М.М. Розвинене цілепокладання як умова ефективного життєконструювання у сучасному світі. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2020. URL: https://greenlevel.org.ua/stattya/kopot-rozv/.

3. Рева М.М. Соціально-психологічні детермінанти життєвого цілепокладання особистості. *Психологія і особистість*. 2016. № 1. С. 207–216. https://doi.org/10.33989/2226-4078.2016.1.162594.

4. Старинська О.В. Основні психологічні підходи до вивчення феномена «інтелект»: теоретичний науковий дискурс. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. № 4. С. 9–14. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.4.2.

5. Швалб Ю.М. Психологічні механізми цілепокладання в учбовій діяльності : автореф. дис. … доктора психол. наук : спец. 19.00.07. Київ, 1997. 32 с.

6. Bursalı N., Oz H. The role of goal setting in metacognitive awareness as a self-regulatory behavior in foreign language learning. *International Journal of Progressive Education.* 2018. Vol. 14 (4). P. 97–114. URL: https://doi.org/10.29329/ijpe.2018.155.7.

7. Sáiz-Manzanares M.C., Montero-García E. Metacognition, self-regulation and assessment in problem-solving processes at university. *Journal of Further and Higher Education.* 2015. Vol. 39 (6). P. 803–818. https://doi.org/10.1080/0309877X.2014.895427.

8. Shraw G. Promoting general metacognitive awareness. *Instructional Science.* 1998. Vol. 26 (1–2). P. 113–125. https://doi.org/10.1023/A:1003044231033.

9. Sternberg R.J., Jarvin L., Grigorenko E.L. Meta-Intelligence: Understanding, Control, and Interactivity between Creative, Analytical, Practical, and Wisdom-Based Approaches in Problem Solving. *Journal of Intelligence.* 2021. Vol. 9 (2). Article 19. https://doi.org/10.3390/jintelligence9020019.

10. Tanner K.D. Promoting student metacognition. *CBE-Life Sciences Education.* 2012. Vol. 11 (2). P. 113–120. https://doi.org/10.1187/cbe.12-03-0033.

11. Vrugt A., Oort F.J. Metacognition, achievement goals, study strategies and academic achievement: Pathways to achievement. *Metacognition and Learning.* 2008. Vol. 3 (2). P. 123–146. https://doi.org/10.1007/s11409-008-9022-6.

*Стаття надійшла у редакцію: 25.09.2025*
*Стаття прийнята: 13.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ГОРДІСТЬ ЯК ЕМОЦІЯ ТА ОСОБИСТІСНА ВЛАСТИВІСТЬ: ІСТОРИЧНИЙ РАКУРС ТА АВТОРСЬКА МОДЕЛЬ

# PRIDE AS AN EMOTION AND PERSONALITY PROPERTY: HISTORICAL PERSPECTIVE AND AUTHOR'S MODEL

УДК 159.9:159.922(075.8)
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.16
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Ковальчук З.Я.**
д.психол.н., професор,
завідувач кафедри теоретичної психології
Інституту управління, психології та безпеки
Львівський державний університет внутрішніх справ
ORCID ID: 0000-0002-2355-2129

*У статті розглядається емоція гордості як емоція та особистісна властивість. На основі диференціальної теорії емоцій Ізарда гордість інтерпретується як складна похідна емоція, що формується на базі первинних емоцій (радості, інтересу, здивування) і когнітивної оцінки досягнень. Розкрито також різницю між здоровою гордістю і гординею як негативним емоційним проявом. Порівняння психологічного підходу Ізарда і культурно-психологічного аналізу Луїджі Дзоя демонструє багатовимірність феномена гордості. Узагальнено основні наукові підходи до вивчення емоції гордості на основі робіт Джонатана Тензі, Джонатана Трейсі та Річарда Робінса, які суттєво розширили розуміння цієї емоції як багатовимірного феномена з важливими соціальними і особистісними функціями. Автори підкреслюють двоякий характер гордості, виділяючи автентичну (конструктивну) та хибну (губристичну) форми, що відрізняються як за психологічними характеристиками, так і за впливом на міжособистісні стосунки. Історичний ракурс феномена гордості представлено також через внесок українських дослідників, які акцентують увагу на ролі гордості як емоційного ресурсу для формування позитивного «Я», мотивації самовдосконалення, підтримки самооцінки і соціальної інтеграції. Зокрема, аналізується ідея губристичної мотивації в спортивному контексті, що корелює з концепцією хибної гордості. Представлено авторське бачення емоції гордості як багатовимірного психологічного феномена, який має ключове значення для формування особистісної ідентичності, мотивації до саморозвитку та соціальної інтеграції. Гордість розглядається як свідомо орієнтована емоція, що виникає у відповідь на досягнення, які відповідають особистісним цінностям та соціальним стандартам або перевищують їх. Акцент робиться на її внутрішньо-мотиваційному аспекті та ролі у регуляції міжособистісних відносин. Інтегративна модель відображає складність і цілісність феномена, поєднуючи емоційні, когнітивні й мотиваційні компоненти, і слугує теоретичною основою для подальших досліджень та практичного використання в психології розвитку особистості, управлінні та освіті.*
**Ключові слова:** *гордість, емоція, почуття, особистісна властивість, авторська модель.*

*The article examines the emotion of pride as an emotion and a personal trait. Based on Izard's differential theory of emotions, pride is interpreted as a complex derived emotion formed on the basis of primary emotions (joy, interest, surprise) and cognitive assessment of achievements. The difference between healthy pride and arrogance as a negative emotional manifestation is also revealed. A comparison of Izard's psychological approach and Luigi Zoi's cultural-psychological analysis demonstrates the multidimensionality of the pride phenomenon. The main scientific approaches to studying the emotion of pride are summarized based on the works of Jonathan Tenzie, Jonathan Tracy, and Richard Robbins, who significantly expanded the understanding of this emotion as a multidimensional phenomenon with important social and personal functions. The authors emphasize the dual nature of pride, highlighting authentic (constructive) and false (hubristic) forms, which differ both in psychological characteristics and in their impact on interpersonal relationships. The historical perspective of the pride phenomenon is also presented through the contribution of Ukrainian researchers, who focus on the role of pride as an emotional resource for the formation of a positive "I", motivation for self-improvement, support for self-esteem and social integration. In particular, the idea of hubristic motivation in a sports context is analyzed, which correlates with the concept of false pride. The author's vision of the emotion of pride as a multidimensional psychological phenomenon is presented, which is of key importance for the formation of personal identity, motivation for self-development and social integration. Pride is considered as a consciously oriented emotion that arises in response to achievements that meet or exceed personal values and social standards. The emphasis is on its intrinsic motivational aspect and role in the regulation of interpersonal relationships. The integrative model reflects the complexity and integrity of the phenomenon, combining emotional, cognitive and motivational components, and serves as a theoretical basis for further research and practical use in the psychology of personality development, management and education.*
**Key words:** *pride, emotion, feeling, personality trait, author's model.*

**Вступ.** Актуальність теми «Гордість як емоція та особистісна властивість: історичний ракурс та авторська модель» обумовлена зростаючим інтересом сучасної психології до вивчення складних емоційних феноменів, які відіграють ключову роль у формуванні особистості та соціальних взаємодій. Гордість як емоція має багатовимірний характер: вона виступає не лише як переживання, пов'язане з оцінкою власних досягнень, але й як стрижнева особистісна властивість, що визначає самоідентичність, мотивацію до самовдосконалення та здатність до саморефлексії. Упродовж історії наукові підходи до розуміння гордості трансформувалися від морально-філософських роздумів до емпіричних досліджень у галузі психології, що дає змогу усвідомити її глибокий вплив на внутрішній світ і поведінку людини.

Незважаючи на значну кількість теоретичних розробок, у сучасній психології досі існує потреба у цілісній системній моделі, яка б інтегрувала емоційну, мотиваційну та когнітивну складові частини гордості, враховувала її динамічний характер та взаємозв'язок з іншими психічними процесами. Авторська модель, запропонована в цій роботі, спрямована на заповнення цієї прогалини, поєднуючи історичний аналіз із сучасними феноменологічними підходами. Вона відкриває нові перспективи для глибинного розуміння гордості як емоційного ресурсу, здатного підтримувати психологічну стійкість, самоцінність і розвиток особистості в контексті інтегративної системної феноменології. Таким чином, дослідження має не лише теоретичне, але й прикладне значення для психологічної науки і практики.

**Метою статті** є всебічне теоретичне дослідження феномена гордості шляхом аналізу його історичних, психологічних та феноменологічних аспектів, а також розроблення цілісної інтегративної моделі гордості як емоційного ресурсу, що відіграє ключову роль у формуванні особистості, підтримці психологічної стійкості та мотивації до саморозвитку. Стаття має на меті поєднати традиційні уявлення із сучасними підходами, забезпечити глибоке розуміння природи гордості та її значення в особистісному та соціальному контекстах, а також створити теоретичну основу для подальших емпіричних досліджень і практичних застосувань у психології.

**Матеріали і методи.** Теоретико-методологічною основою статті є міждисциплінарний підхід, що поєднує психологічні, філософські та феноменологічні концепції емоцій та особистості. Основу становлять класичні та сучасні теорії емоцій, зокрема роботи Керола Ізарда, Джонатана Тензі, Трейсі і Робінса, які розкривають структуру і функції гордості як емоції. Важливим компонентом є історичний аналіз уявлень про гордість у філософії та психології, що дає змогу простежити її трансформацію як психологічного феномена. Методологічно стаття спирається на феноменологічний підхід, інтегративну системну феноменологію, що дає змогу розглядати гордість як цілісне явище, яке включає емоційний, когнітивний і тілесний досвід. Крім того, використовуються якісні методи аналізу, що сприяють глибокому розумінню індивідуального досвіду гордості як особистісного ресурсу.

**Результати.** Керрол Елліс Ізард (Carroll E. Izard, 1923–2017) – американський психолог, один з провідних дослідників емоцій у XX столітті, творець Диференціальної теорії емоцій (Differential Emotions Theory, DET). Його науковий внесок суттєво вплинув на розуміння природи емоцій, їхньої ролі в розвитку особистості та міжособистісній взаємодії [9].

Формування теорії Керрола Ізарда було зумовлене поєднанням кількох чинників, як-от військовий досвід, вплив теорій Томкінса, глибокі спостереження за дитячим емоційним розвитком, а також прагнення знайти біологічне підґрунтя емоцій. Його диференціальна теорія не лише розширила уявлення про базові емоції, але й започаткувала нову гілку досліджень у психології – науку про емоції (affective science).

У теорії диференційованих емоцій (Differential Emotions Theory, DET), розробленій Керролом Ізардом (Carroll E. Izard), емоція гордості не належить до базових або первинних емоцій, які, за Ізардом, є вродженими, універсальними та еволюційно обумовленими. До таких базових емоцій він відносив інтерес, радість, здивування, горе, гнів, відразу, презирство, страх, сором і провину [9].

Гордість, на думку Ізарда, належить до складних або похідних емоцій, які формуються на основі взаємодії базових емоцій і когнітивного розвитку особистості. Вона виникає тоді, коли індивід усвідомлює, що його дії або досягнення відповідають позитивним соціальним або внутрішнім стандартам. Ізард наголошував на тому, що така емоція розвивається в процесі соціалізації та становлення «Я-концепції», коли людина починає відчувати себе автором успіху чи досягнення.

У контексті його теорії гордість може бути комбінацією радості, інтересу та усвідомленої оцінки власної поведінки, яка сприймається як успішна чи цінна. Також вона пов'язана з розвитком самоусвідомлення, тому з'являється пізніше в онтогенезі, ніж базові емоції.

На основі теорії диференційованих емоцій Керролла Ізарда емоція гордості не входить до числа базових емоцій, але може формуватись як похідна (комплексна) емоція, що виникає в результаті інтеграції декількох базових емоцій і когнітивних процесів.

Модель формування емоції гордості (за Ізардом) така [9].

1. Базові емоції як основа. Ізард вважає, що всі емоції формуються на основі 10 базових емоцій: інтерес, радість, здивування, горе, гнів, огида, зневага, страх, сором, провина. Гордості серед них немає, але вона може виникати внаслідок їх поєднань. Зокрема, гордість формується на основі:

– радості (емоційний компонент задоволення);

– інтересу (мотиваційний компонент залученості);

– сюрпризу/здивування (активаційний компонент неочікуваного досягнення);

– зменшеного сорому / провини (усвідомлення власної цінності без самозаперечення).

2. Когнітивна оцінка. Ізард наголошує на тому, що емоції завжди мають когнітивну складову частину. Гордості передують:

– усвідомлення власного досягнення або значущого вчинку;

– порівняння із соціальними нормами, очікуваннями чи попередніми зусиллями;

– самооцінка результату як позитивного й вартісного.

3. Інтеграція у складну емоцію. Коли базові емоції радості та інтересу, підсилені когнітивною

оцінкою досягнення, інтегруються, утворюється складна емоція гордості. За Ізардом, комплексні емоції – це результат емоційного досвіду, навчання й соціалізації.

4. Вираження та регуляція. Емоція гордості регулюється культурними нормами та індивідуальними установками. Її вираження – стримане чи демонстративне – залежить від досвіду, виховання та контексту.

Можна узагальнити модель у вигляді такої послідовності [9]:

Інтерес + Радість + Когнітивна оцінка досягнення + Зменшення сорому → Емоція гордості.

Таким чином, у теорії Ізарда гордість не є вродженою базовою емоцією, а створюється як адаптивна відповідь на усвідомлене досягнення, інтегруючи первинні емоції з мисленням і досвідом.

Щодо гордині (pride або hubris/prideful arrogance) можна сказати таке.

Гординя як варіація гордості. Ізард розрізняє здорову гордість, яка має адаптивний характер (позитивне самосприйняття, відчуття досягнень), і гординю, яка несе в собі негативне емоційне забарвлення та може супроводжуватись зневагою до інших.

Гординя пов'язана з міжособистісним контекстом. За Ізардом, гординя може виникати як поєднання радості (через досягнення) зі зневагою або відразою (до інших), що проявляється у відчутті зверхності, винятковості, а іноді – приниженні інших.

Психологічна динаміка гордині. Вона часто є захисною реакцією особистості, що маскує невпевненість або потребу у визнанні. Гординя має менш адаптивний характер, ніж здорова гордість, і може ускладнювати соціальні стосунки.

Прояв у міміці й поведінці. Ізард також наголошує на тому, що такі емоції, як гордість і гординя, мають виразні мімічні та поведінкові компоненти, які можуть бути розпізнані іншими і відіграють роль у регуляції соціальної взаємодії.

Таким чином, Ізард розглядає гординю як соціально обумовлену емоцію, яка є частиною складної палітри емоційної поведінки людини й формується у взаємодії з власною самооцінкою, цінностями та міжособистісним контекстом.

Погляди Керрола Ізарда та Луїджі Дзоя на гордість відрізняються як за теоретичними засадами, так і за акцентами в розумінні природи цієї емоції.

1) Керрол Ізард – емпірично-психологічний підхід.

Ізард, як представник експериментальної психології, розглядав емоції через призму нейропсихологічних та поведінкових механізмів. У його теорії диференційованих емоцій гордість не належить до базових емоцій, а формується як вторинна або складна емоція, що виникає внаслідок розвитку свідомості, самоусвідомлення та соціального досвіду. Вона пов'язана з оцінкою власних досягнень і включає елементи радості, інтересу та самооцінки. Ізард розглядає гордість як адаптивну емоцію, яка сприяє формуванню позитивного «Я», мотивації досягнення та самореалізації.

2) Луїджі Дзоя – психоаналітико-культурологічний підхід.

Натомість Луїджі Дзоя, італійський юнгіанський аналітик і культурний критик, розглядає гордість крізь призму архетипів, символів і культурних наративів. У його працях (зокрема, у книзі «Гординя: Спокуса індивідуальності») гордість є амбівалентною силою: з одного боку, вона може бути рушієм індивідуалізації та відстоювання гідності, а з іншого – несе загрозу самозвеличення, ізоляції та втрати зв'язку з колективним. Дзоя акцентує на морально-екзистенційному аспекті гордості, наближаючи її до «гордині» в християнсько-західній традиції, що трактується як гріх або психологічна пастка [2].

Отже, Ізард прагне описати гордість як емоційний феномен у межах психології розвитку, тоді як Дзоя досліджує її як складне культурно-психологічне явище з потенційною небезпекою для цілісності особистості.

Роботи Джонатана Тензі, а також Джонатана Трейсі та Річарда Робінса посідають вагоме місце в сучасній психології емоцій, зокрема у вивченні природи та функцій емоції гордості. Вони суттєво розширили розуміння гордості, розглядаючи її не лише як пасивне переживання, але й як складний багатовимірний феномен із важливими соціальними та особистісними функціями [11–15].

Джонатан Тензі зосереджувався на когнітивних аспектах емоцій, розглядаючи гордість як емоцію самосвідомості, що виникає внаслідок оцінки власних досягнень, здатностей або соціального статусу. Він наголошував на тому, що гордість має двоякий характер: з одного боку, вона стимулює прагнення досягати більшого, мотивує до самовдосконалення, а з іншого – може переходити у надмірну самовпевненість або навіть гординю, що негативно впливає на міжособистісні стосунки [12].

Джонатан Трейсі і Річард Робінс здійснили значний внесок у емпіричне вивчення гордості, виділяючи в ній дві ключові форми – автентичну (authentic) та хибну, або горду, (hubristic) гордість. Вони описали автентичну гордість як конструктивну, пов'язану з реальними досягненнями, почуттям власної гідності, впевненості та внутрішньої задоволеності. Ця форма гордості сприяє позитивній саморегуляції, зміцнює соціальні зв'язки і підтримує здорове самовідчуття. Натомість хибна гордість пов'язана з нарцисизмом, самовиправданням і потребою у зовнішньому схваленні, часто виражається у зарозумілості та зверхності, що може призводити до конфліктів і соціальної ізоляції [13].

Трейсі і Робінс також детально описали мімічні, тілесні та поведінкові маркери цих двох типів гордості, а їхні дослідження підкреслюють важливість розмежування цих форм для розуміння емоційної регуляції і розвитку особистості. Загалом внесок цих авторів сприяє глибшому розумінню гордості

як багатогранного емоційного ресурсу, що може виступати як фактор особистісного розвитку або ж викликати труднощі у міжособистісних стосунках залежно від своєї форми [14].

Цікавими також є погляди на гордість інших вчених. Гордість стала предметом дослідження K. Fischer, P. Shaver, P. Carnochan (1990) у праці *"How emotions develop and how they organize development"*. Ця праця розглядає розвиток емоцій у контексті загального психологічного та когнітивного розвитку дитини. Автори наголошують на тому, що емоції самосвідомості (зокрема, сором і гордість) виникають після формування у дитини здатності до самооцінки, усвідомлення соціальних норм і наявності уявлення про власне «Я». Емоції відіграють організуючу функцію в розвитку особистості, формуючи зв'язки між пізнанням, мотивацією та поведінкою. Сором і гордість розглядаються як соціально вбудовані, тобто залежні від взаємодії з оточенням і значущими іншими. Автори також запропонували ієрархічну модель розвитку емоцій, де базові емоції з часом доповнюються складнішими афективними структурами [8].

Дослідниця J. Tangney у роботі *"The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment and pride"* (1999) розглядає гордість у контексті самосвідомих емоцій, які виникають на основі усвідомлення власного «Я» у моральних і соціальних контекстах. Авторка підкреслює, що гордість, як і сором, вина та збентеження, вимагає розвиненого самоконцепту та здатності до рефлексії щодо себе. Вона відбувається у відповідь на оцінку власних дій або досягнень, які відповідають особистим чи соціальним стандартам. Tangney акцентує увагу на важливому розмежуванні між «аутентичною гордістю» і «гординею» (що пізніше стало більш чітко розробленим у роботах Tracy і Robins). Аутентична гордість, за Tangney, пов'язана з конкретними досягненнями, самоповагою та позитивним соціальним функціонуванням, тоді як гординя (як форма надмірної самозакоханості) має зв'язок з егоцентризмом, агресією та знеціненням інших.

У розділі також обговорюються відмінності між гордістю та іншими самосвідомими емоціями, як-от вина й сором. Гордості притаманна фокусованість на «Я-досягненнях», тоді як вина і сором – це реакції на моральні чи соціальні помилки.

Таким чином, J. Tangney подає гордість як важливу емоцію саморегуляції, що підсилює самооцінку та соціальні зв'язки, коли вона є помірною та виправданою, і водночас застерігає від її нарцисичного перекручення, яке веде до негативних соціальних наслідків.

У статті J. Tracy та R. Robins (2004) *"Show your pride: Evidence for a discrete emotion expression"* подано експериментальні докази того, що гордість є базовою, окремою (discrete) емоцією, яка має унікальну, розпізнавану експресивну форму, подібно до таких основних емоцій, як радість чи страх. Автори ставили за мету з'ясувати, чи має гордість характерну міміко-постуральну експресію, яку незалежні спостерігачі можуть надійно розпізнати навіть без контексту. У серії експериментів вони виявили, що експресія гордості включає підняте підборіддя, розправлені плечі, випрямлену поставу, часто руки на стегнах або підняті вгору, легку усмішку. Незалежні учасники експерименту з легкістю ідентифікували цю експресію як прояв гордості, навіть якщо вони не були попередньо навчені або знайомі з терміном [13].

Ця експресія гордості універсальна: схожа в різних культурах, зокрема в групах, які не піддавалися західному культурному впливу (наприклад, у дослідженнях з ізольованими громадами в Папуа-Новій Гвінеї, які автори проводили пізніше). На основі отриманих результатів автори аргументують, що гордість відповідає критеріям базової емоції, запропонованим П. Екманом та К. Ізардом: вона має окрему експресію, пізнається міжособистісно і, ймовірно, має еволюційну функцію у формуванні статусу в соціальній групі.

Отже, гордість, за J. Tracy та R. Robins, – це не просто соціально сконструйоване почуття, а фундаментальна емоція з характерною експресією, яка виконує адаптивну соціальну функцію, сигналізуючи про досягнення, компетентність і високий статус. Це має велике значення для розуміння ролі емоцій у самопрезентації, мотивації та міжособистісній поведінці.

У своїх пізніших дослідженнях, зокрема у статті *"The Psychological Structure of Pride: A Tale of Two Facets"* (Tracy & Robins, 2007), J. Tracy та R. Robins запропонували концептуальне розмежування емоції гордості на дві відносно незалежні форми – автентичну та хубристичну. Автентична гордість, на їхню думку, ґрунтується на об'єктивних досягненнях, компетентності та почутті власної ефективності. Вона сприяє розвитку здорової самооцінки, формує мотивацію досягнення та зміцнює соціальні зв'язки через повагу й визнання. Хубристична гордість, натомість, характеризується зарозумілістю, егоцентричністю та прагненням до домінування, часто незалежно від реальних заслуг. Автори показали, що перша форма корелює з особистісними якостями, пов'язаними з престижем та конструктивною соціальною поведінкою, тоді як друга – з нарцисизмом, низьким рівнем емпатії та схильністю до конфліктів [14].

Подальші емпіричні роботи, зокрема дослідження Cheng та колег (2010), підтвердили культурну універсальність цієї двофасетної структури. Було встановлено, що автентична гордість асоціюється з моделлю «престижу», яка передбачає досягнення високого статусу шляхом демонстрації компетентності та моральної доброчесності, тоді як губристична гордість тяжіє до стратегії «домінування», заснованої на силовому тиску та викликанні страху. Таким чином, концепція Cheng, Трейсі та Робінса не лише уточнює психологічну природу гордості, але й вказує на її подвійну роль у соціальній динаміці – як адаптивного ресурсу, що сприяє розвитку особистості та колективу, і як

потенційного джерела міжособистісної напруги та конфліктів [15].

У науковій праці J. Tracy, A. Shariff, J. Cheng *"A naturalist's view of pride"* (2010) представлено еволюційний і функціональний підхід до розуміння емоції гордості як ключового елементу соціальної регуляції та ієрархічної поведінки.

Автори стверджують, що гордість є універсальною емоцією, яка виникла в процесі еволюції як адаптивний механізм, що сприяє соціальному статусу, кооперації та впливу в групі. Вони підтримують і розвивають поділ гордості на дві форми – аутентичну гордість і гординю (hubristic pride), підкреслюючи, що кожна з них має свої еволюційні функції [15].

Аутентична гордість, на їхню думку, сприяє завоюванню статусу через заслуги, працьовитість і визнання, формує просоціальну поведінку та довіру з боку інших. Натомість гординя пов'язана з домінуванням, демонстрацією сили й емоціями страху з боку інших: вона слугує альтернативним способом отримання влади, менш стабільним і менш прийнятним у сучасному соціумі.

У цій праці також подано аргументи на користь універсальності вираження гордості, зокрема міміки, пози тіла та невербальних сигналів, які спостерігаються в різних культурах, навіть у сліпих від народження людей. Загалом автори інтерпретують гордість як центральну соціальну емоцію, що регулює статус, вплив і відносини в суспільстві, а її двофасетна структура має адаптивне значення для виживання і розвитку людських спільнот.

Українські вчені також досліджували емоцію гордості. Так, Л. Величко (2015) розглядає гордість як одну з ключових самосвідомих емоцій, що має емоційно-мотиваційний характер і суттєво впливає на психологічний розвиток особистості. Гордість у її трактуванні виступає як емоція, що підсилює мотивацію до самовдосконалення, формує відчуття власної гідності та є фундаментом для розвитку позитивного «Я». Підкреслюється важливість балансу між конструктивною гордістю та її потенційною деструктивністю, коли вона може переходити у зарозумілість [1].

О. Черниш (2017) розглядає гордість як центральний компонент у формуванні позитивної ідентичності особистості. Авторка підкреслює, що гордість відіграє роль у зміцненні самосприйняття, підтримує самооцінку та сприяє усвідомленню власної цінності в соціальному контексті. Особливу увагу звернено на те, що гордість позитивно впливає на інтеграцію індивіда в суспільство і служить ресурсом для подолання труднощів [6].

В. Коваленко (2019) у своїй роботі досліджувану нами емоцію аналізує в контексті емоційної культури та компетентності у соціальній взаємодії. Автор розглядає гордість як емоцію, що має регулятивну функцію у міжособистісних стосунках, сприяє формуванню адекватної самооцінки і підтримці соціальної ролі. Важливим аспектом є те, що гордість пов'язана з умінням емоційно управляти собою, що підвищує психологічну компетентність індивіда [3].

І. Кондратюк (2016) інтерпретує гордість як феномен, тісно пов'язаний із системою особистісних цінностей і моральних орієнтацій. Автор виділяє гордість як емоцію, що виражає внутрішню узгодженість із власними цінностями, а також як чинник формування моральної самосвідомості. У його праці підкреслюється роль гордості у підтримці етичної поведінки та соціальної відповідальності [4].

Н. Савченко (2018) розглядає гордість через призму психологічних аспектів самосприйняття в професійному самовизначенні. Авторка акцентує на тому, що гордість виконує функцію внутрішньої мотивації до професійного зростання, підвищує впевненість у власних здібностях і стимулює розвиток професійної ідентичності. Водночас наголошується на необхідності усвідомленого керування цією емоцією для уникнення негативних проявів [5].

Навіть у напрямі спортивної психології існують подібні дослідження. У статті Omelianiuk та співавторів (2024) *"Research on hubristic motivation and juniors' self-efficacy in organizational contexts"* автори досліджують, як губристична мотивація (hubristic motivation), що складається з прагнення до досконалості ("desire for perfection") і прагнення до переваги ("desire for superiority"), впливає на самоефективність юніорів. Показано, що бажання вдосконалення більш характерне для командних видів спорту, що стимулює розвиток майстерності та ефективної взаємодії в групі. Натомість прагнення до переваги переважає серед індивідуальних спортсменів, де важливо порівняти себе з конкурентами. Обидва мотиви сильно впливають на самооцінку та впевненість у власних силах, складові частини самоефективності, що суттєво визначають результативність у спортивній діяльності. Цей нарис ідеально підходить для контексту гордості як мотивації: він підкреслює, що губристична мотивація може виступати як потужний драйвер особистісного розвитку, але її вплив залежить від умов середовища – командного чи індивідуального. Така динаміка чудово доповнює концепцію хибної гордості як мотивації через прагнення до досконалості чи визнання [10].

Усі ці джерела в сукупності дають комплексний погляд на гордість як емоцію, що має багатогранне значення: від мотивації і формування позитивного «Я» до соціальної інтеграції та моральної самосвідомості. Вони підкреслюють її як ресурс для особистісного і професійного розвитку, водночас застерігаючи про ризики її деструктивних проявів.

Проаналізувавши сучасні дослідження як закордонних, так і українських вчених, можемо сформулювати авторське бачення емоції гордості як *багатовимірного психологічного феномена, що відіграє ключову роль у формуванні особистісної ідентичності, мотивації до саморозвитку та соціальної інтеграції. Гордість ми розглядаємо*

*як самосвідомо орієнтовану емоцію, що виникає у відповідь на досягнення індивіда, які відповідають його особистісним цінностям та соціальним стандартам або перевищують їх. Вона має як внутрішньо-мотиваційний аспект, стимулюючи подальший професійний і особистісний розвиток, так і регулятивну функцію у міжособистісних відносинах, сприяючи формуванню конструктивного соціального іміджу та підтриманню позитивного психологічного клімату в колективі.*

*Водночас наша авторська позиція акцентує увагу на діалектиці гордості як ресурсу та потенційного ризику. Конструктивна гордість є фундаментом емоційної зрілості, сприяє адаптивній саморегуляції та формуванню партнерських стилів взаємодії, тоді як надмірна або викривлена гордість може трансформуватися в егоцентризм, зарозумілість і конфліктність. Таким чином, ефективне керування емоцією гордості передбачає розвиток емоційної компетентності, яка дає змогу усвідомлено підтримувати баланс між самоповагою та соціальною відповідальністю.*

Отже, на сучасному етапі гордість слід розглядати як складний інтегративний феномен, що об'єднує емоційні, когнітивні та мотиваційні компоненти і виступає важливим чинником особистісного розвитку, професійної самореалізації та побудови гармонійних міжособистісних стосунків у соціокультурному контексті.

На основі авторського бачення емоції гордості можна окреслити *інтегративну модель*, яка відображає її багатовимірний характер та ключові психологічні компоненти.

1. Початковий рівень – когнітивно-оцінний компонент. Гордість виникає як результат усвідомлення досягнень або успіхів, що відповідають особистим цінностям і соціальним нормам. Когнітивна оцінка власних дій або результатів є тригером емоції, що визначає її виникнення та інтенсивність.

2. Мотиваційний компонент. Гордість стимулює внутрішню мотивацію до подальшого саморозвитку, самовдосконалення і підтримки високих стандартів. Вона діє як ресурс, що підтримує прагнення досягати нових цілей, формуючи позитивний зворотний зв'язок між досягненнями і емоційним станом.

3. Емоційно-регулятивний компонент. Цей компонент забезпечує здатність керувати емоцією гордості, підтримуючи баланс між конструктивним відчуттям власної значущості і уникненням надмірного егоцентризму. Емоційна зрілість дає змогу інтегрувати гордість у систему саморегуляції, що підтримує стабільність особистості.

4. Соціально-комунікативний компонент. Гордість відіграє роль у формуванні соціального іміджу і встановленні позитивних міжособистісних взаємин. Вона сприяє створенню психологічно безпечного клімату, підвищенню рівня довіри і партнерства у колективі.

5. Діалектичний баланс ресурсності і ризику. Модель передбачає взаємодію двох полярних проявів гордості: конструктивної (ресурсної) і деструктивної (ризикованої). Збалансована гордість підтримує емоційну зрілість та адаптивність, тоді як надмірна гордість може призводити до конфліктності та соціальної ізоляції.

**Висновки.** Таким чином, запропонована модель відображає інтегративну природу емоції гордості як складної системи взаємодіючих компонентів, що забезпечують її функціонування в особистісному, мотиваційному та соціальному вимірах. Ця модель може слугувати основою для подальших досліджень і практичного застосування у сфері психології управління, освіти та розвитку особистості.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Величко Л. Емоційно-мотиваційні аспекти самосвідомих емоцій у процесі психологічного розвитку особистості. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2015. № 2 (34). С. 45–53.

2. Дзоя Луїджі. Історія гордині: психологія і межі розвитку / перекл. з іт. С. Сарвіра; за фах. ред. Д. Залеського. Львів: Астролябія, 2020. 384 с.

3. Коваленко В. Емоційна культура та компетентність у контексті соціальної взаємодії: психологічний аспект гордості. *Науковий вісник Львівського університету. Серія: Психологія.* 2019. Вип. 5. С. 112–120.

4. Кондратюк І. Гордість як феномен особистісних цінностей і моральних орієнтацій. *Етнопсихологія та психологія розвитку*. 2016. № 1 (11). С. 56–64.

5. Савченко Н. Психологічні аспекти самосприйняття у професійному самовизначенні: роль гордості. *Проблеми психології*. 2018. № 3 (47). С. 78–85.

6. Черниш О. Психологія самосприйняття: роль гордості у формуванні позитивної ідентичності. *Психологічний журнал*. 2017. № 4 (68). С. 23–31.

7. De Hooge I.E., Zeelenberg M., Breugelmans S.M. Restore and protect motivations following shame. Cognition & Emotion. 2010. Vol. 24, No. 1. P. 111–127.

8. Fischer K.W., Shaver P.R., Carnochan P. How emotions develop and how they organize development. Cognition and Emotion. 1990. Vol. 4, No. 2. P. 81–127.

9. Izard C.E. The psychology of emotions. New York: Plenum. 1991.

10. Research on hubristic motivation and juniors' self-efficacy in organizational contexts / S. Omelianiuk, I. Popovych, H. Domina, K. Sedykh, I. Hoian, Z. Kovalchuk, A. Petraniuk. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 24 (issue 7). Art 183. P. 1625–1635. July 2024. DOI: 10.7752/jpes.2024.07183.

11. Tangney J.P. The self-conscious emotions: Shame, guilt, embarrassment and pride. Handbook of

cognition and emotion / eds. T. Dalgleish, M.J. Power. Chichester: John Wiley & Sons, 1999. P. 541–568.

12. Tangney J.P., Dearing R.L. Shame and guilt. New York: Guilford Press, 2002. 256 p.

13. Tracy J.L., Robins R.W. Show your pride: Evidence for a discrete emotion expression. Psychological Science. 2004. Vol. 15, No. 3. P. 194–197.

14. Tracy J.L., Robins R.W. The psychological structure of pride: A tale of two facets. Journal of Personality and Social Psychology. 2007. Vol. 92, No. 3. P. 506–525.

15. Tracy J.L., Shariff A.F., Cheng J.T. A naturalist's view of pride. Emotion Review. 2010. Vol. 2, No. 2. P. 163–177.

*Стаття надійшла у редакцію: 21.09.2025*
*Стаття прийнята: 03.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПРОГРАМА СПРИЯННЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ ТА МОЛОДІ

# THE PROGRAM PROMOTING DEVELOPMENT OF ADOLESCENTS'AND YOUTH'S PERSONAL RESOURCES FOR PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

УДК 159.923.2
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.17
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Купрєєва О.І.**
д.психол.н., доцент,
провідний науковий співробітник лабораторії
психодіагностики та науково-психологічної інформації
Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України
ORCID ID: 0000-0002-5429-1427

*У статті обґрунтовано програму сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків і молоді (особистісно орієнтований тренінг). Мета програми – сприяти особистісній психологічній стійкості через запобігання втрати особистісних ресурсів підлітків і молоді в умовах війни й активацію та підтримання життєстійкості, ціннісно-смислових і мотиваційних ресурсів, ресурсів саморегуляції та активно-дієвих копінг-стратегій, в ситуації їх недостатності. Мета дослідження – розкрити зміст та особливості застосування програми. Кореляційним аналізам визначено взаємозв'язки між рівнем стресостійкості досліджуваної молоді та їх особистісними характеристиками – ціннісними орієнтаціями, базовими переконаннями, часовою перспективою, самоефективністю, копінг-стратегіями, самоприйняттям. На основі отриманих даних визначено мішені психологічного впливу, подано характеристику змістовних блоків програми та методичні рекомендації щодо її застосування. Програма сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості ґрунтується на положеннях: теорії збереження і використання ресурсів; життєстійкості особистості; терапії, орієнтованої на ресурси; позитивної психотерапії; салютогенезу особистості; BASICPh інтегративної моделі копінгу та резильєнтності. В основу програми покладено принципи: безпечного, підтримувального середовища; здоров'язбережувальний принцип; принцип прийняття та поваги відмінностей учасників групи; принцип цілісності; принцип комплексності та системності методів психологічного впливу та фасилітації; принцип цінності особистісних досягнень та досвіду учасників. Програма складається з трьох взаємопов'язаних блоків: Блок 1 – «Ресурси. Дорогоцінне каміння моїх ресурсів»; Блок 2 – «Життєстійкість та її ресурси»; Блок 3 – «Внутрішня стійкість в умовах невизначеності. Сім стовпів психологічної стійкості». Кожний змістовий блок містить 5 занять (усього 15 занять). Апробація програми показала її високу ефективність.*

**Ключові слова:** *стресостійкість, особистісні ресурси, збереження особистісних ресурсів, базові переконання, копінг-стратегії, ціннісні орієнтації, суб'єктивне сприйняття підтримки, самоефективність.*

*The article substantiates the program promoting development of adolescents' and youth's personal resources that support their psychological resilience (personally-oriented training). The program purpose is to promote personal psychological resilience by preventing losses of adolescents' and youth's personal resources during the war and by activating and maintaining their psychological hardiness, value-meaning and motivational resources, self-regulation resources and active-effective coping strategies when these resources are insufficient. The study purpose was to reveal the program content and features of its application. Methods: correlation analyses revealed correlations between stress resistance and some personal characteristics – value orientations, basic beliefs, time perspective, self-efficacy, coping strategies, self-acceptance. Based on the obtained data, we identified targets for psychological impact, described content of the program modules and gave methodological recommendations for its application. The program promoting development of personal resources that support psychological resilience is based on the theory of resource conservation and use; personality hardiness; resource-oriented therapy; positive psychotherapy; the BASICPh integrative model of coping and resilience. The program is based on the following principles: a safe, supportive environment; health preservation; acceptance and respect for differences among group members; integrity; comprehensive and systematic methods of psychological influence and facilitation; and the value of personal achievements and experience of participants.*
*The program consists of three interrelated blocks: Block 1 – "Resources. The precious stones of my resources"; Block 2 – "Resilience and its resources"; Block 3 – "Internal resilience in conditions of uncertainty. The seven pillars of psychological resilience." Each content block contains 5 lessons (15 lessons in total). The program testing showed its high effectiveness.*

**Key words:** *stress resistance, personality resources, preservation of personality resources, basic beliefs, coping strategies, value orientations, subjective perception of support, self-efficacy.*

**Вступ.** У сучасній психологічній науці особливого значення набувають питання сприяння відновленню й посиленню ресурсів адаптації та психологічної стійкості особистості, особливо в умовах воєнних конфліктів. Наслідки війни все більше торкаються мирного населення. Психологічна травма війни здатна руйнувати основи здоров'я та життєдіяльності людини. Особливо це стосується підлітків та молоді, які проживають на територіях бойових дій, бомбардувань, руйнування, постійних загроз для власного життя та життя рідних.

Підлітковий період та юність – це сенситивні періоди становлення особистості, тому травматичний досвід переживань і пролонгований стрес на цих етапах онтогенезу зумовлюють несприятливе підґрунтя для психосоціального розвитку та їх функціонування в дорослому віці. Потерпаючи від типових труднощів підліткового етапу розвитку особистості, організм під час воєнних конфліктів використовує режим «надзвичайної ситуації» як тимчасову захисну функцію. Найактуальнішою стає потреба виживання [8]. Підлітки частіше, ніж

діти включають аспекти травми у власне повсякденне життя. Для них є характерними прояви симптомів інтрузії та гіперзбудження, вони часто проявляють імпульсивну та агресивну поведінку [12; 14]. Наслідком пролонгованої травматизації може бути комплексний посттравматичний стресовий розлад, який включає порушення регуляції емоцій, порушення в структурі самості, самосприйняття, зміни когнітивної моделі світу, проблеми в стосунках [7].

Однак, як засвідчують наукові дослідження, не у всіх осіб підліткового та юнацького віку, які пережили однакові за об'єктивною складністю травматичні події, розвиваються симптоми посттравматичного стресового розладу. Психологічний стрес визначається як своєрідна форма відображення суб'єктом подій навколишньої дійсності, яка залежить не тільки від зовнішніх умов, а й від багатьох змінних: особистісних особливостей, будови нервової системи, від суб'єктивної оцінки загрози в певному контексті подій. Травматичні події, кризові ситуації можуть розгортатися у двох напрямах: деструктивному (порушення внутрішньої рівноваги, психічного та фізичного здоров'я, особистісної ідентичності, сталих стосунків із собою, іншими, оточенням, стабільності та відносної контрольованості власного життя) та конструктивному (осмислення себе, власних цінностей, сенсів, здібностей, внутрішніх ресурсів, сприйняття викликів як можливостей самоздійснення, саморозвитку та переходу на більш складний рівень функціонування). На думку дослідників саме когнітивно-емоційне оцінювання особистістю події як стресової є ключовим чинником розвитку психологічного стресу.

У гуманістичній психології, психології позитивного функціонування особистості, ресурс-орієнтованому підході в психологічному консультуванні та психотерапії, теорії збереження ресурсів (С. Хобфолл) фокус уваги спрямовано на виявлення тих особистісних властивостей-ресурсів, які дозволяють суб'єкту позитивно існувати – ефективно долати труднощі, відновлюватися після стресових ситуацій, досягати самореалізації, психологічного благополуччя та суб'єктивного задоволення від життя. У ролі таких базових особистісних характеристик різні науковці розглядають та описують конструкти: почуття когерентності (Antonovsky); життєстійкість (Мадді); резильєнтність (Bonnano); копінг-стратегії (Lazarus, Folkman); самоефективність (Bandura); базові переконання, цінності, смисли (Janoff-Bulman, Zabłocka-Żytka); оптимізм (Carver, Scheier); надію (Snyder); посттравматичне зростання (Tedeschi, Shakespeare-Finch, Taku, Calhoun, ) тощо.

Теоретико-емпіричні дослідження, здійснені вітчизняними науковцями, присвячені: ресурсності особистості, що допомагає людині долати стрес [6]; психологічним ресурсам як інтегральному показнику особистісної зрілості, що забезпечує автономність, відповідальність, свободу від зовнішніх впливів [5; 10]; системі індивідуальних властивостей особистості, які вона ефективно використовує для подолання складних життєвих ситуацій та які в динамічній взаємодії з іншими чинниками зумовлюють спрямованість саморозвитку [1]; дослідженню резильєнтності дітей, підлітків, студентської молоді та шляхи її підвищення під час війни [3; 4; 11; 13].

Для нашого дослідження важливим є погляд на ресурси С. Хобфолла (у контексті його теорії збереження ресурсів (COR)) як на цінності, котрі людина намагається придбати, зберегти, примножувати та накопичувати. На думку науковця, особистісні ресурси (персональні характеристики) є фундаментальними компонентами здатності людини до адаптації і відіграють ключову роль у подоланні гострого та хронічного стресу, підтриманні психологічного благополуччя [9]. У межах теорії збереження ресурсів (COR) особистісні ресурси відіграють важливе значення не лише в контексті подолання стресових ситуацій. Страх втратити ресурси є ключовим предиктором виникнення стресу та розвитку посттравматичного стресового розладу [9].

Тому для надання психологічної допомоги підліткам і молоді в сприянні формуванню ефективних, гнучких стилів реагування на масштабні виклики сьогодення необхідним є дослідження складників особистісних ресурсів стійкості. Саме особистісні ресурси мають бути першочерговими мішенями для психологічного впливу, що буде сприяти не лише успішному подоланню стресових подій, відновленню, а і посттравматичному зростанню.

**Мета статті** – розкрити зміст та особливості застосування програми сприяння збереження, актуалізації та підтримання особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків і молоді.

**Виклад основного матеріалу.** В емпіричному дослідженні психологічних ресурсів стійкості молоді взяло участь 225 респондентів віком від 16 до 21 року (з них учні старших класів – 32,7%; студенти – 67,3%; юнаки – 34,3%, дівчата – 65,6%). Середній вік досліджуваних – 18,5 років.

Нижче ми проаналізуємо результати, отримані за такими методиками: шкала стресостійкості Коннора – Девідсона (The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC-10) адаптована Н.В. Школіною, І.І. Шаповал, І.В. Орлова, І.О. Кедик & М.А. Станіславчук) – для вивчення рівня індивідуальної стресостійкості; опитувальник цінностей М. Рокича (RokeachValueS urvey – RVS), що дозволяє виділити життєві цінності, яким досліджувані надають перевагу та які можуть зумовлювати їх психологічну стійкість; шкала «Базові переконання особистості» «World Assumptions Scale» (R. Janoff-Bulman) – для визначення системи базових переконань молоді до світу, оточення, власного Я, контрольованості подій; «Опитувальник копінг-стратегій» (Folkman & Lazarus) для визначення стратегій подолання складних ситуацій;

шкала самоефективності Р. Шварцера, М. Єруслема (адаптована О. Кокун) для вивчення самоефективності як продуктивного процесу інтеграції когнітивних, соціальних та поведінкових компонентів для використання оптимальної стратегії в різноманітних ситуаціях; багатовимірна шкала сприйняття соціальної підтримки (Multidimensional Scale of Perceived Social Support, MSPSS) – досліджує суб'єктивне сприйняття підтримки з боку сім'ї, друзів та значущої людини. Оброблення отриманих емпіричних результатів здійснювалася за допомогою комп'ютерної програми для статистичного оброблення даних SPSS Statistics 21.0.

Із сукупності особистісних характеристик, що сприяють психологічній стійкості респондентів у ситуації війни (на основі кореляційного аналізу, з використанням коефіцієнту кореляції Спірмена), ми виділили змінні, які об'єднані сильним зв'язком з ключовою змінною – стресостійкістю. Дані наведено в таблиці 1.

Як бачимо, стресостійкості досліджуваних сприяють: цінності здоров'я, позитивні стосунки із друзями, впевненість у власних силах; здатність жити наповненим сьогоденням та проєктувати власне майбутнє; сприймати навколишній світ як такий, в якому є місце для власної реалізації. Позитивне ставлення, самоприйняття та самоефективність є значущими в ситуаціях гострої втрати ресурсів (війна) та зумовлюють здатність усвідомлювати свою роль у власному житті, співвідносяться із задоволеністю життям і почуттям підконтрольності власного життя, можливістю керувати подіями власного життя, визначати його цілі; здатність використовувати активні стратегії долаючої поведінки; підтримка сім'ї, друзів та значущих інших.

Отримані нами взаємозв'язки, на наш погляд, мають характер як взаємовпливу, так і однобічного впливу однієї зі змінних. Так, наприклад, цінності здоров'я, позитивних, підтримуючих міжособистісних стосунків, насиченість і наповненість життя можна вважати передумовою та ресурсом стресостійкості. А з іншого боку, достатній рівень стресостійкості зумовлює фізичне та психологічне здоров'я людини, її здатність підтримувати стосунки з друзями, бути впевненим у власних силах. Орієнтація на теперішнє (показник часової перспективи) нерозривно пов'язана з ідентичністю особистості, є важливою умовою відчуття повноти життя, наповнення його радістю, що також є ресурсом для стійкості.

З таблиці 1 бачимо й негативні взаємозв'язки показника «стресостійкість» з особистісними характеристиками, наприклад, із показником часової перспективи «позитивне минуле». Наявність у досвіді моделі «позитивного минулого» забезпечує підліткам та молоді їх зв'язок з культурою, родиною; сприяє формуванню особистісної ідентичності, стабільності, приналежності роду, позитивного самоставлення. Відсутність досвіду позитивного минулого, наявність негативного минулого, оцінка минулого відрізку життя як травматичного або недостатня здатність використовувати досвід минулого відрізку життя як корисний і дієвий може зумовлювати низький рівень стресостійкості. Наявність негативного взаємозв'язку з активним копінгом «пошук соціальної підтримки» у ситуації гострого стресу є значущим для особистості, оскільки інформаційна, емоційна, дієва підтримка можуть бути використані в плануванні подолання проблемних ситуацій, а її недостатність може також зумовлювати низький рівень психологічної стійкості. Цікавим є той факт, що занадто «нав'язлива», обтяжлива гіперопіка у вигляді соціальної підтримки або допомоги може гальмувати осо-

Таблиця 1

**Кореляційні зв'язки показника стресостійкість з особистісними характеристиками досліджуваних**

| Методики | Показники | Стресостійкість | |
|---|---|---|---|
| | | r | p |
| Ціннісні орієнтації | «здоров'я» | ,42 | ≤ 0,001 |
| | «наявність хороших та вірних друзів» | ,45 | ≤ 0,001 |
| | «впевненість у собі» | ,39 | ≤ 0,01 |
| Часова перспектива | «гедоністичне теперішнє» | ,52 | ≤ 0,05 |
| | «майбутнє» | ,57 | ≤ 0,01 |
| | «позитивне минуле» | -,52 | ≤ 0,01 |
| Базові переконання | «доброзичливість світу» | ,53 | ≤ 0,01 |
| | «цінність власного Я» | ,51 | ≤ 0,05 |
| | «самоконтроль» | ,57 | ≤ 0,001 |
| Копінг-стратегії | «конфронтаційний копінг» | ,49 | ≤ 0,01 |
| | «пошук соціальної підтримки» | –,58 | ≤ 0,05 |
| | «прийняття відповідальності» | ,54 | ≤ 0,01 |
| Суб'єктивне сприйняття соціальної підтримки | «особлива людина» | ,58 | ≤ 0,001 |
| | «сім'я» | ,59 | ≤ 0,001 |
| | «друзі» | ,55 | ≤ 0,001 |
| Самоефективність | «самоефективність» | ,55 | ≤ 0,01 |

бистісну активність і формувати залежний стиль поведінки.

Отже, позитивні взаємозв'язки, виявлені між більшістю особистісних характеристик та стресостійкістю, свідчать про те, що ці характеристики є внутрішніми ресурсами психологічної стійкості респондентів.

Отримані результати нашого емпіричного дослідження свідчать про необхідність застосування форм психологічної роботи, які би сприяли актуалізації, розвитку та підтриманню особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді.

Розроблена нами програма сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді – це особистісно орієнтований тренінг як система психологічних технологій та методів сприяння неперервному процесу особистісного зростання. Особистісно орієнтований тренінг спрямований на активацію внутрішніх ресурсів (особистісних характеристик), які зумовлюють психологічну стійкість, самоактивацію та самореалізацію потенційних можливостей та здібностей.

В основу особистісно орієнтованого тренінгу сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді покладено *положення*: позитивної психології та підходів до позитивного функціонування особистості (M. Seligman, M. Scikszentmihalyi); концепції салютогенезу (A. Antonovsky); концепції життєстійкості особистості (S. Maddi); теорії збереження та використання ресурсів (S. Hobfoll); терапії, орієнтованої на ресурси (J. Dust); позитивної психотерапії (Н. Пезешкіан); BASICPh інтегративної моделі копінгу та резильєнтності (Ayalon & Lahad).

*Мета програми* – сприяння особистісній психологічній стійкості через запобігання втрати особистісних ресурсів підлітків і молоді в умовах війни; активізація та підтримання внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості (життєстійкості, ціннісно-смислових і мотиваційних ресурсів, ресурсів саморегуляції й активно дієвих копінг-стратегій) у ситуації їх недостатності.

Завданнями програми є:

1. Активізація потреби підлітків та молоді в розвитку особистісних ресурсів, сильних здібностей, здібностей, які потребують розвитку, через механізми рефлексії, самопізнання, визнання та прийняття себе суб'єктом власного життя, діяльності та взаємодії з навколишнім світом;

2. Підтримка та стимулювання осмисленого та активного ставлення до власного життя, усвідомлення мотивів власної поведінки та діяльності, здатність до цілепокладання, конструктивної життєвої позиції, готовності управляти власним життєвим простором шляхом формування навичок самопідтримки, самодопомоги;

3. Формування життєстійкості підлітків і молоді через самоактивацію – особистісну та поведінкову активність, посилення суб'єктної позиції та особистісної автономії; сприяння розвитку навичок самодопомоги та саморегуляції емоційних станів; оцінювання власних можливостей та обмежень; усвідомлене ставлення до різноманітних життєвих ситуацій та почуттів, пов'язаних з ними;

4. Активізація розвитку індивідуального репертуару стратегій долаючої поведінки та стресостійкості особистості, сприяння розвитку нових когнітивних схем сприйняття навколишнім світу в нових реаліях;

5. Сприяння ефективній соціально-психологічній взаємодії підлітків та молоді через формування навичок спілкування, саморегуляції, прийняття та розуміння партнерів взаємодії, здатність установлювати, підтримувати та розширювати мережу соціальної взаємодії.

*Принципи* запровадження програми сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді [2]:

1. Принцип безпечного, підтримувального середовища передбачає створення фізичних і психологічних умов, які сприяють безпечній взаємодії учасників програми, їх саморозкриттю, згуртованості учасників групи, створенню атмосфери, що приймає та підтримує;

2. Здоров'язбережувальний принцип, який передбачає застосування в програмі екологічних прийомів, технологій, вправ та завдань, які потенційно можуть виконувати всі учасники тренінгу; ці прийоми сприяють укріпленню психічного та фізичного здоров'я учасників;

3. Принцип прийняття та поваги відмінностей учасників групи як невід'ємних характеристик особистості. Дотримання цього принципу створює можливості для визнання й прийняття різноманітності особистості;

4. Принцип цілісності – здійснюючи психологічний вплив на особистість, необхідно враховувати її цілісність й індивідуальні особливості; дотримання цього принципу створює можливості досягати системних змін особистості шляхом трансформації підсистем особистості;

5. Принцип комплексності та системності методів психологічного впливу та фасилітації. Використання цього принципу вказує на необхідність використання взаємопов'язаних і взаємодоповнювальних технік, методів, прийомів роботи для досягнення поставлених завдань;

6. Принцип цінності особистісних досягнень та досвіду учасників передбачає застосування вже наявних досягнень особистості, її сильних рис; переосмислення звичного способу дій, сформованих навичок та вмінь, здатність застосовувати їх на якісно нових рівнях, тобто розуміння нових можливостей їх застосування.

У програмі сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді ми використовували такі *методи та технології роботи*: методи позитивної психотерапії (зокрема, Модель Балансу), методи когнітивно-поведінкової терапії, тренінгові методи – групову дискусію, метод «Мозкового штурму», методи арт- та казко-

терапії, фасилітуючі інформаційні блоки, шерінг, методи ігрової психотерапії, методи інтегративної моделі копінгу та резильєнтності BASICPh [15], мефоричні карти.

Програма сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді складається з трьох взаємопов'язаних блоків. Кожний змістовий блок містить 5 занять (усього 15 занять), кожне тривалістю 1,30 хвилин.

У побудові занять блоків тренінгової програми ми дотримувалися певної структури [2].

Вступна частина заняття. Основні функції вступної частини: активуюча, мотиваційна, діагностична. У вступній частині заняття ми знайомили учасників із завданнями, цілями модуля, очікуваними результатами.

Основна частина заняття присвячена практичному відпрацюванню поданої інформації, зазначеної теми, формуванню навичок, умінь, які відображають зміст завдань модуля та заняття загалом. Основна частина заняття виконує корегувальну, активуючу та розвивальну функції завдяки роботі учасників тренінгу у внутрішньому та зовнішньому планах.

Заключна частина заняття. Присвячена підведенню підсумків, аналізу та вербалізації власних почуттів, емоцій, думок, поведінки учасниками. Важливим є активізація учасників до аналізу отриманого досвіду на занятті (модулі), готовність до застосування отриманого досвіду в повсякденному житті та діяльності.

Перейдемо до загальної характеристики змістових блоків програми сприяння розвитку внутрішніх ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді.

Блок 1. «Ресурси. Дорогоцінне каміння моїх ресурсів»

*Мета* – сприяння знайомству учасників з феноменом «ресурси»; з ресурсами, якими володіє кожний учасник, зокрема ресурсами психологічної стійкості: особистісними цінностями, переконанням, самопізнанням, саморозумінням, самоприйняттям, самоідентичністю, самоефективністю; підтримкою сім'ї, друзів, близької людини.

*Завдання блоку 1:*

– сприяти кращому усвідомленню образу власного Я через активацію особистісних ресурсів: самопізнання, прийняття себе; управління власною ідентичністю; самоефективності, самостійності;

– сприяти актуалізації внутрішніх ресурсів, які допомагають долати життєві труднощі, взаємодіяти з іншими, досягати балансу в чотирьох сферах життя: взаємодії із собою, у сфері діяльності, у сфері близьких стосунків із значущими іншими та сфері майбутнього;

– сприяти усвідомленню та підтриманню власних сильних здібностей, використовуючи які, учасник досягає емоційної стабільності, позитивних змін, успіху, стабільного образу власного Я, отримує прийняття, визнання під час взаємодії з іншими;

– сприяти усвідомленню того, як учасники витрачають енергію власного життя в чотирьох життєвих сферах та які особистісні ресурси вони для цього використовують;

– сприяти усвідомленню учасників, для чого потрібно розвивати внутрішні та зовнішні ресурси, як це покращить якість їхнього життя;

– сприяти прагненню до збереження оптимального функціонування (незважаючи на можливі обмеження в здоров'ї), розвивати віру у власні здібності через формування прийомів самопідкріплення, самопідтримки, самодопомоги.

Блок 2. «Життєстійкість та її ресурси»

*Мета* – сприяти формуванню життєстійкості (психологічної стійкості) як особистісної властивості, процесу та результату. Сприяти здатності протистояти складним життєвим обставинам, трансформуючи їх в ситуації осмисленого саморозвитку.

*Завдання блоку 2:*

– сприяти формуванню знань учасників про феномени «життєстійкість», «стресостійкість», «резильєнтність» як властивості особистості через розширення знань про себе, чинників, які сприяють збереженню, укріпленню психічного та фізичного здоров'я;

– сприяти розвитку стресостійкості й життєстійкості через активацію мотивів включеності у власне життя, розвиток позитивної самосвідомості (впевненості в собі, адекватної самооцінки), покращення психофізичного стану, емоційного самопочуття учасників засобами майндфулднес, дихальних вправ тощо;

– сприяти дослідженню власних потреб, почуттів та емоцій; формувати здатність диференціювати, називати та вербалізувати власні емоції та почуття; сприяти прийняттю потреби говорити про свої тривоги, страхи, агресію, гнів, тугу, смуток, горе;

– сприяти дослідженню та (за потреби) реконструкції психологічних установок учасників по відношенню до стресогенних факторів через формування механізмів трансформаційного копінгу зі складними життєвими ситуаціями;

– сприяти розвитку здатності позитивного мислення учасників через формування навичок аналізу складних життєвих ситуацій, реконструкції стресогенних обставин, готовності діяти та приймати ризики; через розвиток здатності використовувати власну систему базових переконань, цінностей як засіб подолання труднощів;

– сприяти інтеграції актуалізованих особистісних ресурсів життєстійкості в самоконцепцію турботи про себе, що буде сприяти укріпленню ідентичності та самоефективності.

Блок 3. «Внутрішня стійкість в умовах невизначеності. Сім стовпів психологічної стійкості».

*Мета* – сприяти розвитку самодетермінованої поведінки – власної ефективності, суб'єктності

через формування навичок саморегуляції особистості, самоефективності, самокерівництва, зміцнення соціальних зв'язків.

*Завдання блоку 3:*

– розвиток знань учасників про феномен стресу, психосоціальні стресори, прояви стресу та його функції;

– формування знань про сім основних ресурсних стовпів стійкості або резельєнтності;

– сприяти розвитку основних навичок емоційної регуляції; відкритості, креативності, розширення свідомості та сприйняття;

– сприяти формуванню здатності учасників вибудовувати цілі, усвідомлювати власні цінності, враховуючи власні сильні сторони, здібності, можливості та ресурси;

– сприяти розвитку здатності учасників самостійно формулювати цілі власного життя та діяльності, приймати рішення та ризики через підвищення усвідомленого ставлення до часу власного життя;

– сприяти формуванню навичок проєктування власного майбутнього через усвідомлення його єдності з минулим та теперішнім;

– сприяти розвитку здатності турботи про себе – власне психічне та фізичне здоров'я, відпочинок – через розвиток балансу між роботою, навчанням, власним життям, спілкуванням з іншими;

– сприяти здатності укріплювати впевненість у собі та у власних силах через усвідомлення власних досягнень, надмірної критики до себе, використання активних копінг-стратегій.

*Рекомендації щодо проведення* програми сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді. Програму можна застосовувати як в очному форматі, так і форматі онлайн. Кількісний склад групи у форматі очної взаємодії може становити не більше 12 учасників, а у форматі онлайн – 8–10 учасників. Формат малої групи є найбільш ефективною формою роботи (особливо онлайн), створює безпечне, комфортне середовище, сприяє відкритості та довірі учасників групи, забезпечує ефективну групову взаємодію, згуртованість, сприяє продуктивній діяльності учасників.

*Можливі труднощі, ризики під час проведення тренінгової програми:*

– Необхідно враховувати досвід реагування учасників групи на травматичні ситуації війни; важливо враховувати емоційний стан учасників, можливий знижений індивідуальний темп діяльності, працездатність, підвищену втомлюваність і виснажливість. Усе це зумовлює необхідність надання більше часу для виконання вправ та відпочинку;

– Тренінгові вправи, методи та технології мають бути потенційно доступними для виконання, передусім якщо програма застосовується у форматі онлайн;

– Робота в тренінговій програмі передбачає отримання та надання зворотного зв'язку учасниками. Підвищена емоційна вразливість, чутливість до ставлень інших притаманна учасникам підліткового віку, часто відсутність досвіду отримання підтримки, конструктивного зворотного зв'язку вимагає від психолога контролю дотримання правил взаємодії в тренінговій групі;

– Емоційна переповненість, яка характерна нині більшості підлітків і молоді, часто знаходить вихід саме в безпечній, відкритій груповій взаємодії. Важливо надати можливість говорити про свої почуття, переживання, злість та агресію й надавати емоційну підтримку учасникам тренінгової групи, бачити тих учасників, хто потребує особливої уваги;

– Психолог повинен пам'ятати про феномен психологічного опору до змін учасників групи та вміти його опрацьовувати. Оскільки в ситуації недостатності особистісних ресурсів дії учасників можуть бути спрямовані виключно на збереження наявного психологічного стану, несвідомо блокувати (проявляти опір) спроби інвестувати (розвивати) ресурси.

Програму сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості було реалізовано в межах супроводу навчання старшокласників та студентів. Частота проведення занять програми визначалася нами з огляду на формат тренінгу (очно чи онлайн) – один день на тиждень. Така частота проведення тренінгу дозволяє учасникам бути в повній мірі включеними в групову взаємодію, не обтяжує їх, а підтримує необхідний рівень психологічної активності, сприяє досягненню реалізації завдань програми.

**Висновки.** Результати емпіричного дослідження засвідчують, що важливим психологічним завданням є сприяння розвитку тих особистісних ресурсів, які детермінують психологічну стійкість підлітків та молоді: позитивне самоставлення і цінність власного Я, цінності осмисленого життя, здоров'я, самоефективність, базові переконання, здатність ефективно жити теперішнім і вибудовувати власне майбутнє; долати життєві виклики, приймаючи на себе відповідальність за власні рішення, підтримувати позитивні стосунки з оточенням, приймати та надавати соціальну допомогу.

Психологічна програма сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків і молоді – це особистісно орієнтований тренінг, метою якого є: сприяння особистісній психологічній стійкості через запобігання втрати особистісних ресурсів підлітків та молоді в умовах війни; активізація та підтримання внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості в ситуації їх недостатності. Програма сприяння розвитку особистісних ресурсів психологічної стійкості підлітків та молоді ґрунтується на положеннях теорії збереження ресурсів (Hobfoll); терапії, орієнтованої на ресурси (Dust); позитивної психотерапії (Н. Пезешкіан); BASICPh інтегративної моделі копінгу та резильєнтності (Ayalon & Lahad).

Програма складається з трьох логічно пов'язаних між собою блоків по п'ять занять у кожному блоці. Усього тривалість програми становить 20 годин.

Апробація програми показала її високу ефективність. Отже, під час наданнія психологічної допомоги підліткам та молоді особистісні ресурси – життєстійкість, ціннісно-смислові та мотиваційні ресурси, ресурси емоційної саморегуляції та активно дієві копінг-стратегії – мають бути першочерговими мішенями для психологічного впливу.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Купрєєва О.І. Сприяння самореалізації студентів з інвалідністю в інтегрованому освітньому середовищі: методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 73 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/742347

2. Купрєєва О.І. Психологічні основи самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі : монографія. Київ : Талком, 2021. 416 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/727960/

3. Лазорко О., Шевцова Т. Дослідження психоемоційних станів підлітків з різним рівнем резильєнтності в умовах війни. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 40. С. 87–103. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-laz.

4. Михайлішин У.Б., Сухан В.С., Анталовці О.В. Психологічний стан здобувачів вищої освіти в період воєнного стану. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія.* 2023. Вип. 2. С. 27–33/ https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.2.5.

5. Чиханцова О. Психологічні основи життєстійкості особистості: монографія. Київ : Талком, 2021. 319 с.

6. Штепа О.С. Аналіз та інтерпретація емпіричної багатофакторної моделі психологічної ресурсності особистості. URL: https://www.researchgate.net/publication/360166290_Analiz_ta_interpretacia_empiricnoi_bagatofaktornoi_modeli_psihologicnoi_resursnosti_osobistosti

7. Çekiç A. Psychological symptoms in children who are victims of war and migration: Comparison of Turkish and Syrian students. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives*. 2022. № 12. 1. P. 15–157. DOI:10.18844/gjgc.v12i1.7457.

8. Hazer, L., Gredebäck, G. The effects of war, displacement, and trauma on child development. *Humanit Soc Sci Commun,* 10, 909 (2023). https://doi.org/10.1057/s41599-023-02438-8.

9. Hobfoll S.E. Conservation of resource caravans and engaged settings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology.* 2011. *84*, 116–122. https://doi.org/10.1002/jcv2.12124.

10. Khoshaba D., Maddi S. Early antecedents of hardiness. *Consulting Psychology Journal.* 1999. 51(2). P. 106–117.

11. Kurapov A., Pavlenko V., Drozdov A., Bezliudna V., Reznik A., & Isralowitz R. Toward an understanding of the Russian-Ukrainian war impact on university students and personnel. *Journal of Loss and Trauma*. 2023. № 28(2). P. 167–174. https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2084838.

12. Scharpf F., Saupe L., Crombach A., Haer R., Ibrahim H., Neuner F., Peltonen K., Qouta S., Saile R., Hecker T. The network structure of posttraumatic stress symptoms in war-affected children and adolescents. *JCPP Advances* 3(1): e12124. 2023. DOI https://doi.org/10.1002/jcv2.12124.

13. Sodolevska V. Вплив війни на психічне здоров'я молоді: роль резилієнсу та психологічних інтервенцій. PMGP. 30, Вересень 2024. № 9(3). URL: https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/532

14. Stupar D., Stevanovic D., Vostanis P. et al. Posttraumatic stress disorder symptoms among trauma-exposed adolescents from low- and middle-income countries. *Child and adolescent psychiatry and mental health*. 2012. № 15, article ID 26. 10 p. DOI:10.1186/s13034-021-00378-2.

15. Zabłocka-Żytka L., Lahad M. The BASIC Ph model in communication and building individual and group resilience in crises. An example of use during the refugee crisis in Poland. Postep Psychiatr Neurol. 2025 Jun; 34(2): 93–98. doi: 10.5114/ppn.2025.151781. Epub 2025 Jun 5. PMID: 40666612; PMCID: PMC12257611.


*Стаття надійшла у редакцію: 25.08.2024*
*Стаття прийнята: 17.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПСИХІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

# MENTAL WELL-BEING OF STUDENTS

УДК 59.953.5
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.18
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Ольховецький С.М.**
к.психол.н., доцент, доцент кафедри психології
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
ORCID ID: 0000-0001-9135-4872

*Розглянуто ситуаційно-подієвий підхід до розуміння психічного благополуччя студентської молоді та приклади його використання. Головна його перевага, порівняно з диспозиційним розумінням, – це ширші прикладні можливості. Зазначається, що більшість досліджень, присвячених психічному благополуччю молоді, що навчається, фокусуються на таких феноменах, як стани або риси, тобто розглядають благополуччя передусім як прояв індивідуальності. Цей підхід має обмеження, пов'язані із присутністю фундаментальної атрибутивної помилки – схильності ігнорувати емпіричні життєві контексти людини, ситуації та події, які можуть бути тригерами падіння благополуччя.*

*Психічне благополуччя – це системний позитивний стан людини, який виражається в гарному функціонуванні (продуктивності, осмисленості, вірності власному шляху, цінностям та ідеалам) і гарному самопочутті (переживанні комфорту та задоволеності життям). Встановлено, що джерелами неблагополуччя можуть бути дуже різні ситуації та події, серед яких найчастіше згадуються труднощі, пов'язані із процесом навчання, адаптацією до навчання (у першокурсників), фінансовими складнощами та поганою якістю сну. Статево-вікові особливості переживання труднощів полягають у тому, що загалом їх більше у студентів віком до 21 року й у юнок порівняно з юнаками. Очевидно, що деякі труднощі можуть вирішитися природним чином або зумовити звикання, тоді як інші потребують зусиль від суб'єкта, а треті потребують зовнішньої допомоги. Класифікація переживаних труднощів потрібна для їх адекватного включення в особистий наратив і ефективний особистісний розвиток, а також для більш точної ідентифікації психотерапевтичних мішеней і розроблення актуальних програм психологічної підтримки. Водночас, за великої прикладної значущості ситуаційно-подійного підходу в підтримці психологічного благополуччя студентської молоді, очевидні й слабкі сторони досліджень, які натепер уже враховано в цій парадигмі.*

**Ключові слова:** *психічне благополуччя, життєва подія, ситуація, студентство, становлення дорослості.*

*The situational-event approach to understanding the mental well-being of students and examples of its use is considered. Its main advantage over a dispositional understanding is its broader applicability. It is noted that most studies on the mental well-being of young people in education focus on phenomena such as states or traits, i.e. they consider well-being primarily as a manifestation of individuality. This approach has limitations related to the presence of a fundamental attributive error – a tendency to ignore the empirical life contexts of a person, situations and events that can be triggers for a decline in well-being.*

*Mental well-being is a systemic positive state of a person, which is expressed in good functioning (productivity, meaningfulness, fidelity to one's own path, values and ideals) and good self-feeling (experiencing comfort and satisfaction with life). It has been established that the sources of ill-being can be very different situations and events, among which the most frequently mentioned are difficulties related to the learning process, adaptation to learning (in first-year students), financial difficulties and poor sleep quality. The gender and age characteristics of experiencing difficulties are that, in general, they are more common among students under the age of 21 and among young women compared to young men. Obviously, some difficulties can be resolved naturally or cause habituation, while others require effort on the part of the subject, and still others require external assistance. The classification of difficulties experienced is necessary for their adequate inclusion in personal narratives and effective personal development, as well as for more accurate identification of psychotherapeutic targets and the development of relevant psychological support programmes. At the same time, despite the high practical significance of the situational-event approach in supporting the psychological well-being of students, there are obvious weaknesses in the research, which are currently already taken into account in this paradigm.*

**Key words:** *mental well-being, life event, situation, studenthood, becoming adult.*

**Постановка проблеми.** Психологічне благополуччя/неблагополуччя молодих інтелектуалів є предметом особливого інтересу дослідників. Студентська молодь – це значуща для суспільства соціально-вікова група з особливою траєкторією розвитку (яку називають «дорослішання»), яка, через пріоритетність професійного становлення має особливий таймінг вирішення життєвих завдань. Пролонговане навчання, іноді протягом багатьох десятиліть, а також вплив чотирьох революцій, що відбулися у другій половині XX ст. (технологічної, сексуальної, рухами за права жінок і за права молоді), призвели до того, що, з урахуванням високих соціальних очікувань (social clock), психологічна напруга університетських студентів стала дуже високою. Багато студентів стикаються із труднощами академічної адаптації до нового й незвичного, порівняно зі школою, формату навчання. Студенти відчувають підвищений стрес, оскільки не готові до такої форми контролю; стресу сприяють конкурентне середовище, занадто часті перевірочні завдання, страх не скласти іспит або не набрати необхідної кількості балів. Ці результати демонструють необхідність проведення для першокурсників адаптаційного курсу, що містить заняття з подолання тривоги, підвищення самоконтролю, розвитку внутрішньої автономної мотивації та незалежної самооцінки. Не дивно, що відкриття психологічних служб для студентів стало нормою життя багатьох ЗВО.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Більшість досліджень, присвячених психологічному благополуччю молоді, що навчається, фокусуються на таких феноменах, як стани або риси, тобто розглядають благополуччя насамперед як прояв індивідуальності. Цей підхід має обмеження, пов'язані із присутністю фундаментальної атрибутивної помилки – схильності ігнорувати емпіричні життєві контексти людини, ситуації та події, які можуть бути тригерами падіння благополуччя. Відповідно, зміцнення психологічного благополуччя через роботу зі станами або рисами має власні межі: риси не дуже високо корелюють із поведінкою, яку вони ініціюють, хоча і пов'язані із ситуативними станами [3].

Альтернативою може стати ситуаційно-подійний підхід, зосереджений на можливих зовнішніх, не завжди залежних від людини обставинах, подібних до несприятливих ситуацій або стресових подій. Ситуації, які К. Левін розглядав як «зріз» життєвого простору особистості, мають вивчатися з так званого їхнього сенсу, що відкривається людині за допомогою когнітивного декодування, тобто вони майже завжди являють собою феномен внутрішнього досвіду. Це суб'єктивне відображення обставин, у яких перебуває суб'єкт, що містить його оцінку значущості цих обставин, наслідків для подальшого життєвого шляху й ресурсів їх подолання. Ситуація може мати хронічний характер, а може бути динамічною; в останньому випадку можна говорити про подію. Подія – це зміна суб'єктивної картини життєвого шляху людини, яка триває доти, доки існує її інтерпретація спостерігачем-актором [15]. Ситуації та події як чинники неблагополуччя можна впорядкувати за так званою їхньою імовірноістю, типовістю та шансом запобігання таким або їх пом'якшення.

Згадаємо ті дослідження, які є найбільш суттєвими щодо розуміння психологічного благополуччя/неблагополуччя студентів як можливого ефекту життєвих подій або ситуацій. Ситуаційно-подійний підхід до індивідуальності перебуває на початку свого розвитку, проте натепер уже існують деякі узагальнення. Так, на основі факторного аналізу лінгвістичного матеріалу була запропонована типологія ситуацій CAPTION (Complexity, Adversity, Positive Valence, Typicality, Importance, humOr, Negative Valence; відповідно: Складність, Неприємність, Позитивна валентність, Типовість, Важливість, Гумор і Негативна валентність) [22].

Ще одна типологія – DIAMONDS (Duty, Intellect, Adversity, Mating, Positivity, Negativity, Deception, Sociality; відповідно: Обов'язки, Інтелект, Неприємність, Пошук партнера, Негативність, Обман і Соціальність) [18]. Ці характеристики описують різні ситуації, від негативних до нейтральних і сприятливих для психологічного благополуччя. Крос-культурне дослідження студентів із 62 країн показало високу інваріантність ситуативного досвіду (у відповідях на питання: «Що ви відчуваєте о сьомій годині ранку?»), демонструючи достовірність і надійність цього підходу. Показано, проте, що власники патологічних рис особистості найбільш випукло сприймають ситуації загрози, обману й соціальної незгоди [23].

Змістовно поняття ситуації, воно частково перетинається із поняттям життєвої події. Життєві події теж об'єднуються в типи. Так, виокремлюють «великі» життєві події (major life events), сосономія яких містить дев'ять суб'єктивних характеристик, як-от: валентність, вплив, передбачуваність, виклик, емоційна значущість, зміна світогляду, зміна соціального статусу, зовнішній контроль та екстраординарність [1]. Однак більш довгу історію має дослідження стресових життєвих подій, які розуміються як процес, що здійснюється в певному контексті (що й дає перетин із ситуацією). Характеристики важкої події (taxing event) – інтенсивність, тривалість, передбачуваність і керованість – впливають на її оцінку, переживання і наслідки [22]. Окрім того, розрізняють нормативні та ненормативні події, а також природні та техногенні катастрофи; вони потребують різних ресурсів для подолання і мають різну ефективність подолання. О. Реховська та Б. Кравець як один із тригерів складної ситуації називають відрив від звичного середовища, тобто подія може змінювати або створювати ситуації, і навпаки [20].

Зонтичним поняттям, що об'єднує події і ситуації, є складна життєва ситуація (далі – СЖС), маркерами якої є її значущість, негативна валентність, переживання занепокоєння, підвищені витрати ресурсів, незрозумілість, непідконтрольність, невизначеність, необхідність швидкого реагування, складність прогнозування і ухвалення рішення, а також переживання власної некомпетентності в її вирішенні. Передбачається, що складних ситуацій у житті людини буває не надто багато, і часто досліджують дещо менш напружені повсякденні стреси. У результаті вивчення людей різного віку дослідники виділили десять повсякденних стресорів, розподілених за такими сферами, як: робота – справи, взаємини з оточенням, порушення планів, фінанси, планування, сімейні проблеми, навколишнє середовище, самопочуття – самотність, загальне самопочуття і конкуренція.

Необхідно зазначити, що, за виразного зсуву досліджень у бік негативних подій і ситуацій, є невелика кількість робіт, присвячених ролі позитивних подій (як-от закоханість, кар'єрне підвищення або академічні успіхи, придбання власності, фінансова удача) у зміцненні психологічного благополуччя, але ця роль є неоднозначною. Примітно, що уявлення про позитивні події було дуже варіативним, включаючи як спілкування із друзями, так і можливість усамітнення. Ще один цікавий факт полягає в тому, що позитивні події були пов'язані із психологічним благополуччям лише тоді, коли ці події відбувалися не спонтанно, а контролювалися самим суб'єктом [24].

Отже, ситуаційно-подійний підхід є універсальним для розуміння різних життєвих контекстів і різ-

них груп, студентської молоді також. Однак специфіка ситуаційно-подійних тригерів благополуччя/неблагополуччя розкривається лише в цільових дослідженнях.

Зарубіжними дослідниками стресові події та складні ситуації, з якими стикається молодь, що навчається, зазвичай вивчаються екологічно, як цілісні явища, включені в реальні життєві контексти. Важко знайти праці, у яких вони піддавалися б шкальному оцінюванню за вимірами CAPTION або DIAMONDS, що допомогло б ідентифікувати показники найбільшого ризику для психологічного благополуччя. Зазвичай складні ситуації вивчаються залежно від освітнього рівня та спеціальності. Вивчаються різні аспекти важких життєвих ситуацій – як їхні причини, так і психологічні відповіді на них, наприклад у формі депресії, тривожності та різних проявів стресу; водночас подія, причини, що їй передують, та наслідки не розрізняються.

Дослідження проводилися в різних країнах, охоплювали студентів різних культур і національностей, отже, натепер можна зробити деякі узагальнення. У всіх проаналізованих роботах відзначається, що найпоширеніші труднощі студентів – це навчальні, «серцевину» яких становить академічний стрес [4]. Його наслідки для фізичного та психічного здоров'я дуже варіативні: це падіння концентрації уваги, розумова втома, нездатність до занять і виконання звичних обов'язків, недбалість, сексуальна втома, переживання смутку, зниження розумової та фізичної працездатності й загальної активності, нервозність, порушення сну, зміна частоти серцевих скорочень, артеріального тиску й обміну речовин [2]. Тригери та предиктори академічних труднощів також є дуже різноманітними, зокрема: високі академічні вимоги [14], обсяг і складність матеріалу, необхідність дотримання дедлайнів, іспити та моменти виставлення оцінок, отримання невиправдано низької оцінки [9], відсутність мотивації до навчання, труднощі під час занять і переживання трудомісткості виконання завдань [8]. Отже, деякі причини труднощів у навчанні зумовлені надмірно високими вимогами та соціальним тиском (рейтинги, оцінки), тоді як брак психологічних компетенцій і навичок, необхідних для навчання в ЗВО, тобто внутрішні причини, становлять окремий кластер проблем.

**Мета статті** – розкриття ситуаційно-подієвого підходу до розуміння психологічного благополуччя студентської молоді та прикладів його використання.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Академічний стрес має не лише психологічні, а й фізіологічні прояви. У багатьох роботах ідеться про важливість якості сну для студентів. А. Алхамед зазначає, що академічний стрес і порушення сну – найсильніші предиктори депресивних симптомів [5]. Н. Рехмані зі співавторами також підкреслюють, що дефіцит сну й відпочинку посилює стрес [19]. Ці результати показують актуальність тренінгів саногенної поведінки, що передбачає, серед іншого, уміння організувати здоровий сон. Однак не лише навчальні, а й інші, часто ще лише майбутні життєві завдання (здобуття економічної самостійності, сепарація від батьків і створення власної сім'ї, початок кар'єрного шляху) призводять до дезадаптації, побічно впливають на академічну успішність і створюють ризики втрати психологічного благополуччя. Психологи звертають увагу на значущість фінансових труднощів. У дослідженні, проведеному серед студентів природничих спеціальностей у Малайзії, зазначено такі труднощі: брак грошей на розваги, нестача вільних фінансів, переживання через те, що фінансове становище гірше, ніж у друзів [17]. Інший аспект адаптації – це звикання до нового культурного середовища й переживання туги за домівкою [16]. А. Алзаєм зі співавторами відзначають, що культурні відмінності, наприклад мовний бар'єр, відмінності в академічних очікуваннях, соціальна інтеграція студентів, можуть призвести до виникнення унікальних проблем, які мають вирішуватися з урахуванням рідної та тієї, що приймає, культури студента [6].

Відзначається важливість структури сім'ї студентів: студенти з багатодітних сімей частіше за інших стикаються із труднощами, оскільки мають схильність частіше втягуватися в конфлікти й занадто бурхливо реагувати на них. Окрім того, студенти, у яких є брати й сестри, є більш пригніченими та тривожними, оскільки, на думку дослідників, можуть отримувати менше батьківської уваги порівняно з єдиними дітьми [2]. Це припущення, проте, має дискусійний характер, оскільки діти з багатодітних сімей зазвичай адаптовані до нерівномірного розподілу уваги батьків і більш самостійні порівняно з єдиними дітьми. Однак, можливо, статус сиблінга варто брати до уваги в розподілі студентів по кімнатах гуртожитку.

Виокремлені за допомогою відкритих питань труднощі сучасних студентів було об'єднано у вісім кластерів різної природи й походження: адаптація до технічних умов навчання, адаптація до нового ступеня навчання, нестача фізичних і психологічних ресурсів, організація занять навчальним закладом, соціальні умови навчання, поточні життєві завдання, адаптація до нового місця, втрати й страх втрат. Найбільш часті труднощі спричинені адаптацією до нового ступеня навчання (відмінність від школи), дефіцитом фізичних і психологічних ресурсів і недосконалістю організації навчального процесу. Очевидно, що відповідальність за подолання труднощів може бути делегована абсолютно різним суб'єктам. Аналіз частот важких життєвих ситуацій дозволяє доказово здійснювати моніторинг психологічного благополуччя студентів, адаптуючи програми психологічного супроводу до актуального стану справ.

Велике значення в переживанні важких життєвих ситуацій і їх подоланні має чинник статі, отримані результати свідчать, що юнки загалом є більш психологічно вразливими. А. Алхамед у результаті досліджання відмінностей за ступенем стресу,

за типами стресорів, які відчували студенти, і за реакцією на них, виявив, що юнки частіше за юнаків стикаються зі стресовими ситуаціями й реагують на них більш емоційно [5]. У них виявилися вищі бали за двома показниками стресорів (відчувається тиск і життєві зміни) і трьома індикаторами реакцій на стресори (фізіологічним, емоційним і поведінковим). У юнаків, своєю чергою, виявлено вищі показники когнітивної оцінки ситуації, що вказує на меншу стурбованість через стресори і стратегії, які вони використовували для їх подолання [6]. У поясненні отриманого результату автор припускає, що жінки зазвичай поєднують різні види діяльності (навчання, сім'я, робота) і що саме багатозадачність може бути причиною підвищеної чутливості до навантажень. Таке припущення, проте, здається дещо спекулятивним: у сучасному світі кожна людина, незалежно від статі, стикається з необхідністю вирішувати багато завдань одночасно. Аналіз частот важких життєвих ситуацій також засвідчив, що сприйманих труднощів більше в юнок, у студентів бакалаврату порівняно з тими, хто навчається в коледжі, магістратурі й аспірантурі, і в тих, хто для навчання змінив місце проживання, порівняно з «домашніми» студентами. Із цього можна припустити, що найбільш вразлива група студентів – це першокурсниці бакалаврату, які проживають далеко від сім'ї, зазвичай у гуртожитку.

Отже, більшість досліджень свідчать на користь більшої сприйнятливості до негативних подій у юнок порівняно з юнаками, проте є й несподівані результати, що контрастують із загальним масивом даних. Так, систематичний огляд досліджень депресії та тривожності у студентів-медиків у Китаї засвідчив, що в юнаків показники депресії та тривожності стали вищими порівняно з більш ранніми дослідженнями, які демонстрували переважне неблагополуччя в юнок [2]. Як одну із причин такої інверсії відзначають зрослі соціальні очікування й необхідність особистої відповідальності юнаків, проте залишається незрозумілим, чому це не стосується юнок.

Ще один складник ситуаційно-подійних досліджень – методи дослідження труднощів студентського життя. Натепер єдиного підходу до створення таких методів, як немає уніфікованого розуміння процесу адаптації до ЗВО й подолання стресів. Навіть більше, сам зміст стресорів і соціальна цінність вищої освіти за п'ятдесят років, що минули з перших праць у цій галузі, істотно змінилися. Проте вони становлять інтерес для когортних і реплікаційних досліджень, а також як основа нових оригінальних опитувальників і чеклистів.

У деяких методах представлено переліки подій і ситуацій, що мають різну силу стресового впливу, в інших – фізіологічні та психологічні реакції студентів на ці стресори. Неоднакові й способи оцінювання: іноді фіксується частота подій протягом визначеного проміжку часу, в інших випадках використовуються шкала Лікерта для оцінювання ступеня згоди із твердженнями або дихотомічне оцінювання. Варто зазначити, що більшість методів було створено як дослідницькі інструменти, хоча й орієнтовано на практичне використання, через що вони проходили досить сувору психометричну підготовку. Один із перших методів, створених для оцінювання труднощів, – це Шкала неприємностей (The Hassles Scale), у якій, однак, навчальне життя представлено лише декількома пунктами, оскільки інструмент не є специфічним для молоді й розроблявся на популяційній вибірці [10]. Опитування повсякденних переживань (The Life Experiences Survey) було створено вже для студентів як цільової вибірки, було показано, що твердження, що належать до академічної сфери, набагато сильніше розрізняють респондентів, ніж твердження за іншими пунктами, проте їхня загальна кількість є невеликою [21]. Однак, як зазначають C.S. Crandall зі співавторами, перш ніж зробити висновки про те, що респонденти справді пережили якісь події, необхідно перевірити доречність і актуальність пунктів контрольного списку для цих конкретних респондентів, тобто переконатися в екологічній валідності методу [11]. З дотриманням цієї вимоги дослідники створили власний оригінальний Опитувальник студентських стресів (The Undergraduate Stress Questionnaire), у якому виокремлюються джерела напруги широкого спектра – від великих нещасть, подібних до смерті близьких людей або ризику стати жертвою нападу, до дрібних повсякденних неприємностей, як-от втрата залікової книжки або запізнення на лекцію [11]. Опитувальник на час його створення був валідним і надійним, версія дихотомічного оцінювання виявилася сильнішою, ніж версія зі шкальними оцінками, але сучасних досвідів його використання не виявлено.

Ще один метод, також створений спеціально для оцінювання неприємностей у студентському житті, – це Опитувальник стресів студентського життя (The Student-Life Stress Inventory), у якому ідентифіковано не лише стресори, але й суб'єктивні реакції на них [13]. Виокремлюються такі вимірювання: фрустрації; конфлікти; тиск; життєві зміни; динаміка образу Я; навчальні, соціальні, особисті життєві події; реакції на фізіологічні, емоційні, поведінкові та когнітивні стресори. Існують також інші методи, хоча їхня кількість не є дуже великою. Шкала життєвих подій студентів (The Life Events Scale for Students) також являє собою перелік травматичних подій різного рівня значущості – від смерті близьких до нестачі кишенькових грошей [8]. Шкала стресу в академічному житті (The Stress in Academic Life Scale) вимірює стреси, що виникають під час різних видів взаємодії в академічному житті – академічного, емоційного, міжособистісного тощо [6]. Двофакторна Шкала стресів і емоційних розладів студентів (The Student Stressors and Emotional Disturbance Scale) виявляє джерела стресів (фінанси, навчання, дозвілля, образ власного тіла, сім'я, умови життя і якість

сну) і результати їхнього впливу – відчуття втоми, нервозність, смуток, безнадію, пригніченість і брак енергії [7]. Ще один інструмент, Шкала стресів студентів коледжу (The College Student Stress Scale), містить два чинники, що розділяють власне академічні та позаакадемічні труднощі, пов'язані із сімейними та фінансовими проблемами [12]. Усі перлічені методи було ретельно продумано, вони варті того, щоб до них звернутися, однак, на жаль, швидкі зміни у вищій освіті як соціально-культурному феномені потребують перевірки їхньої валідності та культурної інваріантності, через що багато дослідників довіряють лише власним методам.

Один із найсвіжіших інструментів – Опитувальник академічної адаптованості для студентів університету (The Academic Adjustment Questionnaire for the University Students), який діагностує не джерело стресу, а показник ефективного подолання [9]. В опитувальнику виокремлюються два чинники: емоційно-особистісна адаптованість (Personal-Emotional Adjustment) і академічна адаптованість (Academic Adjustment). Уже є новий Опитувальник академічного стресу (The SISCO-II Academic Stress Inventory), який вимірює стресори, симптоми (фізичні, психологічні, соціальні та поведінкові реакції), загальну силу відповіді та подолання, як вони проявляються в академічному житті [4].

Очевидно, що деякі труднощі можуть вирішитися природним чином або спричинити звикання, тоді як інші потребують зусиль від суб'єкта, а треті – зовнішньої допомоги. Класифікація переживаних труднощів потрібна для їх адекватного включення в особистий наратив і ефективний особистісний розвиток, а також для більш точної ідентифікації психотерапевтичних мішеней і розроблення актуальних програм психологічної підтримки. Так, чітко виокремлюються завдання, які можуть бути делеговані різним суб'єктам: тьюторам (пояснити правила здачі навчальних робіт, представити таймлайн навчання, організувати курс «Вчіться вчитися», що акцентує відмінності університетського життя від шкільного), психологічним службам (програми адаптації до чужого міста й подолання туги за домівкою, управління стресом, урегулювання професійних конфліктів та інші) і, зрозуміло, студентам (навчання тайм-менеджменту, фізичної і психологічної гігієни й інше). Водночас, за великої прикладної значущості ситуаційно-подійного підходу в підтримці психологічного благополуччя студентської молоді, очевидні й слабкі сторони досліджень, які натепер уже виконані в цій парадигмі: часто не диференційовано власне навчальні труднощі та події особистого життя студентів; джерела стресів і відповіді на них; не враховано специфіку студентського життя, особливо залежно від рівня навчання і параметрів повсякденного життя (фінансовий достаток, життя у своєму місті чи чужому, у гуртожитку чи з рідними тощо); не вивчено індивідуальну чутливість до можливих стресогенних чинників і складних ситуацій. Мозаїчність представленого предметного поля і відсутність узагальнювальних досліджень підводять до необхідності розроблення теорії і методології ситуаційно-подійного підходу стосовно студентського життя.

**Висновки.** Обґрунтувано конструктивність подієво-ситуаційного підходу до розуміння психологічного благополуччя студентської молоді. Психічне благополуччя – це системний позитивний стан людини, який виражається в гарному функціонуванні (продуктивності, осмисленості, вірності власному шляху, цінностям та ідеалам) і гарному самопочутті (переживанні комфорту та задоволеності життям). Відповідно, неблагополуччя характеризується відсутністю будь-яких із перелічених феноменів, не будучи водночас клінічним діагнозом.

Представлено ситуаційно-подієвий підхід у перспективі академічних досліджень психологічного благополуччя/неблагополуччя студентської молоді та створення обґрунтованих програм супроводу студентів. Цільова група, молодь, що навчається, має високу психологічну вразливість через високі соціальні вимоги й особливий таймінг завдань дорослішання. Ситуації – це суб'єктивне відображення обставин, в яких перебуває суб'єкт. Подія – це зміна суб'єктивної картини життєвого шляху людини. Ситуації та події як чинники благополуччя/неблагополуччя можуть бути впорядковані за так званою їхньою імовірністю, типовістю та шансом запобігти таким або їх пом'якшити. Зонтичним поняттям щодо подій і ситуацій є поняття складної (важкої) життєвої ситуації. Емпіричні дослідження свідчать про те, що найбільш типові труднощі пов'язані з академічною сферою, їх можливе подолання має різний локус і агента. Подано короткий огляд релевантних методів вивчення труднощів у студентському житті. Описано обмеження наявних досліджень і перспективи розвитку ситуаційно-подійного підходу. Традиційно ситуації та події чітко зміщено в бік негативного спектра переживань, постають питання: які ситуації або події можуть бути змодельовані для зміцнення благополуччя; чи можливе застосування якихось технологій латентного навчання, наприклад педагогіки успіху; які способи подолання краще підходять для подолання типових для студентства труднощів?

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Luhmann M., Fassbender I., Alcock M., Haehner P. A dimensional taxonomy of perceived characteristics of major life events. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2021. Vol. 121. № 3. P. 633–668. DOI: 10.1037/pspp0000291

2. Mao Y., Zhang N., Liu J., Zhu B., He R., Wang X. A systematic review of depression and anxiety in medical students in China. *BMC medical education*. 2019. Vol. 19. Article ID 327. 13 p. DOI: 10.1186/s12909-019-1744-2

3. Abrahams L., Rauthmann J.F., Fruyt F.D. Person-situation dynamics in educational contexts: A self- and other-rated experience sampling study of teach-

ers' states, traits, and situations. *European Journal of Personality*. 2021. Vol. 35. № 4. P. 598–622. DOI: 10.1177/08902070211005621

4. Castillo-Navarrete J.L., Bustos C., Guzman-Castillo A., Zavala W. Academic stress in college students: descriptive analyses and scoring of the SISCO-II inventory. *Peer J.* 2024. Vol. 12. Article ID: e16980. 16 p. DOI: 10.7717/peerj.16980

5. Alhamed A.A. The link among academic stress, sleep disturbances, depressive symptoms, academic performance, and the moderating role of resourcefulness in health professions students during COVID-19 pandemic. *Journal of Professional Nursing*. 2023. Vol. 46. P. 83–91. DOI: 10.1016/j.profnurs.2023.02.010

6. Alzaeem A.Y., Sulaiman S.A.S., Gillani S.W. Assessment of the validity and reliability for a newly developed Stress in Academic Life Scale (SALS) for pharmacy undergraduates. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*. 2010. Vol. 2. № 7. P. 239–256.

7. Chow P., Flynn D.M. The development of the student stressors and emotional disturbance scale. *College Student Journal*. 2016. Vol. 50. № 2. P. 191–198.

8. Clements K., Turpin G. The life events scale for students: Validation for use with British samples. *Personality and Individual Differences*. 1996. Vol. 20. № 6. P. 747–751. DOI:10.1016/0191-8869(96)00005-0

9. Clinciu A.I., Cazan A.M. Academic adjustment questionnaire for the university students. *Procedia-Social and behavioral sciences*. 2014. Vol. 127. P. 655–660. DOI: 10.1016/j.sbspro.2014.03.330

10. Kanner A.D., Coyne J.C., Schaefer C., Lazarus R.S. Comparison of two modes of stress measurement: Daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*. 1981. Vol. 4. P. 1–39. DOI: 10.1007/ BF00844845

11. Crandall C.S., Preisler J.J., Aussprung J. Measuring life event stress in the lives of college students: The Undergraduate Stress Questionnaire (USQ). *Journal of Behavioral Medicine*. 1992. Vol. 15. P. 627–662. DOI: 10.1007/BF00844860

12. Feldt R.C. Development of a brief measure of college stress: The college student stress scale. *Psychological reports*. 2008. Vol. 102. № 3. P. 855–860. DOI: 10.2466/PR0.102.3.855–860

13. Gadzella B.M. Student-life stress inventory: Identification of and reactions to stressors. *Psychological reports*. 1994. Vol. 74. № 2. P. 395–402. DOI: 10.2466/pr0.1994.74.2.395

14. Hong R.Y., Chan W.Y., Lim J.Y. Pathological personality traits and the experience of daily situations. *Clinical Psychological Science*. 2020. Vol. 8. № 2. P. 333–342. DOI: 10.1177/2167702619894902

15. Howard C.S. Measurement and Impacts of Major Life Events: The Development and Application of the Broad Inventory of Specific Life Events: Diss. Doctor of Philosophy in Psychology. *Auckland.* 2023. 382 p. URL: https://hdl.handle.net/2292/66918

16. Nartova-Bochaver S., Reznichenko S., Ochoa A.P., Zulkarnain Z. Measurement invariance of the modified Utrecht Homesickness Scale: a case of university students from four countries. *Current Psychology*. 2024. Vol. 43. P. 24267–24278. DOI: 10.1007/s12144-024-06075-5

17. Radeef A.S., Faisal G.G. Depression, anxiety and stress among pharmacy students in Malaysia. *Journal of International Dental and Medical Research*. 2020. Vol. 13. № 2. P. 628–632.

18. Rauthmann J.F., Sherman R.A. Conceptualizing and measuring the psychological situation. *Measuring and modeling persons and situations* / Eds. : D. Wood, S.J. Read, P.D. Harms, A. Slaughter. New York : Academic Press, 2021. P. 427–463.

19. Rehmani N., Khan Q.A., Fatima S.S. Stress, Anxiety and Depression in students of a private medical school in Karachi, Pakistan *Pakistan journal of medical sciences.* 2018. Vol. 34. № 3. P. 696–701. DOI: 10.12669/pjms.343.14664

20. Rzechowska E., Krawiec B. Young Adults in Subjectively Difficult Situations. A Qualitative Research of the Ways of Confronting Problems in the Work Environment. *Annales Universitatis Mariae Curie-Skodowska. Sectio J. Paedagogia-Psychologia.* 2023. Vol. 36. № 4. P. 95–114. DOI: 10.17951/j.2023.36.4.95-114

21. Sarason I.G., Johnson J.H., Siegel J.M. Assessing the impact of life changes: development of the Life Experiences Survey. *Journal of consulting and clinical psychology*. 1978. Vol. 46. № 5. P. 932–946. DOI: 10.1037/0022- 006X.46.5.932

22. Schwarzer R., Schulz U. Stressful life events. Hand-book of Psychology: Health Psychology / Eds. : I.B. Weiner, A.M. Nezu, C.M. Nezu, P.A. Geller. Hoboken : Wiley, 2003. Vol. 9. P. 27–49. DOI: 10.1002/0471264385.wei0902

23. Lee D.I., Gardiner G., Baranski E. Situational experience around the world: A replication and extension in 62 countries. International Situations Project, D.C. Funder. *Journal of personality*. 2020. Vol. 88. № 6. P. 1091–1110. DOI: 10.1111/jopy.12558

24. Zautra A., Reich J. Positive life events and reports of well-being: Some useful distinctions. *American Journal of Community Psychology*. 1980. Vol. 8. № 6. P. 657–670. DOI: 10.1007/BF00918278

*Стаття надійшла у редакцію: 13.09.2025*
*Стаття прийнята: 25.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 5
# ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

## АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ КЛІЄНТІВ РІЗНОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ

## CURRENT PROBLEMS OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF CLIENTS OF DIFFERENT AGES DURING WAR

УДК 159.923.2
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.19
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Кузікова С.Б.**
д.психол.н., професор,
завідувач кафедри психології
Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка
ORCID ID: 0000-0003-2574-9985

**Лукомська С.О.**
к.психол.н., доцент,
старший науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології
Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України
ORCID ID: 0000-0002-0360-6484

*У статті розглядаються актуальні проблеми психологічної корекції клієнтів різного віку в умовах війни, аналізуються особливості мілітарної повсякденності українців, на тлі якої формується об'єктивний і суб'єктивний травмівний досвід, наслідками якого є збереження чи порушення повсякденного функціонування, а отже, потреба у психологічній корекції, засоби якої необхідно модифікувати та адаптувати до умов війни в Україні. Особлива увага приділяється питанням психологічної корекції дітей, підлітків, дорослих та людей похилого віку з урахуванням вікових криз і специфіки реакцій на воєнні події. Розглядаються сучасні підходи до підтримки психічного здоров'я, які включають інтеграцію когнітивно-поведінкових, наративних, арттерапевтичних та тілесно-орієнтованих методів. У дослідженні нами використано Перелік життєвих подій (LEC-5) і результати аналізу фокус-групи, проведеної зі студентами-психологами щодо основних напрямів психологічної корекції клієнтів різного віку в умовах війни. Виявлено, що з віком кількість травмівних подій, які впливають на повсякденне функціонування, а отже, потребують психокорекційних впливів, зростає, характерною для воєнного стану залишається тенденція до політравматизації. Люди сприймають сам факт життя в умовах війни як важке страждання, що є формою психологічної травми. Таким чином, психологічна корекція в умовах війни повинна враховувати не лише безпосередні бойові травми, але й загальний контекст життя в небезпеці, а також інші травмівні події, які людина пережила раніше. Наголошується на необхідності міждисциплінарної взаємодії психологів, педагогів, медиків і соціальних працівників у процесі психологічної корекції. Визначено ключові напрями подальших досліджень, зокрема розроблення ефективних протоколів кризової інтервенції, адаптація методів психотерапії до умов воєнного часу та вивчення довгострокових наслідків травматичного досвіду для українського суспільства.*
**Ключові слова:** *психологічна корекція, психотравма, кризові ситуації, стрес, адаптація, ментальне здоров'я, студенти-психологи.*

*The article considers the current problems of psychological correction of clients of different ages in war conditions, analyzes the features of the military everyday life of Ukrainians, against the background of which objective and subjective traumatic experience is formed, the consequences of which are the preservation or disruption of everyday functioning, and therefore, the need for psychological correction, the means of which must be modified and adapted to the conditions of war in Ukraine. Special attention is paid to the issues of psychological correction of children, adolescents, adults and the elderly, taking into account age crises and the specifics of reactions to war events. Modern approaches to supporting mental health are considered, which include the integration of cognitive-behavioral, narrative, art-therapeutic and body-oriented methods. In this study, we used the List of Life Events (LEC-5) and the results of a focus group analysis conducted with psychology students on the main areas of psychological correction of clients of different ages in war conditions. It was found that with age the number of traumatic events that affect every day functioning, and therefore require psychocorrectional influences, increases, and the tendency towards polytraumatization remains characteristic of martial law. People perceive the very fact of life in wartime as severe suffering, which is a form of psychological trauma. Thus, psychological correction in wartime should take into account not only direct combat injuries, but also the general context of life in danger, as well as other traumatic events that a person has experienced before. The need for interdisciplinary interaction between psychologists, teachers, doctors and social workers in the process of psychological correction is emphasized. Key areas of further research are identified, in particular, the development of effective crisis intervention protocols, the adaptation of psychotherapy methods to wartime conditions, and the study of the long-term consequences of traumatic experience for Ukrainian society.*
**Key words:** *psychological correction, psychotrauma, crisis situations, stress, adaptation, mental health, psychology students.*

**Постановка проблеми.** Війна кардинально змінила запити щодо психологічної допомоги та психологічного функціонування українців: вона вивела на перший план проблеми, які раніше вважалися другорядними, і створила нові. Якщо до повномасштабного вторгнення люди частіше зверталися з проблемами стосунків, самореалізації чи тривожними розладами, то зараз головним запитом стала робота з травмою, втратою та ПТСР.

Якщо глобальними світовими тенденціями у галузі психічного здоров'я є застосування трансдисциплінарних підходів до психологічного благополуччя у відносно стабільних умовах життя,

а проблеми психічного здоров'я аналізуються у континуумі, то для України найбільш актуальними є аспекти адаптації до умов хронічної екстремальності, розвитку здатності справлятися з викликами воєнного стану та з найменшими психологічними втратами переживати множинні травми, які є обов'язковим елементом війни. При цьому проблеми психічного здоров'я аналізуються не у континуумі, а у дискретному, подієвому форматі, тобто не як плавний перехід від норми до патології, а як реакція на конкретні, раптові та інтенсивні травмівні події.

У мирний час психологічне благополуччя розглядається як континуум, де психічні проблеми можуть наростати поступово: від легких форм тривоги та стресу до серйозних розладів. Цей підхід дає змогу застосовувати трансдисциплінарні методи: профілактику, просвіту та інтеграцію психологічних знань у різні сфери життя (медицина, освіта, соціальна робота). Метою є підтримка загального благополуччя, а не лише корекція окремих поведінкових патернів чи емоційних проблем. В умовах війни психічне здоров'я розглядається через призму дискретності та подій. Кожна нова травматична подія (обстріл, втрата, евакуація) є окремим тригером, який вимагає негайної та цілеспрямованої психологічної інтервенції. У цьому форматі аналізуються не лише реакції на минулі травми, але й здатності особистості справлятися з новими, непередбачуваними викликами, що перетворює психологічну корекцію на нагальну, часто кризову, інтервенцію.

**Аналіз останніх публікацій.** Протягом останніх двох десятиліть спостерігається зростання уваги до взаємодії між фізичними та психологічними травмами, тобто до психологічних наслідків фізичної травми, спричиненої травматичною подією (J. Huang, T. Xu) [5]. Традиційні погляди, зокрема психоаналітичні, схильні розглядати ПТСР як безпосередній наслідок травм, зумовлених кризовими, а особливо екстремальними, ситуаціями (W. Rief, G.J. Asmundson, R.A. Bryant) [8]. Однак протягом останніх двох десятиліть численні дослідження поставили під сумнів ці висновки. Не в останню чергу це зумовлено варіабельністю методів психологічної корекції, оскільки вона може змінити траєкторію відновлення, навіть якщо психотравма була важкою. Ефективні методики, такі як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), десенсибілізація та опрацювання рухом очей (EMDR), наративна експозиційна терапія (NET), зосереджуються на таких аспектах, як допомога клієнту інтегрувати травматичний досвід у життєвий наратив, не даючи йому змоги домінувати над сьогоденням; коригування дезадаптивних думок, що виникли внаслідок травми (наприклад, «світ небезпечний» або «я сам у всьому винен») та відновлення почуття контролю над своїм життям, який часто втрачається після травмівної події (M. Prince, V. Patel, S. Saxena) [7].

Однак варто акцентувати на тому, що, окрім світових тенденцій напрацювань засобів психологічної корекції, в Україні відбувається їх модифікація до умов хронічної екстремальності або до життя в умовах мілітарної повсякденності.

Під мілітарною (воєнною) повсякденністю ми розуміємо весь комплекс повсякденно-побутових реалій людей, в яких провідну роль відіграє «військовий фактор». До воєнної повсякденності слід віднести фронтову повсякденність – самі війни та збройні локальні конфлікти, а також тилову повсякденність – реалії, що їх супроводжують, зокрема ротації, забезпечення повсякденних потреб життєдіяльності військових угрупувань, волонтерство.

Під час війни дослідники розрізняють об'єктивний (що відбулося насправді) і суб'єктивний (як це було пережито) травмівний досвід [6].

Об'єктивний травмівний досвід стосується зовнішніх, фізично вимірних або задокументованих характеристик самої події (факт події, критерій А за DSM-5). Травмівна подія, яка триває досі, – це війна, безпосередня участь – смерть або важке поранення рідної людини на війні, похорон рідної людини, отримання сповіщення про зникнення безвісти і переживання так званої невизначеної втрати, руйнування будинку внаслідок ворожої атаки, поранення внаслідок ворожої атаки. Обсяг втрат під час війни зазвичай кумулятивний – нерідко це й смерть рідних, і вимушена зміна місця проживання та зміна фінансового становища, при цьому війна не є єдиною травмівною подією, на її тлі можуть бути ДТП, важкі хвороби, на кшталт онкологічних, фізичне насилля в родині і сексуальне насилля, не зумовлене війною. Всі ці факти становлять об'єктивний травмівний досвід людини (A.A. Contractor, N.H. Weiss) [3].

За таких умов мілітарна повсякденність українців характеризується кумулятивним та пролонгованим характером травми (продовження життя на тлі війни ускладнює переробку попередніх травм, оскільки психіка постійно зайнята виживанням у теперішньому); невизначеною (амбівалентною) втратою, що виражається у заблокованому горі (на відміну від смерті, де є похорон і можливість почати процес горювання, невизначена втрата блокує цей процес, людина не може прийняти втрату, оскільки завжди залишається крихітна надія); втратою базової довіри до світу і, нерідко, нею зумовленої, гіперпильності; моральною травмою, яка призводить до вираженого почуття провини, зокрема провини вцілілого, сорому та втрати сенсу.

Суб'єктивний травмівний досвід – це внутрішня, особиста реакція індивіда на об'єктивну подію, яка має вирішальне значення для розвитку посттравматичних симптомів. Саме суб'єктивний вплив визначає, чи стане об'єктивна подія психологічною травмою. Сприйняття загрози може зумовити як гіперпильність, так і заперечення чи уникання, що є різними, але природними способами психіки впоратися з перевантаженням. Для когось досвід стає

поштовхом до мобілізації ресурсів, для іншого – до емоційного відсторонення. У цьому немає «правильного» чи «неправильного» реагування, адже механізми адаптації завжди спрямовані на збереження внутрішньої рівноваги. Важливо лише те, чи допомагає такий спосіб реагування відновлювати контакт з реальністю і жити далі чи, навпаки, фіксує людину у стані постійної тривоги або відчуження (K. Rose-Clarke, D. Gurung) [9].

Сприйняття загрози як неминучої та постійної активує симпатичну нервову систему, що призводить до постійної бойової готовності, тривоги, порушення сну, дратівливості та надмірної реакції на звичайні подразники (гучні звуки, різкі рухи). Сприйняття загрози як постійної та нестерпної часто викликає механізми уникнення, яке може проявлятися як емоційне оніміння (нездатність відчувати радість чи сум), дисоціація (відчуття відірваності від реальності чи власного тіла) або активне уникання місць, людей, думок чи розмов, пов'язаних з травмою, уникнення є спробою психіки захистити себе від сильного емоційного болю (J.D. Elhai, M.J. Gray) [4]. Якщо захисні механізми (гіперпильність чи уникнення) стають хронічними та ригідними, вони починають заважати повсякденному життю та соціальній взаємодії, а отже, вимагати застосування ефективних, адаптованих до реалій України методів психологічної корекції.

**Мета дослідження** – визначити актуальні проблеми психологічної корекції клієнтів різного віку в умовах війни.

**Організація та методи дослідження.** У дослідженні нами використано Перелік життєвих подій (Life Events Checklist for DSM-5, LEC-5) і результати аналізу фокус-групи, проведеної зі студентами-психологами щодо основних напрямів психологічної корекції клієнтів різного віку в умовах війни. LEC-5 – це самозвіт, спрямований на виявлення потенційно травматичних подій у житті респондентів. Опитувальник має три форми: стандартний самозвіт для визначення події, що відбулася, розширений самозвіт для визначення найгіршої події, якщо респондент мав кілька травматичних подій, та інтерв'ю для оцінки критерію A DSM-5. Потенційно травматичні події включають стихійні лиха, пожежі та вибухи, нещасні випадки на роботі чи вдома, отруєння токсичними речовинами, збройні напади, зґвалтування та примусовий секс, бойовий досвід, ув'язнення, хвороби, травми, сильний біль, раптову насильницьку або випадкову смерть близької людини та матеріальну чи фізичну шкоду, заподіяну іншими особами. Для кожного пункту анкети респонденти вибирають одну з наступних відповідей: подія сталася з ними, вони були свідками події, це сталося з родичем або другом, це є частиною їхньої роботи, їм важко відповісти, це їх не стосується. Окремо згруповані події, що сталися з респондентом, події, свідком яких він був, та події, що сталися з родичами або друзями респондента. На фокус-групі нами розглянуто такі питання: «Які, на вашу думку, є найактуальніші психологічні проблеми у клієнтів в умовах війни?», «Як, на ваш погляд, війна вплинула на психічне здоров'я населення України, враховуючи вікові особливості?», «Чи доводилося вам працювати або спостерігати за роботою з клієнтами під час війни?», «Який досвід був найбільш показовим?».

В опитуванні за методикою LEC-5 взяли участь 286 українців різного віку, наймолодшому з яких було 11, а найстаршому – 75 років. У фокус-групі, проведеній у червні 2025 року, взяли участь 26 студентів 3–4 курсів, які навчаються за спеціальністю «Психологія».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вплив потенційно травматичних подій (ПТП) є поширеним явищем у всьому світі. Наприклад, опитування Всесвітньої організації охорони здоров'я з питань психічного здоров'я (ВООЗ WMH), проведене на основі даних з 24 країн, показало, що 70% учасників пережили принаймні одну травматичну подію. В умовах війни травмівний досвід є множинним, про що свідчать результати нашого дослідження (табл. 1).

З віком кількість травмівних подій, які впливають на повсякденне функціонування, а отже, потребують психокорекції, зростає. Втім, характерною для воєнного стану залишається тенденція до політравматизації, зокрема «участю у бойових діях» опитувані різного віку вважають і те, що вони живуть в умовах постійної небезпеки дронових атак і ракетних обстрілів, важкими стражданнями називають власне умови війни, звертає на себе увагу наявність неприємного сексуального досвіду, починаючи з підліткового віку, що посилює вплив травм війни на адаптацію та розвиток особистості.

За таких умов психологічна корекція за множинних психотравм є складним і тривалим процесом, що вимагає комплексного та індивідуалізованого підходу. Вона спрямована на допомогу людині в подоланні наслідків накопичених травматичних подій, які можуть призводити до таких станів, як комплексний посттравматичний стресовий розлад (КПТСР), дисоціативні розлади та інші серйозні психоемоційні порушення.

Діти та підлітки під час війни стикаються з травмами, які впливають на їхній розвиток, поведінку та емоційний стан. Проблеми, що потребують психокорекції, включають ПТСР, який може проявлятися нетиповo, наприклад, через ігрову діяльність або регрес у поведінці, тривожні розлади та страхи, порушення сну та апетиту, проблеми з навчанням та концентрацією уваги, агресивну, імпульсивну поведінку, яка може бути реакцією на почуття безпорадності та страху. Оптимальними засобами психологічної корекції дітей та підлітків під час війни студенти-психологи на фокус-групі визначили такі: ігрова та арттерапія, когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), казкотерапія, методики усвідомленості та релаксації.

Таблиця 1

**Актуальні травмівні події для українців різного віку, які потребують психологічної корекції**

| Актуальні травмівні події | 11–15 років (n = 86) | 16–25 років (n = 84) | 26–59 років (n = 79) | Старші 60 років (n = 37) |
|---|---|---|---|---|
| 1. Природне лихо (повінь, ураган, землетрус) | – | – | – | – |
| 2. Пожежа або вибух | 61 (70,9%) | 54 (64,3%) | 58 (73,4%) | 26 (70,3%) |
| 3. Транспортна аварія (ДТП, авіакатастрофа, аварія потягу) | 3 (3,5%) | 6 (7,1%) | 8 (10,1%) | 9 (24,3%) |
| 4. Нещасний випадок на роботі чи вдома | – | 1 (1,2%) | 1 (1,3%) | 2 (5,4%) |
| 5. Отруєння токсичними речовинами (у тому числі, радіацією) | – | – | – | – |
| 6. Фізичний напад (побиття, вбивство) | – | 2 (2,4%) | 11 (13,9%) | 10 (27,1%) |
| 7. Напад зі зброєю (погрози ножем, пістолетом, вибухівкою) | 8 (9,3%) | 14 (16,7%) | 1 (1,3%) | 1 (2,7%) |
| 8. Сексуальне насильство (зґвалтування, спроба зґвалтування) | – | 2 (2,4%) | 4 (5,1%) | 1 (2,7%) |
| 9. Інший неприємний сексуальний досвід | 2 (2,3%) | 7 (8,3%) | 9 (11,4%) | 1 (2,7%) |
| 10. Участь у бойових діях | 75 (87,2%) | 62 (73,8%) | 71 (89,8%) | 36 (97,3%) |
| 11. Позбавлення волі | – | – | 1 (1,3%) | – |
| 12. Життєво небезпечна хвороба або травма | 4 (4,7%) | 11 (13,1%) | 6 (7,6%) | 17 (45,9%) |
| 13. Важкі людські страждання | 81 (94,2%) | 79 (94,1%) | 68 (86,1%) | 35 (94,6%) |
| 14. Раптова насильницька смерть (наприклад, вбивство, самогубство) | 1 (1,2%) | 17 (20,2%) | 4 (5,1%) | 7 (18,9%) |
| 15. Раптова смерть в результаті нещасного випадку | – | 8 (9,5%) | 11 (13,9%) | 12 (32,4%) |
| 16. Травми чи вбивство вами іншої людини | – | – | 2 (2,5%) | – |

Дорослі також стикаються з глибокими психологічними проблемами в умовах війни. Психокорекція спрямована на подолання симптомів ПТСР (опрацювання травми), тривожності, апатії, часто – панічних нападів, безсоння та проблем у стосунках. Окрім КПТ, ефективними засобами психологічної корекції для людей віком від 16 до 60 років студенти на фокус-групі вважають EMDR (десенсибілізація та опрацювання травм рухом очей), тілесно-орієнтовану терапію, групову і гештальт-терапію.

Літні люди є особливо вразливою категорією. Психологічна допомога для них має свої особливості, оскільки проблеми часто поєднуються з хронічними хворобами, самотністю та почуттям безпорадності. Специфіка психологічної корекції літніх людей полягає в урахуванні їхнього фізичного стану, наявності ресурсів (у тому числі, соціальних та інформаційних). Психологічні методики, такі як КПТ або EMDR, адаптуються для літніх людей. Це може включати коротші сеанси, використання простих, зрозумілих аналогій та менший акцент на глибоких, емоційно насичених переживаннях, якщо це може бути надмірним стресом.

За даними наших попередніх досліджень [1], проведеної нами фокус-групи і практичної роботи з клієнтами різного віку, ми можемо припустити, що нині відбуваються «мілітаризація норми» (люди, особливо підлітки, засвоюють, що бути настороженим, швидким на реакцію і стриманим в емоціях – це ознака сильної, патріотичної особистості, придатної для боротьби чи виживання) й легітимізація агресії та гніву (формується ідентичність, де агресивність є морально виправданою і навіть бажаною якістю). Симптоми, що не вписуються в «бойовий» наратив (наприклад, плач, страх, паніка, депресія), заперечуються і витісняються, що змушує, частіше підлітків і молодь, вибирати жорстку, часто агресивну ідентичність як захист від соціального осуду чи самоосуду за «слабкість». Коли суспільство чи школа вимагають «усміхатися і вчитися» на тлі бомбардувань, це формує ідентичність «стійкого бійця тилу». Істинне горе та страх заперечуються, натомість формується фасадна стійкість, що вимагає постійного емоційного зусилля. Емоційне оніміння та гіперпильність ускладнюють формування глибоких, довірчих стосунків, люди під час війни можуть уникати емоційної близькості, оскільки вона сприймається як вразливість, несумісна з «мілітарною» стійкістю. У нашій практичній роботі з підлітками нині дуже поширеними є несуїцидальні самоушкодження. Це нанесення собі порізів, опіків або інша поведінка, спрямована на фізичний біль, як спосіб відчути контроль над емоційним онімінням або виплеснути нестерпний гнів/біль, при цьому йде чіткий розподіл на «своїх» (тих, хто розуміє травму, хто воює/переживає) і «чужих» (тих, хто «живе нормальним життям» або перебуває за кордоном).

Загалом психологічна корекція, незалежно від віку клієнтів, в умовах війни має три ключові аспекти: забезпечення відчуття фізичної і психологічної безпеки, опрацювання травмівних спогадів

і реінтеграція клієнтів у суспільство та відновлення їх функціонування.

**Висновки.** Глобальні тенденції у наданні психологічної допомоги під час війни включають підвищене визнання впливу війни на психічне здоров'я, зосередження на ранньому втручанні та профілактиці, використання телемедицини та цифрових інструментів, важливість підтримки на рівні громади та підвищення стійкості, а також постійний акцент на лікуванні розладів, пов'язаних з травмами, таких як посттравматичний стресовий розлад, поряд з новими зусиллями щодо вирішення проблеми довгострокової соціальної та психологічної адаптації. Виявлено, що кількість травматичних подій, які впливають на повсякденне функціонування, зростає з віком, що відбувається через накопичення життєвого досвіду, який може включати різні стресові та негативні ситуації. Чим більше людина прожила, тим вища ймовірність, що вона пережила різні травми, які можуть вимагати психологічної допомоги. Під час війни спостерігається тенденція до політравматизації. Це означає, що люди переживають не одну травматичну подію, а декілька одночасно або послідовно. Це можуть бути не лише прямі бойові дії, але й опосередковані травми, як-от постійний страх через ракетні та дронові обстріли. Люди сприймають сам факт життя в умовах війни як важке страждання, що є формою психологічної травми. Таким чином, психологічна корекція в умовах війни повинна враховувати не лише безпосередні бойові травми, але й загальний контекст життя в небезпеці, а також інші травмівні події, які людина пережила раніше. Крім того, необхідно враховувати культурні відмінності у використанні методик психологічної корекції, ефективних в інших країнах, модифікувати їх до вітчизняних реалій та активно впроваджувати у практику збереження ментального здоров'я українців.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Кузікова С.Б., Зливков В.Л., Лукомська С.О. Особливості психологічного благополуччя дітей деокупованих територій України. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи. 2023. № 2 (61). С. 71–84.

2. Ciaccioni S., Castro O., Bahrami F., Tomporowski P. D., Capranica L., Biddle S. J., Pesce C. Martial arts, combat sports, and mental health in adults: A systematic review. *Psychology of sport and exercise*. 2024. Vol. 70. P. 102–116.

3. Contractor A.A., Weiss N.H., Natesan P., Elhai J.D. Clusters of Trauma Types as Measured by the Life Events Checklist for DSM-5. *International journal of stress management*. 2020. Vol. 27 (4). P. 380–393.

4. Elhai J.D., Gray M.J., Kashdan T.B., Franklin C.L. Which instruments are most commonly used to assess traumatic event exposure and posttraumatic effects? A survey of traumatic stress professionals. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*. 2005. Vol. 18 (5). P. 541–545.

5. Huang J., Xu T., Dai Y., Li Y., Tu R. Age-related differences in the number of chronic diseases in association with trajectories of depressive symptoms: a population-based cohort study. *BMC Public Health*. 2024. Vol. 24 (1). P. 24–36.

6. Massazza A., Kienzler H., Al-Mitwalli S., Tamimi N., Giacaman R. The association between uncertainty and mental health: a scoping review of the quantitative literature. *Journal of Mental Health*. 2023. Vol. 32 (2). P. 480–491.

7. Prince M., Patel V., Saxena S., Maj M., Maselko J., Phillips M. R., Rahman, A. No health without mental health. *The lancet*. 2007. Vol. 370 (9590). P. 859–877.

8. Rief W., Asmundson G.J., Bryant R.A., Clark D.M., Ehlers A., Holmes E.A., Hofmann S.G. The future of psychological treatments: The Marburg Declaration. *Clinical Psychology Review*. 2024. Vol. 110. P. 102–117.

9. Rose-Clarke K., Gurung D., Brooke-Sumner C., Burgess R., Burns J., Kakuma R., Lund C. Rethinking research on the social determinants of global mental health. *The Lancet Psychiatry*. 2020. Vol. 7 (8). P. 659–662.

*Стаття надійшла у редакцію: 26.09.2025*
*Стаття прийнята: 17.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ: ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ

# PROFESSIONAL BURNOUT OF EDUCATIONAL STAFF: PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS AND COPING STRATEGIES

УДК 159.938.363.7:37.011.3-051
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.20
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Осадча М.В.**
к.пед.н., викладач
Відокремлений структурний підрозділ «Класичний фаховий коледж Сумського державного університету»
ORCID ID: 0000-0002-6844-5896

**Савченко О.В.**
здобувач вищої освіти
Сумський державний університет
ORCID ID: 0009-0007-2794-3956

*У статті розглядається професійне вигорання педагогічних працівників закладів освіти як складний інтегративний психоемоційний стан, зумовлений тривалим впливом професійних стресорів, що виявляється у виснаженні емоційних ресурсів, відчуженні від інших людей і зниженні професійної ефективності. Вигорання свідчить про системний дисбаланс між вимогами професійної діяльності та наявними особистісними, психологічними й організаційними ресурсами індивідуума. У роботі проведено операціоналізацію та багаторівневу класифікацію психологічних детермінант професійної деструкції в освітній сфері. Особливу увагу акцентовано на специфіці освітнього середовища, яке функціонує в умовах постійної турбулентності. Представлено результати емпіричного дослідження педагогічних працівників закладу фахової передвищої освіти, що підтвердили високий рівень поширеності вигорання серед респондентів. Встановлено значущу кореляцію інтенсивності проявів синдрому із соціально-демографічними змінними, зокрема, зі статтю, віком, наявністю наукового ступеня, сімейним станом і тривалістю педагогічного стажу. Ключовим результатом є диференціація захисного функціоналу життєстійкості: як інтегративний загальний ресурс вона не демонструє прямого буферного ефекту щодо всіх аспектів вигорання. Однак емпірично доведено, що її окремі структурні компоненти (зокрема, контроль, мотивація та прийняття виклику) здійснюють потужний опосередкований вплив на мінімізацію емоційного та професійного виснаження. Життєстійкість слугує інтегративним захисним буфером, головна функція якого – запобігти трансформації професійного стресу у хронічне вигорання. Вона модерує вплив детермінант, і чим вищий її рівень, тим менш імовірна професійна деформація фахівця під впливом значного стресового навантаження. З огляду на це запропоновано напрями профілактики вигорання педагогічних працівників, що включають психологічну підтримку, розвиток навичок емоційної саморегуляції, оптимізацію організаційних умов і формування культури взаємопідтримки у професійних колективах. Отримані результати засвідчують наукову та практичну значущість подальших досліджень у напрямі розроблення програм запобігання професійному вигоранню в умовах сучасних освітніх викликів.*
**Ключові слова:** *психоемоційне виснаження, життєстійкість, професійна деформація, профілактика вигорання, педагоги, освітнє середовище.*

*The article examined professional burnout among educational staff as a complex, integrative psycho-emotional condition caused by prolonged exposure to occupational stressors. It manifested in the depletion of emotional resources, detachment from others, and reduced professional effectiveness. Burnout reflected a systemic imbalance between the demands of professional activity and the personal, psychological, and organizational resources of the individual. The study operationalized and provided a multi-level classification of the psychological determinants of professional dysfunction in the educational sphere. Special attention was paid to the specificity of the educational environment, which operated under conditions of constant turbulence. The results of an empirical study of educational staff at a professional pre-higher education institution confirmed a high prevalence of burnout among the respondents. A significant correlation was established between the intensity of the syndrome and socio-demographic variables, including gender, age, academic degree, marital status, and length of teaching experience. A key finding was the differentiation of the protective function of resilience: as an integrative general resource, it did not demonstrate a direct buffering effect on all aspects of burnout. However, it was empirically shown that its individual structural components – particularly control, motivation, and challenge acceptance – exerted a strong indirect influence on minimizing emotional and professional exhaustion. Resilience served as an integrative protective buffer, whose main function was to prevent the transformation of professional stress into chronic burnout. It moderated the influence of determinants, and the higher its level, the lower the likelihood of professional deformation of the specialist under significant stress. Based on these findings, directions for the prevention of burnout among educational staff were proposed, including psychological support, development of emotional self-regulation skills, optimization of organizational conditions, and fostering a culture of mutual support within professional teams. The results demonstrated both the scientific and practical significance of further research aimed at developing programs to prevent professional burnout under modern educational challenges.*
**Key words:** *psycho-emotional exhaustion, resilience, professional deformation, burnout prevention, pedagogical staff, educational environment.*

**Постановка проблеми.** Тривале емоційне напруження, висока відповідальність за результати навчання, постійна комунікація з великою кількістю учасників освітнього процесу та необхідність швидко пристосовуватися до реформ і трансформацій у сфері освіти формують умови для хронічного стресу, що часто виступає підґрунтям для розвитку синдрому вигорання.

Особливо гостро це питання постає в умовах сучасних викликів – нестабільності соціального середовища, зростання психологічного тиску та дефіциту ресурсів. Додатковим чинником ризику

є нескінченні освітні реформи, ініційовані Міністерством освіти і науки України, які вимагають від педагогів постійної адаптації до нових стандартів і методичних підходів. Ситуацію ускладнює надмірна бюрократизація освітнього процесу: педагоги витрачають значну частину робочого часу на оформлення звітності, підготовку численних документів і дотримання формальних вимог, що відволікає від безпосередньої навчальної діяльності та посилює відчуття виснаження.

Водночас, попри зростання інтересу до цієї проблематики, питання комплексного вивчення взаємозв'язку між вигоранням і рівнем життєстійкості педагогів закладів фахової передвищої освіти дотепер досліджені не досить. Наукова та практична цінність такого аналізу полягає не лише у виявленні чинників ризику, а й у визначенні ресурсів, що дозволяють зберігати психологічне здоров'я педагогів, забезпечувати якість освітнього процесу в умовах суспільних і професійних трансформацій.

**Аналіз публікацій.** Професійне вигорання поступово стало однією із провідних тем досліджень у різних наукових галузях, оскільки воно має тісний зв'язок як із психологічним благополуччям працівників, так і з динамікою розвитку організацій.

Поняття "burnout" уперше ввів американський психіатр Г.Дж. Фрейденбергер у 1974 р. в описі стану емоційного виснаження в людей, які постійно взаємодіють з іншими у стресовому професійному контексті. За його спостереженнями, до цього стану найчастіше схильні особи, які віддають усі сили роботі, але не отримують очікуваного визнання чи результату, що призводить до внутрішнього виснаження [1].

У працях інших закордонних учених (П. Гітшкот, М. Джиліган, Дж. Еванс, Е. Махер, П. Ротлінг) і українських дослідників (Н. Перегончук, Н. Чепелєва) наголошується на тому, що основною передумовою професійного вигорання є тривалий стрес, що переходить у дистрес, унаслідок чого спостерігається емоційне виснаження як головний симптом. Проблематику професійного вигорання в Україні також досліджують Т. Зайчикова, Л. Карамушка, Л. Яценко, М. Корольчук, С. Мащак, Н. Перхайло й інші.

Попри значну кількість емпіричних досліджень феномену професійного вигорання, залишається не досить вивченим механізм взаємозв'язку між системою чинників ризику професійного вигорання та психологічними ресурсами життєстійкості в педагогічних працівників фахової передвищої освіти.

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні й емпіричній верифікації психологічних механізмів професійного вигорання педагогічних працівників фахової передвищої освіти, а також у визначенні та систематизації комплексу детермінант, що опосередковують взаємозв'язок між вигоранням і показниками професійної життєстійкості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Первинно термін «професійне вигорання» з'явився в зарубіжній науковій літературі, але із часом став активно використовуватись і в українському академічному середовищі. Нині існує чимало різних підходів до визначення цього явища, його ознак і чинників, що зумовлюють його формування.

Т. Колтунович інтерпретує цей синдром як «стан, який характеризується поступовою втратою суб'єктом життєвого тонусу під впливом пролонгованого стресу у професійній діяльності, що виявляється в симптомах хронічної втоми, загальному виснаженні, деперсоналізації, редукції професійних досягнень» [2, с. 38].

Н. Перхайло підкреслює деструктивний вплив вигорання на працездатність, особистісну самореалізацію та загальний стан здоров'я [3, с. 209].

М. Корольчук і В. Крайнюк уважають, що вигорання є кризовим етапом у трудовому житті, який супроводжується конфліктами в міжособистісних стосунках [4].

За спостереженнями Л. Яценко та Н. Перхайло, які аналізували гендерну специфіку вигорання серед соціальних працівників, цей стан виникає внаслідок емоційної напруги (дефіциту чи надлишку інформації), ненормованого графіка, складності завдань та багатоаспектності взаємодії із вразливими категоріями населення, тиску з боку колег [5, с. 28].

Н. Булатевич описує емоційне вигорання як наслідок професійної дезадаптації, яка формується під впливом окремих моделей поведінки, а педагогічну майстерність учителя визначає як провідний інструмент протидії вигоранню [6, с. 133].

В. Тесленко описала професійне вигорання педагогів як «неадаптивний, деструктивний стан фахівця, зайнятого у сферах діяльності, де є необхідність оцінювати й «ідеалізувати» себе й результати своєї роботи, який виникає внаслідок незбігу вимог до себе й результатів своєї діяльності», запропонувала власну концептуальну модель цього феномену [7, с. 44–45].

Отже, сучасні автори схильні розглядати вигорання як складне багатокомпонентне явище, що поєднує психологічний, фізіологічний, мотиваційний і соціальний аспекти.

Ми пропонуємо під професійним вигоранням розуміти інтегративний психоемоційний стан, зумовлений тривалим впливом професійних стресорів, що виявляється у виснаженні емоційних ресурсів, відчуженні від інших людей і зниженні професійної ефективності та відображає системний дисбаланс між вимогами професійної діяльності та наявними особистісними, психологічними й організаційними ресурсами суб'єкта праці.

Детермінанти професійного вигорання педагогічних працівників – це сукупність системних, динамічних і відносно стійких чинників різної природи, які під час взаємодії один з одним суттєво впливають на ймовірність виникнення, ступінь вираженості та швидкість прогресування синдрому про-

фесійного вигорання у фахівців освітньої сфери, виступають його первинною причиною, умовами розвитку або каталізатором.

Ключові аспекти детермінантів:

а) системність і динамічність означають, що ці чинники не є випадковими й можуть змінюватися в часі (наприклад, зміна освітньої політики чи управлінських рішень);

б) відносна стійкість, тобто працівник відчуває на собі негативний вплив окремих чинників не одноразово, а досить тривалий час, і через це спричиняється руйнівна дія на психологічне здоров'я;

в) різнорівневість свідчить про те, що детермінанти охоплюють усі рівні взаємодії індивідуума: особистісні, рольові (діяльнісні) й організаційні (управлінські);

г) першопричинність (каталізатор) передбачає, що чинник безпосередньо запускає негативний процес, який згодом призводить до формування основних компонентів вигорання.

Так, дослідники Н. Коваль і К. Колосова, як і більшість науковців, виокремлюють чинники, пов'язані із ситуацією у країні, організаційні, діяльнісні й особистісні [8].

Проте способів систематизувати детермінанти професійного вигорання педагогічних працівників значно більше (рисунок 1).

У контексті визначення детермінант професійного вигорання та психології загалом важливими є шляхи профілактики та подолання цього негативного психологічного явища. І ключовим важелем протидії, на нашу думку, є життєстійкість (або *Resilience* / пружність).

Наприклад, С. Мадді наголошував, що життєстійкість – це специфічна структура особистісних настанов і навичок, яка дозволяє людині розглядати життєві зміни як потенційні можливості. Цей підхід акцентує увагу на активному подоланні труднощів та розглядає життєстійкість як індикатор психологічної «живучості» й ефективності [9].

М. Унгар, у межах соціально-екологічного підходу, акцентує на ролі взаємозв'язку особистості й соціальних ресурсів позитивного впливу. У своїх дослідженнях він виокремлює соціальний компонент життєстійкості, що виявляється у здатності індивіда встановлювати й підтримувати змістовні міжособистісні стосунки, отримувати підтримку з боку сім'ї, громади й інституцій, а також ефективно функціонувати в соціальному середовищі [10].

**Рис. 1. Класифікація детермінант професійного вигорання педагогів**

*Джерело: систематизовано авторами на основі [2; 5–7; 12; 13] і доповнено.*

Отже, життєстійкість означає здатність індивіда (у нашому випадку – педагогічного працівника) ефективно протистояти, адаптуватися або відновлюватися після впливу стресових, травматичних або несприятливих професійних чинників, зберігати водночас психологічне здоров'я та функціональну продуктивність. Головна функціональна роль життєздатності – це запобігти переходу стресу у фазу хронічного вигорання. Тобто вона виступає захисним механізмом, або буфером, який модерує (пом'якшує) вплив детермінант вигорання. Вищий рівень життєстійкості зменшує ризик того, що навіть значні стресори призведуть до професійної деформації.

З огляду на викладене, професійну життєстійкість (*Professional Hardiness / Resilience*) доцільно трактувати як системну інтегративну особистісно-професійну властивість, що формується у фахівця впродовж його професійного становлення та кар'єрного шляху. Вона експлікується в таких ключових компонентах, як: 1) рівень включеності (залученості) у професійну діяльність; 2) здатність до проактивного контролю за її перебігом; 3) готовність до прийняття професійних викликів та конструктивного подолання перешкод. Ця властивість слугує потужним внутрішнім ресурсом, що забезпечує ефективне протистояння несприятливим робочим умовам, запобігає професійній дезадаптації та психосоматичним розладам здоров'я, а також виступає каталізатором особистісного та професійного розвитку фахівця.

Для перевірки висунутих гіпотези про те, що більшість викладачів закладів фахової передвищої освіти відчуває виражені ознаки професійного вигорання, а також що його показники корелюють із рівнями професійної життєстійкості, було організовано емпіричне дослідження на базі ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ».

У процесі емпіричного дослідження професійного вигорання, професійної життєстійкості та професійного самоздійснення педагогічних працівників було використано валідні психодіагностичні методики:

– опитувальник професійного вигорання (MBI) К. Маслач і С. Джексон, що дозволяє оцінити рівень емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції професійних досягнень, який є одним із найпоширеніших інструментів у світовій практиці психодіагностики;

– опитувальник професійної життєстійкості О. Кокуна, який визначає здатність педагога зберігати психологічну стійкість у професійно складних ситуаціях [11].

У дослідженні брали участь 37 педагогів закладів фахової передвищої освіти у віковому діапазоні від 25 до 65 років. Серед учасників 75,7% становили жінки, а 24,3% – чоловіки. Професійний досвід респондентів варіювався в діапазоні 8–38 років. Більшість учасників (78,4%) мали освітній рівень магістра, а 21,6% – кандидата наук. За сімейним станом 67,6% були одружені, а 32,4% – неодружені.

Розглянемо середні показники професійного вигорання за демографічними характеристиками (таблиця 1).

Узагальнюючи, можна зробити висновок, що професійне вигорання має виражену залежність від статі, віку, рівня освіти, стажу роботи та сімейного стану. Найбільш вразливими до вигорання виявились жінки, особи з науковим ступенем, працівники середнього та передпенсійного віку, а також ті, хто має значний професійний стаж і перебуває у шлюбі. Ці результати можуть бути враховані під час розроблення програм профілактики вигорання та психологічної підтримки персоналу.

Тепер дамо описову характеристику рівня професійної життєстійкості педагогічних працівників фахової передвищої освіти за «Опитувальником професійної життєстійкості О. Кокуна» (таблиця 2).

Середній показник професійної життєстійкості респондентів становив 57,03 бала (мода – 55, медіана – 56), а стандартне відхилення ($\Sigma = 7,90$) і коефіцієнт варіації ($V = 13,85\%$) свідчать про помірну варіативність результатів. Це означає, що більшість педагогічних працівників мають середній або вищий за середній рівень життєстійкості, що забезпечує ефективне реагування на стресові ситуації та підтримку професійної діяльності.

Аналіз складників показав, що найвищі середні значення спостерігаються в контролі над ситуацією, мотивації та прийнятті викликів, що відображає здатність до адаптації та професійної самореалізації. Найнижчі показники зафіксовані в соціальному й емоційному компонентах, що підкреслює потребу в розвитку емоційної компетентності та покращенні психологічного клімату в колективі.

Аналіз загального рівня професійної життєстійкості за категоріями наведений у таблиці 3.

У межах дослідження проведено кореляційний аналіз взаємозв'язків між професійним вигоранням і професійною життєстійкістю за допомогою коефіцієнта Пірсона ($n = 37$, $r$ критичне $= \pm 0,325$, $p < 0,05$). Виявлено високі позитивні кореляції між усіма компонентами професійної життєстійкості, що свідчить про її цілісність і системність. Емоційний компонент був значущо пов'язаний з мотиваційним, професійним і прийняттям викликів, мотиваційний – із професійним та інтегральним рівнем життєстійкості, а професійна включеність демонструвала найтісніший зв'язок із загальним показником ($r = 0,868$), що визначає її як ключовий ресурс адаптації.

Деякі складники життєстійкості показали статистично значущі зв'язки із проявами професійного вигорання. Водночас інтегральний рівень життєстійкості не мав прямого захисного ефекту щодо емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції професійних досягнень. Це дозволяє зробити висновок, що загальна життєстійкість не забезпечує повного захисту від вигорання, проте

Таблиця 1

**Середні показники професійного вигорання педагогічних працівників ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ» за демографічними характеристиками (бали)**

| **Категорія: Стать** | | | |
|---|---|---|---|
| *Стать* | *Емоційне вигорання* | *Деперсоналізація* | *Редукція* |
| Чоловіча | 23,67 | 14,56 | 17,67 |
| Жіноча | 28,04 | 16,82 | 24,75 |
| **Категорія: Освіта** | | | |
| *Освіта* | *Емоційне вигорання* | *Деперсоналізація* | *Редукція* |
| Кандидат наук | 28,38 | 16,63 | 24,75 |
| Магістр / спеціаліст | 26,59 | 16,17 | 22,55 |
| **Категорія: Вік** | | | |
| *Вік* | *Емоційне вигорання* | *Деперсоналізація* | *Редукція* |
| 25–30 років | 22,00 | 11,00 | 11,00 |
| 31–40 років | 25,50 | 13,88 | 20,50 |
| 41–50 років | 27,93 | 17,36 | 25,21 |
| 51–60 років | 28,50 | 17,80 | 25,10 |
| 60–65 років | 24,00 | 14,75 | 18,25 |
| **Категорія: Стаж роботи** | | | |
| *Стаж роботи* | *Емоційне вигорання* | *Деперсоналізація* | *Редукція* |
| 8–10 років | 24,67 | 13,00 | 18,67 |
| 11–20 років | 25,67 | 14,44 | 21,00 |
| 21–30 років | 29,36 | 18,64 | 25,14 |
| 30–38 років | 25,64 | 15,64 | 23,18 |
| **Категорія: Сімейний стан** | | | |
| *Сімейний стан* | *Емоційне вигорання* | *Деперсоналізація* | *Редукція* |
| Неодружені | 23,92 | 15,92 | 22,00 |
| Одружені | 28,44 | 16,44 | 23,52 |

*Джерело: розраховано авторами.*

Таблиця 2

**Описова статистика показників професійної життєстійкості (далі – ПЖ) педагогічних працівників ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ»**

| **Показник** | **Критерії описової статистики** | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **середнє значення (X)** | **мода (Mo)** | **медіана (Me)** | **стандартне відхилення (Σ)** | **коефіцієнт варіації (V)** |
| Загальний рівень ПЖ | 57,03 | 55 | 56 | 7,90 | 13,85% |
| Рівень професійної включеності | 18,32 | 16 | 18 | 3,58 | 19,54% |
| Рівень професійного контролю | 19,81 | 20 | 20 | 3,21 | 16,20% |
| Рівень професійного прийняття виклику | 18,89 | 17 | 18 | 3,08 | 16,30% |
| Рівень емоційного компонента ПЖ | 13,81 | 14 | 14 | 2,58 | 18,68% |
| Рівень мотиваційного компонента ПЖ | 15,43 | 14 | 15 | 2,48 | 16,07% |
| Рівень соціального компонента ПЖ | 13,46 | 14 | 13 | 2,14 | 15,90% |
| Рівень власне професійного компонента ПЖ | 14,32 | 14 | 14 | 2,53 | 17,67% |

*Джерело: розраховано авторами.*

окремі її компоненти можуть опосередковано пом'якшувати прояви емоційного та професійного виснаження.

**Висновки.** 1. Професійне вигорання педагогів є складним психоемоційним синдромом, що виникає внаслідок тривалого хронічного стресу

Таблиця 3

**Загальний рівень професійної життєстійкості (ПЖ) за окремими категоріями педагогічних працівників ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ» (бали)**

| **Категорія: Стать** | |
|---|---|
| *Стать* | *Середній загальний рівень ПЖ* |
| Чоловіча | 60,67 |
| Жіноча | 55,86 |
| **Категорія: Освіта** | |
| *Освіта* | *Середній загальний рівень ПЖ* |
| Кандидат наук | 55,79 |
| Магістр/спеціаліст | 61,50 |
| **Категорія: Вік** | |
| *Вік* | *Середній загальний рівень ПЖ* |
| 25–30 років | 47,00 |
| 31–40 років | 53,00 |
| 41–50 років | 59,14 |
| 51–60 років | 58,30 |
| 60–65 років | 57,00 |
| **Категорія: Стаж роботи** | |
| *Стаж роботи* | *Середній загальний рівень ПЖ* |
| 8–10 років | 44,67 |
| 11–20 років | 57,56 |
| 21–30 років | 58,86 |
| 30–38 років | 57,64 |

*Джерело: розраховано авторами.*

й проявляється як емоційна втома, деперсоналізація та зменшення відчуття власних професійних досягнень. Його розвиток зумовлений як індивідуальними, так і соціально-організаційними детермінантами.

2. Професійна життєстійкість визначається як інтегральна особистісна якість, що забезпечує збереження психічної рівноваги, адаптацію до стресу та продуктивність у складних професійних умовах. Вона будується з когнітивних, емоційних, мотиваційних, соціальних і поведінкових компонентів.

3. Емпіричне дослідження показало, що педагоги переважно мають високий рівень професійного вигорання, особливо за шкалами деперсоналізації (89,2%) і редукції досягнень (83,8%).

4. Професійна життєстійкість у більшості респондентів сформована на середньому або вищому рівні, водночас найбільш розвиненими виявилися компоненти контролю, мотивації та прийняття виклику, що забезпечують збереження ефективності в умовах професійного навантаження.

5. Жінки, респонденти з науковим ступенем, особи середнього та передпенсійного віку, а також педагоги зі значним стажем і у шлюбі є більш вразливими до вигорання, що потребує орієнтації профілактичних заходів саме на ці групи ризику. Встановлено, що з віком і професійним досвідом рівень життєстійкості зростає, що свідчить про адаптаційний потенціал, сформований у процесі професійного становлення.

6. Кореляційний аналіз засвідчив високу взаємозалежність між компонентами вигорання та деяку узгодженість усіх складників професійної життєстійкості, що підтверджує їхню концептуальну цілісність і потенціал для психологічної саморегуляції. Тому розвиток професійної життєстійкості – перспективний напрям профілактики вигорання, оскільки окремі її компоненти (емоційна саморегуляція, прийняття викликів, мотивація) демонструють буферну дію проти стресогенних чинників освітнього середовища.

7. Подальші наукові дослідження доцільно зосередити на вивченні ефективності цілеспрямованих психологічних інтервенцій [14] і програм розвитку професійної життєстійкості педагогів з метою зниження рівня професійного вигорання.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Freudenberger H.J. Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*. 1974. Vol. 30. № 1. P. 159–165. URL: https://www.scribd.com/document/463233572/SB-1974

2. Колтунович Т. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2016. 352 с. URL: https://theses.oa.edu.ua/DATA/87/dis_Koltunovych.pdf

3. Перхайло Н. Попередження професійного вигоряння майбутніх працівників соціальної сфери. *Педагогіка та психологія :* збірник наукових праць. Хар-

ків, 2016. Вип. 55. С. 204–210. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpkhnpu_ped_2016_55_24

4. Корольчук М., Крайнюк В. Соціально-психологічне забезпечення діяльності у звичайних і екстремальних умовах : навчальний посібник для студентів вищих навальних закладів. Київ : Ніка-Центр, 2006. 580 с.

5. Яценко Л., Перхайло Н. Гендерні особливості професійного вигоряння фахівців із соціальної роботи. *Габітус*. 2021. Вип. 25. С. 27–31. DOI: 10.32843/2663- 5208.2021.25.4

6. Булатевич Н. Синдром емоційного вигорання вчителя : дис. … канд. психол. наук : 19.00.04. Київ, 2024. 158 с. URL: https://uacademic.info/ua/document/0405U000531

7. Тесленко В. Психологічні засади профілактики синдрому професійного вигорання педагогічного персоналу закладів загальної середньої освіти різних форм власності : дис. … канд. психол. наук : 19.00.10. Київ : ВНЗ «Ун-т економіки та права «КРОК»», 2021. 268 с. URL: https://library.krok.edu.ua/media/library/category/disertatsiji-avtoreferati-vidguki/teslenko_2021-disertatsija.pdf

8. Коваль Н., Колосова К. Управлінська діяльність з попередження синдрому професійного вигорання в сучасних умовах. *Економіка та суспільство.* 2024. № 66. DOI: 10.32782/2524-0072/2024-66-49

9. Maddi S.R. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology.* 2004. Т. 44. № 3. P. 279–298. URL: https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=757118

10. Ungar M. The social ecology of resilience: addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct*. American Journal of Orthopsychiatry*. 2011. Vol. 81. № 1. P. 1–17. URL: https://michaelungar.com/files/15contributions/10._The_Social_Ecology_of_Resilience.pdf

11. Кокун О. Професійна життєстійкість особистості: аналіз феномену. *Актуальні проблеми психології: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*. 2020. Т. 20.5. С. 68–81. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/721356/1/Kokun_OM_2020_Professional_hardiness_of_personality_an_analy.pdf

12. Зайчикова Т. Чинники прояву та передумови формування синдрому «професійного вигорання» у вчителів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.* Серія 12 «Психологічні науки». Київ, 2020. Вип. 11 (56). С. 57–56. DOI: 10.31392/NPU-nc.series12.2020.11(56).05

13. Мащак С. Професійне вигорання особистості як соціально-психологічна проблема. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ.* Серія «Психологічна». 2012. Вип. 2 (1). С. 444–452. URL: http://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology/article/view/489

14. Олійник М. Дослідження синдрому вигорання. КПТ-орієнтована модель допомоги при емоційному вигоранні. Львів : Український інститут когнітивно-поведінкової освіти, 2021. 50 с. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2021/08/Oliynyk-M.-KPT-oriyentovana-model-dopomogy-pry-emotsiynomu-vygoranni.pdf

*Стаття надійшла у редакцію: 07.09.2025*
*Стаття прийнята: 18.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ВПЛИВ ДОРОСЛИХ НА ПСИХІЧНИЙ РОЗВИТОК ДИТИНИ: ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ У ФОКУСІ

# THE INFLUENCE OF ADULTS ON THE MENTAL DEVELOPMENT OF A CHILD: AGE PSYCHOLOGY IN FOCUS

УДК 59.922.7:37.015.3
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.21
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Співак Я.О.**
д.пед.н., професор, професор кафедри практичної психології
Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний університет»
ORCID ID: 0000-0001-6263-535X

**Співак Л.А.**
к.пед.н., доцент, доцент кафедри практичної психології
Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний університет»
ORCID ID: 0000-0003-0642-3330

*У статті представлено ґрунтовний аналіз впливу дорослих на психічний розвиток дитини з позиції вікової психології. Проаналізовано культурно-історичний, гуманістичний, біхевіористичний і когнітивний підходи до розуміння ролі дорослого. Охарактеризовано вплив дорослих на психічний розвиток дитини, що відбувається у взаємодії із соціальним середовищем. Висвітлено ключові функції дорослого в житті дитини: виховну, регулятивну, підтримувальну, функцію моделювання поведінки. Особлива увага приділена взаємозв'язку між стилем виховання і рівнем розвитку емоційної регуляції дитини, а також значущому аспекту психічного розвитку дитини – формуванню її психологічних меж під впливом дорослого. Досліджено сучасні теоретичні моделі, що підтверджують ключову роль дорослого як агента соціалізації, емоційної підтримки та когнітивного розвитку. У статті узагальнено результати новітніх емпіричних досліджень і зроблено акцент на вікову специфіку впливу. Розглянуто, як змінюються запити дитини до дорослого залежно від етапу розвитку. Виділено роль дорослого як фасилітатора когнітивного розвитку через стимулювання мислення та мовлення. Розкрито механізми опосередкованого впливу дорослого через соціальні норми та культурні практики. Обґрунтовано, що позитивна взаємодія з дорослими є передумовою для успішної соціалізації. Увагу зосереджено також на педагогічних і психотерапевтичних аспектах взаємодії дорослого з дитиною. Розкрито важливість діалогу, підтримки автономії та визнання емоцій дитини. Виокремлено чинники, які посилюють або послаблюють позитивний вплив дорослого в контексті сучасних соціальних умов. Окремо розглянуто роль батьків, педагогів та інших значущих дорослих. Зроблено акцент на формуванні психологічних меж дитини – здатності до саморефлексії, розуміння власної автономії та встановлення особистих кордонів. Матеріал буде корисний для психологів, педагогів, соціальних працівників. Визначено ключові чинники позитивного впливу дорослого на психіку дитини. Розглянуто роль довіри, безпеки та підтримки в контексті вікових криз. Порушено питання про етичні аспекти впливу дорослого. Наголошено на необхідності підготовки дорослих до усвідомленої взаємодії з дітьми. Стаття сприяє глибшому розумінню того, як дорослий впливає на становлення дитини як особистості. Окреслено вектори подальших досліджень.*
**Ключові слова:** *психічний розвиток дитини, дорослий, вікова психологія, виховання, емоційна підтримка, стиль взаємодії, соціалізація, самоідентичність, межі особистості, дитячо-дорослі взаємини.*

*The article presents a thorough analysis of the influence of adults on the mental development of a child from the perspective of age psychology. The cultural-historical, humanistic, behavioral and cognitive approaches to understanding the role of an adult are analyzed. The impact of adults on the child's psychological development, occurring within the interaction with the social environment, has been characterized. The key functions of adults in the child's life are outlined, including educational, regulatory, supportive, and behavioral modeling functions. Special attention is paid to the relationship between the style of upbringing and the level of development of a child's emotional regulation. The article summarizes the results of the latest empirical research and emphasizes the age-specific nature of the influence. It examines how a child's requests for an adult change depending on the stage of development. Particular emphasis is placed on the interrelation between parenting styles and the child's level of emotional regulation, as well as on a critical aspect of the child's psychological development – the establishment of psychological boundaries under adult influence. Contemporary theoretical models are analyzed, corroborating the pivotal role of adults as agents of socialization, providers of emotional support, and facilitators of cognitive development. It investigates how a lack of emotional support at an early age can cause difficulties in forming self-esteem and trust in the world. The role of an adult as a facilitator of cognitive development through stimulating thinking and speech is highlighted. The mechanisms of indirect adult influence through social norms and cultural practices are revealed. It is substantiated that positive interaction with adults is a prerequisite for successful socialization. Attention is also focused on the pedagogical and psychotherapeutic aspects of adult-child interaction. The importance of dialogue, supporting autonomy, and recognizing a child's emotions is revealed. The role of parents, teachers, and other significant adults is separately considered. Factors that enhance or diminish the positive influence of adults in the context of contemporary social conditions are identified. The roles of parents, educators, and other significant adults are examined separately. Emphasis is placed on the development of the child's psychological boundaries – the capacity for self-reflection, understanding of personal autonomy, and establishment of individual limits. The material will be useful for psychologists, teachers, and social workers. The key factors of a positive adult influence on a child's psyche are identified. Criteria for assessing the quality of interaction with a child at different stages of development are proposed. The role of trust, security, and support in the context of age crises is considered. The issue of ethical aspects of adult influence is raised. The need to prepare adults for conscious interaction with children is emphasized. Vectors for further research are outlined. The article contributes to a deeper understanding of how an adult influences the formation of a child as a personality.*
**Key words:** *child's mental development, adult, age psychology, upbringing, emotional support, interaction style, socialization, self-identity, personality boundaries, child-adult relationships.*

**Постановка проблеми.** Проблема впливу дорослих на психічний розвиток дитини залишається однією із ключових у віковій психології, оскільки психічне становлення особистості відбувається не в ізоляції, а у взаємодії із соціальним середовищем, де головну роль відіграють саме дорослі. У сучасному світі ця проблема набуває нової глибини й багатогранності через трансформацію соціокультурних реалій, цифровізацію, зміну моделей батьківства й еволюцію освітніх і виховних практик.

Дорослий у житті дитини виконує низку ключових функцій: виховну, регулятивну, підтримувальну, а також функцію моделювання поведінки. У різних контекстах – сімейному, освітньому, культурному – він виступає як носій норм, цінностей, поведінкових моделей і джерело емоційної безпеки. Проте зі зміною стилів життя та соціальних ролей змінюється і характер цієї взаємодії. Зокрема, спостерігається зниження емоційної доступності дорослого через перевантаженість, стрес, цифрову залежність, а також розмивання меж відповідальності за психічний стан дитини.

Зростання випадків тривожності, депресивних станів, агресії та розладів емоційної регуляції серед дітей і підлітків вказує на порушення у сфері підтримки, прив'язаності та комунікації з боку дорослих. Такі порушення особливо помітні на фоні глобальних змін – війни, пандемії, соціальної нестабільності, які додатково ускладнюють процеси психоемоційного розвитку. Педагоги, психологи та соціальні працівники наголошують на важливості активної присутності дорослого в житті дитини не лише як формального опікуна, а як емоційно включеного партнера.

Особливого значення набуває дослідження вікової динаміки цього впливу: у дошкільному віці дитина найбільш чутлива до емоційного клімату в родині, у молодшому шкільному віці – до стилю виховання та когнітивної підтримки, а в підлітковому – до визнання особистісної автономії. Отже, актуальність теми зумовлена потребою в оновленій науково-практичній картині впливу дорослих на дитину у світі, що стрімко змінюється.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останні наукові дослідження підтверджують, що дорослий відіграє ключову роль у психічному розвитку дитини через механізми емоційної підтримки, соціального моделювання та формування безпечного середовища. Іноземні автори, зокрема М. Борнштейн [6], А. Мастен [12], Дж. Шонкоф [13], підкреслюють значущість раннього досвіду, стабільних прив'язаностей і впливу стилів виховання на формування саморегуляції, емоційної стійкості й соціальних навичок. У роботах Дж. Кесседі та П. Шейвера [8], Н. Ейзенберга [10] простежується тісний зв'язок між емоційним кліматом у родині, способом комунікації дорослого з дитиною та рівнем дезадаптації або психологічного добробуту.

Українські вчені (О. Демченко [2], С. Кондратюк [3], О. Морозова [4]) акцентують на впливі дорослого в умовах сучасного соціокультурного простору, включаючи освітнє середовище, зміни в сімейних структурах і цифровізацію. Особливу увагу приділено таким аспектам, як розвиток психологічних меж, емоційна саморегуляція, самодетермінація в підлітковому віці. Новизна вітчизняних досліджень полягає у вивченні динаміки взаємодії дорослого з дитиною не лише в родині, а й у розширеному соціальному оточенні – учителях, наставниках, а також у контексті впливу медіа та цифрових технологій.

У межах цього дослідження акцентується увага на маловивченому, проте надзвичайно значущому аспекті психічного розвитку дитини – формуванні її психологічних меж під впливом дорослого. Ідеться не лише про поведінкові рамки чи дисципліну, а про глибші механізми: здатність дитини до саморефлексії, усвідомлення власної автономії, розпізнавання та обстоювання особистих кордонів у взаємостосунках. Цей напрям практично не був у фокусі класичної вікової психології, що здебільшого концентрувалась на когнітивному, емоційному та соціальному аспектах розвитку.

**Мета статті** – комплексне вивчення характеру й особливостей впливу дорослих на психічний розвиток дитини з урахуванням вікових етапів і соціокультурного контексту. Завдання дослідження: узагальнити наукові підходи до проблеми впливу дорослого на психічний розвиток дитини; виокремити особливості ролі дорослого у формуванні психіки дитини на різних вікових етапах; проаналізувати вплив стилів виховання на емоційний, когнітивний і соціальний розвиток; виявити фактори, що посилюють або послаблюють позитивний вплив дорослого в контексті змінених соціальних умов; дослідити роль інших дорослих (учителів, наставників, близького оточення) у розвитку дитини поза межами родини; з'ясувати, які компоненти взаємодії дорослого з дитиною сприяють формуванню психічної стійкості, саморегуляції та самооцінки.

**Виклад основного матеріалу.** Вивчення впливу дорослих на психічний розвиток дитини охоплює широкий спектр теоретичних підходів, що дозволяють комплексно розглянути цю складну проблему. Класичні психоаналітичні теорії, соціально-поведінкові концепції, теорія прив'язаності, когнітивно-поведінкові та нейропсихологічні моделі разом формують багатовимірне бачення процесів, що відбуваються у психіці дитини під впливом дорослого. Усі вони підкреслюють ключову роль дорослого, але кожен із підходів акцентує різні аспекти: від формування базових емоційних зв'язків до розвитку когнітивних схем і соціальних навичок. Таке багатогранне бачення створює підґрунтя для подальшого детального вивчення ролі дорослого в розвитку дитини, з урахуванням специфіки вікових змін, які відбуваються у психіці.

Вплив дорослих на психічний розвиток дитини вивчають у рамках різних теоретичних підходів. Класична психоаналітична теорія З. Фрейда підкреслює роль ранніх взаємодій із батьками у фор-

муванні основ особистості. З іншого боку, теорія соціального навчання А. Бандури акцентує увагу на моделюванні поведінки дитини через спостереження за дорослими. Сучасні когнітивно-поведінкові моделі підкреслюють, що дорослі не лише моделюють поведінку, а й активно формують когнітивні схеми дитини, навчають її сприйняття світу й емоційної регуляції.

Більш нові концепції, як-от теорія прив'язаності Дж. Боулбі, демонструють, що емоційна безпека, яку створює дорослий, є фундаментом для розвитку внутрішньої стабільності дитини. Зараз дедалі більше уваги приділяється інтегративним моделям, що поєднують біологічні, соціокультурні та психологічні фактори. Наприклад, сучасні нейропсихологічні дослідження доводять, що вплив дорослих на ранньому етапі може змінювати структури мозку, які відповідають за емоції та саморегуляцію.

Констатуємо, що якість взаємодії дорослого з дитиною, а не просто його присутність, визначає напрям психічного розвитку. Зокрема, позитивні емоційні взаємодії стимулюють розвиток нейронних мереж, відповідальних за емпатію та соціальні навички. Навпаки, емоційне нехтування або надмірна критика можуть спричинити порушення саморегуляції та зниження рівня довіри.

Виокремимо, роль дорослого як посередника в засвоєнні культурних норм і цінностей впливає на формування моральних і соціальних уявлень дитини. Сучасний дослідницький дискурс відходить від узагальнених моделей до більш індивідуалізованого підходу, з урахуванням особливостей дитини, контексту родини, соціального середовища та культурних відмінностей. У табл. 1 наведено основні теоретичні підходи до впливу дорослого на психіку дитини, їхній основний зміст і внесок у дослідження.

Виходячи із загального розуміння впливу дорослого, варто звернути увагу на те, що ця роль не є статичною, а змінюється залежно від віку дитини та її психологічних потреб. Кожен віковий період вимагає від дорослого інших функцій – від створення емоційної безпеки в ранньому дитинстві до підтримки автономії в підлітковому віці. Розуміння цих вікових особливостей допомагає більш точно визначити, яким чином дорослий може найбільш ефективно впливати на психічний розвиток дитини, забезпечувати їй умови для гармонійного зростання та розвитку (див. рис. 1).

Таблиця 1

**Теоретичні підходи до впливу дорослого на психіку дитини**

| Теоретичний підхід | Основний зміст | Внесок у розуміння впливу дорослого |
|---|---|---|
| Психоаналіз (З. Фрейд) | Вплив ранніх взаємодій на особистість | Формування базових структур психіки |
| Теорія соціального навчання | Моделювання поведінки через спостереження | Вивчення поведінкових патернів |
| Теорія прив'язаності (Дж. Боулбі) | Емоційна безпека як основа розвитку | Визначення ролі емоційної підтримки |
| Когнітивно-поведінкові моделі | Формування когнітивних схем | Розвиток навичок регуляції емоцій і поведінки |
| Нейропсихологія | Вплив на розвиток мозку | Виявлення біологічних механізмів впливу |

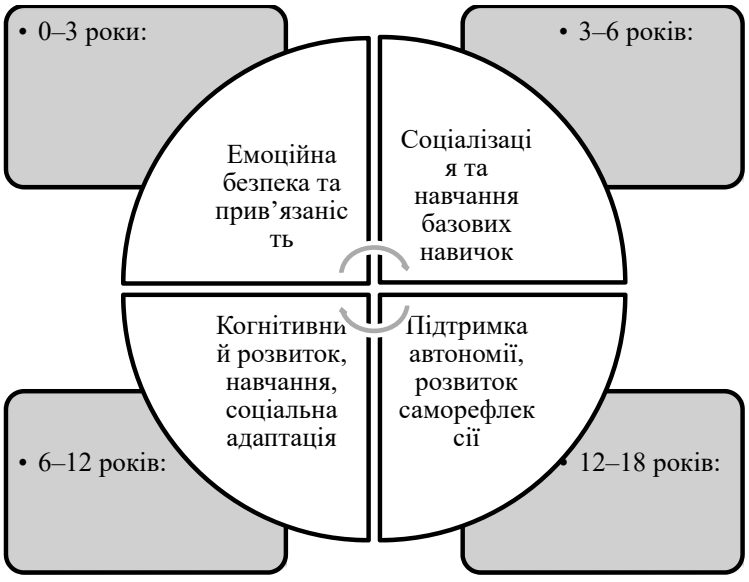


**Рис. 1. Зміна ролі дорослого залежно від віку дитини**

Розглянемо більш детально роль. У перші роки життя дорослий виступає основним джерелом безпеки й емоційного тепла. Дитина в цей період залежить від дорослого для задоволення базових потреб, формування прив'язаності та становлення емоційної стабільності. Відповідно до теорії прив'язаності, якість взаємодії в ранньому дитинстві безпосередньо впливає на здатність дитини встановлювати довірчі відносини в майбутньому.

У дошкільному віці дорослий починає виконувати функцію соціалізатора, навчає дитину базових норм і правил поведінки. Емоційна підтримка залишається важливою, але зростає значення навчання мовленнєвих, пізнавальних і соціальних навичок. У цей період інтенсивно формується самосвідомість, тому дорослий повинен ураховувати індивідуальні особливості розвитку.

У молодшому шкільному віці акцент зміщується на розвиток когнітивних навичок і здатності до навчання. Дорослий, зокрема вчитель, виступає джерелом знань і прикладом соціальної поведінки. Взаємодія з дорослими поза сім'єю стає важливою для розвитку навичок співпраці, адаптації та самооцінки.

У підлітковому віці дитина прагне до автономії і самоствердження, тому роль дорослого трансформується в опорну й консультативну. Важливим є баланс між свободою і встановленням меж, щоб уникнути конфліктів і сприяти розвитку саморефлексії. Психологічні дослідження підкреслюють, що позитивна підтримка дорослого в підлітковому віці пов'язана із кращим рівнем психічного здоров'я та зниженням ризику девіантної поведінки.

Окремо варто розглянути стилі виховання, які конкретизують поведінкові стратегії дорослого й значною мірою визначають характер його впливу на дитину. Адже саме через стиль виховання дорослий передає дитині життєві цінності, соціальні норми й емоційні настанови, що формують її психіку. Аналіз різних стилів виховання дозволяє виявити, які з них сприяють позитивному розвитку дитини, а які – можуть негативно впливати на її емоційний стан, когнітивні здібності та соціальну адаптацію.

Стилі виховання – один із ключових чинників впливу дорослого на дитину. Відповідно до класифікації Діан Баумистер, виділяють такі стилі виховання: авторитарний, авторитетний, індиферентний і потурання. Авторитетний стиль, який поєднує теплоту, підтримку й чіткі правила, уважається найефективнішим для розвитку психічної стійкості та соціальних навичок.

Авторитарний стиль, що характеризується високою контролюючою поведінкою без тепла, часто призводить до підвищеної тривожності, низької самооцінки та проблем у взаєминах. Індиферентний стиль спричиняє емоційну відчуженість дитини, що може провокувати розвиток агресії та проблем із саморегуляцією.

Дослідження останніх років показують, що стиль виховання значною мірою впливає на когнітивний розвиток: стилі, що підтримують та стимулюють, сприяють кращій академічній успішності, розвитку мислення та навичок розв'язання проблем. Емоційна доступність дорослого пов'язана зі зниженням ризику депресії та тривожних розладів у дітей.

Вплив стилю виховання посилюється або послаблюється залежно від зовнішніх чинників: соціальної підтримки, рівня стресу в сім'ї, економічної стабільності тощо (див. табл. 2).

Сучасне суспільство зазнає значних трансформацій, що впливають на традиційну роль дорослого у вихованні. Цифровізація, поширення соціальних мереж і зміна моделей сім'ї формують нові виклики. Зокрема, зростає кількість сімей з розділеними батьками, подружжям, де обидва дорослі працюють, або багатодітних родин із замалою кількістю часу на дитину.

Проте варто підкреслити, що вплив дорослого не відбувається у вакуумі – сучасні соціальні зміни значно ускладнюють процес виховання. Цифровізація, нові моделі сім'ї, економічні та психологічні виклики створюють як ризики, так і можливості для впливу дорослого на психічний розвиток дитини. Тому важливо проаналізувати, які фактори в сучасному соціальному середовищі можуть підсилювати або, навпаки, послаблювати позитивний вплив дорослого, щоби більш ефективно підтримувати дитину у складних умовах.

Стресові фактори, економічна нестабільність, емоційне вигорання дорослих негативно впливають на якість взаємодії. У таких умовах дитина може відчувати нестачу уваги та підтримки, що призводить до порушень емоційної регуляції.

Водночас соціальна підтримка з боку розширеного оточення (друзі родини, освітяни, психологи) може компенсувати ці негативні фактори. Особливо важливими є системи підтримки в освітніх закладах, що допомагають дорослим ефективніше

Таблиця 2

**Узагальнення впливу основних стилів виховання на різні аспекти психічного розвитку**

| Стиль виховання | Емоційний розвиток | Когнітивний розвиток | Соціальний розвиток |
|---|---|---|---|
| Авторитетний | Позитивний, висока саморегуляція. | Високий рівень навичок мислення. | Розвинені соціальні навички. |
| Авторитарний | Тривожність, низька самооцінка. | Посередній, низька мотивація. | Проблеми у спілкуванні. |
| Індиферентний | Емоційна відчуженість. | Низький рівень розвитку. | Агресія, проблеми у взаємодії. |
| Потурання | Нестабільність емоцій. | Низький самоконтроль. | Соціальна залежність. |

виконувати виховні функції. Учителі, наставники, тренери й інші дорослі є важливими суб'єктами соціалізації та розвитку. Їхній вплив може доповнювати або коригувати роль батьків, формувати в дитини соціальні компетенції, мотивацію до навчання та особистісні якості. Вивчення ролі позасімейних дорослих дає змогу розширити розуміння комплексності впливу дорослих у різних сферах життя дитини.

Наставники можуть сприяти розвитку ціннісних орієнтацій, формуванню професійних інтересів і розширенню соціальних зв'язків дитини. Соціальні програми, що залучають наставників, довели свою ефективність у профілактиці девіантної поведінки.

Водночас конфліктні або відчужені стосунки з іншими дорослими можуть підсилити ризик розвитку психологічних проблем. Особливо важливо, щоб позасімейні дорослі були залучені у виховний процес, співпрацювали з батьками та розуміли індивідуальні потреби дитини.

Заключною ланкою аналізу є визначення ключових компонентів взаємодії, які формують у дитини такі важливі якості, як психічна стійкість, здатність до саморегуляції та адекватна самооцінка. Ці характеристики є фундаментальними для здорового розвитку особистості й забезпечують здатність дитини ефективно долати життєві труднощі. Акцентуємо на необхідності формування психологічних меж дитини, що включатиме її здатність до саморефлексії та встановлення особистих кордонів – аспект, який раніше залишався поза увагою класичної вікової психології.

Формування психічної стійкості та саморегуляції залежить від багатьох факторів взаємодії. По-перше, це емоційна підтримка – здатність дорослого розпізнавати та приймати емоції дитини, допомагати їй їх усвідомлювати та контролювати.

По-друге, велике значення має надання автономії – дорослий повинен стимулювати ініціативність дитини, дозволяти їй ухвалювати рішення і не карати за помилки, що формує здорову самооцінку. Третім компонентом є встановлення чітких меж і правил, які забезпечують розуміння соціальних норм і гарантують відчуття безпеки. Наголосимо, що саме баланс між підтримкою і вимогами формує в дитини здатність до саморефлексії, розуміння власних меж і автономії.

**Висновки і пропозиції.** Проведений аналіз наукових підходів до проблеми впливу дорослого на психічний розвиток дитини демонструє багатогранність та складність цього процесу. Сучасні теоретичні моделі підтверджують ключову роль дорослого як агента соціалізації, емоційної підтримки та когнітивного розвитку. Водночас зміни в соціокультурному середовищі, зокрема поширення цифрових технологій і трансформація сімейних структур, ставлять нові виклики для традиційних моделей виховання, потребують адаптації підходів.

Важливо підкреслити, що роль дорослого у формуванні психіки дитини є динамічною та варіюється залежно від вікового етапу. Особливості впливу дорослого, зокрема створення емоційної безпеки в ранньому дитинстві, підтримка автономії в підлітковому періоді, а також розвиток саморегуляції і самооцінки, мають бути враховані в комплексних стратегіях виховання.

Аналіз стилів виховання показав, що демократичний стиль, який поєднує підтримку з відповідальними вимогами, найкраще сприяє гармонійному емоційному, когнітивному та соціальному розвитку дитини. Водночас авторитарні чи надмірно ліберальні підходи можуть негативно позначатися на психічному здоров'ї дитини.

Важливим внеском дослідження є виокремлення факторів, які посилюють або послаблюють позитивний вплив дорослого в контексті сучасних соціальних умов. Економічні, емоційні, технологічні виклики, а також наявність системи підтримки поза родиною визначають ефективність виховного процесу.

Особливу увагу варто звернути на значення інших дорослих – учителів, наставників, тренерів, які відіграють ключову роль у соціальному становленні дитини поза межами сімейного оточення. Їхня участь може доповнювати або навіть компенсувати недоліки родинного виховання.

Зроблено акцент на формуванні психологічних меж дитини – здатності до саморефлексії, розуміння власної автономії та встановлення особистих кордонів. Цей аспект є фундаментальним для здорового психічного розвитку, проте досі залишався малодослідженим у віковій психології. Результати роботи можуть стати основою для розроблення практичних рекомендацій і програм підтримки дорослих у вихованні дітей, що сприятиме формуванню стійких, саморегульованих і соціально адаптованих особистостей.

Отже, системне вивчення впливу дорослого на психічний розвиток дитини з урахуванням сучасних викликів має першочергове значення для науки та практики психології, педагогіки та соціальної роботи.

Подальші дослідження доцільно спрямувати на глибше вивчення ролі дорослого у формуванні психологічних меж дитини, зокрема здатності до саморефлексії, автономії та побудови особистих кордонів. Перспективними є напрями, що охоплюють вплив стилів виховання на саморегуляцію, емоційний розвиток і резильєнтність; значення позасімейних дорослих (учителів, наставників) у розвитку дитини; соціокультурні модифікатори дорослo-дитячої взаємодії в умовах цифровізації; а також використання сучасних інструментів підтримки психічного здоров'я дітей через навчання дорослих. Особливо актуальним є застосування лонгітюдних і міждисциплінарних підходів у межах вікової психології, нейропсихології та педагогіки.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бастракова А. Вплив стилю батьківського виховання на становлення самодетермінації як складо-

вої особистісного потенціалу підлітків. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2015. № 2. С. 59–67. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tippp_2015_2_10

2. Демченко О., Драбинюк С. емоційної саморегуляції молодших школярів із проявами обдарованості у процесі організації театрального гуртка*. Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2023. № 4 (91). С. 68–75.

3. Кондратюк С., Бутенко В. Особливості формування соціальної компетентності дітей старшого дошкільного віку. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького.* Серія: «Педагогічні науки». 2019. № 12. URL: https://ped-ejournal.cdu.edu.ua/article/view/3209

4. Морозова О. Вплив дитячо-батьківських відносин на формування психологічних меж особистості підлітків : кваліфікаційна робота магістра спеціальності 053 «Психологія» / наук. керівник Т. Гура. Запоріжжя : ЗНУ, 2023. 65 с.

5. Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми : монографія / за наук. ред. С. Максименка. Київ : ВД «Слово», 2020. 220 с.

6. Bornstein M.H. (Ed.). Handbook of Parenting. Volume 3 : Being and Becoming a Parent. 3rd ed. Routledge, 2019.

7. Bradley R.H., Corwyn R.F. Socioeconomic Status and Child Development. Annual Review of Psychology. 2002. № 53. P. 371–399.

8. Cassidy J., Shaver P.R. (Eds.). Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. 3rd ed. Guilford Press, 2018.

9. Denham S.A., Burton R. Social and Emotional Prevention and Intervention Programming for Preschoolers. Springer, 2003.

10. Eisenberg N., Spinrad T.L., Eggum N.D. Emotion-related Self-regulation and Its Relation to Children's Maladjustment. Annual Review of Clinical Psychology. 2010. № 6. P. 495–525.

11. Gershoff E.T., Grogan-Kaylor A. Spanking and Child Outcomes: Old Controversies and New Meta-Analyses. Journal of Family Psychology. 2016. № 30 (4). P. 453–469.

12. Masten A.S., Barnes A.J. Resilience in Children: Developmental Perspectives. Children. 2018. № 5 (7). P. 98.

13. Shonkoff J.P., Phillips D.A. (Eds.). From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development. National Academies Press, 2000.

14. Sroufe L.A., Coffino B., Carlson E.A. Conceptualizing the Role of Early Experience: Lessons from the Minnesota Longitudinal Study. Developmental Review. 2010. № 30 (1). P. 36–51.

*Стаття надійшла у редакцію: 23.09.2025*
*Стаття прийнята: 03.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ВІДЧУТТЯ ДОМУ ЯК ЧИННИК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ВПО У ПРИЙМАЮЧИХ ГРОМАДАХ (НА ПРИКЛАДІ М. ЯМПІЛЬ ВІННИЦЬКОЇ ОБЛАСТІ)

# THE SENSE OF HOME AS A FACTOR OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF IDP CHILDREN IN HOST COMMUNITIES (ON THE EXAMPLE OF THE TOWN OF YAMPIL, VINNYTSKA REGION)

УДК 316.353+303.687+316.613.4
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.22
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Тірон В.О.**
здобувачка вищої освіти
Маріупольський державний університет
ORCID ID: 0009-0006-5942-9954

**Зубченко О.С.**
к.соціол.н., доцент, доцент кафедри філософії та соціології
Маріупольський державний університет
ORCID ID: 0000-0001-6748-3981

*Статтю присвячено актуальним питанням соціально-психологічної адаптації дітей внутрішньо переміщених осіб у громадах, що приймають. Спираючись на теоретико-методологічні положення А. Щюца, автори розглядають відчуття дому як один із важливих чинників успішного пристосування до нових життєвих обставин і соціальних зв'язків. Для вивчення цих особливостей у місті Ямпіль Вінницької області серед підлітків внутрішньо переміщених осіб було проведено емпіричне дослідження із використанням ізотерапевтичних методик («Мій дім – моя фортеця» та «Дім – дерево – людина») у поєднанні з фокус-груповим інтерв'ю. За його результатами констатовано, що в дитячій творчості відображаються важливі елементи життєвого світу маленьких переселенців – дім, батьківська родина, шкільні друзі, канікули та свята. Особливе значення серед них має «домашня група» – соціальна спільнота, члени якої однаково інтерпретують навколишній світ. Підкреслюється, що втрата домашньої групи породжує проблему моральної необлаштованості – аномічного поведінського стану, неможливості знайти своє місце в новому фізичному та соціальному просторі. Приблизно 40% робіт учасників містять образи самотності – порожні кімнати, фігури з навушниками, темні трикутники та квадрати. Також автори доводять велике значення урбаністичних мотивів у сприйнятті нової Батьківщини. Місто описується як джерело натхнення та хаосу, де важко наново провести соціальне маркування території. Через це третина респондентів відчувають конфлікт ідентичностей – домашньої та нової, порівнюючи теперішнє та минуле. Окрім цього, у статті описано ще одну негативну тенденцію – спробу підлітків замінити реальний світ віртуальним через проблеми із входженням до нового соціального мікросередовища. Робиться висновок, що ключовими чинниками усвідомлення Ямпольщини як нового дому є участь у колективних заходах, підтримка місцевих дітей і педагогів, створення інклюзивного та толерантного до новоприбулих освітнього середовища.*
**Ключові слова:** *внутрішньо переміщені особи, соціально-психологічна адаптація, відчуття дому, життєвий світ, домашня група.*

*The article is devoted to the current issues of socio-psychological adaptation of children of internally displaced persons in host communities. Based on the theoretical and methodological provisions of A. Shchuts, the authors consider the feeling of home as one of the important factors of successful adaptation to new life circumstances and social ties. To study these features in the city of Yampil, Vinnytsia region, an empirical study was conducted among IDP adolescents using isotherapeutic methods ("My home is my fortress" and "House – tree – person") in combination with a focus group interview. According to its results, it was stated that children's creativity reflects important elements of the life world of young displaced persons – home, parental family, school friends, vacations and holidays. Of particular importance among them is the "home group" – a social community, whose members interpret the surrounding world in the same way. It is emphasized that the loss of the home group gives rise to the problem of moral disorder – an anomic behavioral state, the inability to find one's place in the new physical and social spaces. About 40% of the participants' works contain images of loneliness – empty rooms, figures with headphones, dark triangles and squares. The authors also prove the great importance of urban motifs in the perception of the new Motherland. The city is described as a source of inspiration and chaos, where it is difficult to re-socially mark the territory. Because of this, a third of the respondents feel a conflict of identities – home and new, comparing the present and the past. In addition, the article describes another negative trend – an attempt by adolescents to replace the real world with a virtual one due to problems with entering the new social microenvironment. It is concluded that the key factors in perceiving the Yampol region as a new home are participation in collective activities, support for local children and teachers, and the creation of an inclusive and tolerant educational environment for newcomers.*
**Key words:** *internally displaced persons, socio-psychological adaptation, sense of home, world of life, home group.*

**Вступ.** Повномасштабна російська агресія, руйнування сотень українських міст і сіл, окупація величезних територій на Сході та Півдні нашої держави призвели до однієї з найбільших після Другої світової війни хвилі вимушеної міграції. Станом на березень – квітень 2025 р. у світі було зафіксовано 6,9 млн біженців з України [13], а в нашій державі – 4,6 млн внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) [6]. Своє місце проживання змінили майже 28% наших співвітчизників, яким належало заново знайти та відчути свій дім.

Майже 19% серед ВПО становлять діти, серед яких чи не найскладніші випробування випали на долю підлітків. До вікового конфлікту дорослий – дитина додається антагонізм між необхідністю формувати нову просторову ідентичність та бажанням жити спогадами про втрачений дім і друзів. Усе це накладається на соціальні та культурні

відмінності між малою Батьківщиною та регіоном перебування, неоднозначну зустріч у нових освітніх колективах, погіршення відносин з рідними та близькими тощо.

На тлі незавершеної первинної соціалізації особливе місце в зумовленій зовнішніми обставинами ресоціалізації юнаків і дівчат належить відчуттю дому – сукупності когнітивних, афективних і конативних компонентів, що характеризують ставлення особистості до фізичного простору, де вона перебуває значну частину життя та який є зручним, безпечним і зрозумілим для неї [12, с. 153]. У цьому понятті поєднується як унікальний емоційний досвід особистості, так і віддзеркалення успішності або неуспішності попередніх спроб батьківської родини знайти своє місце в житті («жизнь дала трещину – едем на Троещину»). Водночас відчуття дому є критично важливим елементом у процесах соціальної адаптації підлітків, оформлення актуальної для нового місця статусно-рольової системи, формуванні цінностей і пріоритетів молодої людини, з огляду на реалії, у яких вона опинилася.

Теоретико-методологічною основою нашої розвідки стали ідеї А. Щюца про відчуття дому як невід'ємну частину життєвого світу людини. Воно складається із трьох компонентів – багатоманітності суб'єктивних інтерпретацій дому, які можуть змінюватися із плином часу, втрачений дім, як і колишнє життя, загалом часто ідеалізуються; впорядкованість простору, де все немов би розкладено по поличках; «шок Одіссея» – почуття людини, яка довгий час була далеко від вдома й нині бачить свою оселю зовсім іншою, аніж у спогадах [30]. Останнє набуває нині зовсім іншого змісту, адже з початком великої війни багато мешканців Півдня та Сходу виїхали до центральних і західних областей України. Це стало для них значним потрясінням як через відсутність довоєнного досвіду внутрішнього туризму, наявність численних стереотипів і упереджень, так і через ілюзорний спокій і безтурботність, що панують уже за 150–200 км від лінії фронту.

Також свій внесок у вивчення цієї проблематики зробили З. Фройд (проблеми й таємні бажання особистості проєктуються на уявну та реальну структуру дому) [22], К. Юнґ (дім як архетипічний образ, що розкриває нашу індивідуальність та залученість до загальнолюдського буття) [23], А. Маслоу та Г. Зіммель (дім гарантує потребу в безпеці, принаймні так було до війни, та забезпечує наші базові потреби) [11; 28], О. Шпенглер (дім як простір суперечності між природою та культурою) [24], М. Хальбвакс (дім є ототожненням родинної пам'яті) [10] та П. Бурд'є (житло як частина габітусу, що підкреслює відмінності між різними соціальними групами) [5].

Значна увага окремим аспектам соціально-психологічної адаптації дітей ВПО після початку російської агресії у 2014 р. та її ескалації 24 лютого 2022 р. приділяється у працях О. Клименко, С. Сальнікової та С. Дембіцького (феномен «соціальної криптомнезії», можливості застосування домашніх соціальних практик у нових, часто екзистенційних умовах життя) [28], Г. Герило (адаптація внутрішньо переміщених дітей в умовах навчального закладу) [8], М. Козігори (особливості використання арттерапевтичних методик у роботі з маленькими переселенцями в системі освіти) [14], Ю. Приймак (якість життя молодого покоління у прифронтових регіонах) [18], Я. Юрків (роль соцпрацівників у сприянні соціальній адаптації дітей ВПО) [26].

Водночас на тлі наявності у спеціальній літературі багатьох близьких за змістом наукових розвідок невирішеним залишається питання про те, як саме впливає порівняльне сприйняття нового і старого дому на пристосування дітей ВПО до нових умов проживання, входження до нового навчального колективу та створення мережі неформальних соціальних зв'язків.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.** Місто Ямпіль розташоване в Могилів-Подільському районі Вінницької області, поблизу кордону з Молдовою. Громада вже мала досвід прийому ВПО, зокрема, у 2016 р. для розміщення переселенців зі Сходу України було капітально відремонтовано готель «Дністер». Занедбану будівлю на 40 місць відновили спільними зусиллями громадської організації «Мрії Гальжбіївки», міської влади та проєкту ЄС/ПРООН «Місцевий розвиток, орієнтований на громаду» [16].

Через повномасштабне російське вторгнення вже у квітні 2022 р. на Ямпільщині налічувалося 4,1 тис. зареєстрованих ВПО (понад 10% довоєнного населення громади), 1 570 із яких – діти. Але фактично притулок на берегах Дністра знайшли набагато більше наших співвітчизників [17].

Багато років городяни жили досить ізольованим життям, на краю української землі, покладалися тільки на себе. Проте велика війна дісталася їхнього містечка через повітряні тривоги, відключення електрики та, на жаль, усе частіші поховання наших воїнів. Восени 2023 р. у місті жило приблизно 500 ВПО, значну частину з них становили діти шкільного віку [2]. Це створює значне навантаження на місцеві школи та породжує конфлікти в освітньому середовищі між ямпільцями та новоприбулими.

Щоб глибше побачити ці проблеми та зрозуміти, як їх можна вирішити, ми вдалися до застосування проєктивних, зокрема ізотерапевтичних, методик, високу ефективність яких відзначають українські науковці [22]. Під час розроблення дослідницького інструментарію ми використали техніку «Мій дім – моя фортеця» [21] та тест Дж. Бука «Дім – дерево – людина», адаптований до наших умов [14]. Після завершення етапу арттворчості відбулася фокус-групова дискусія з обговорення вражень, мотивів і пересторог учасників.

Польовий етап дослідження ми реалізували у травні 2025 р., залучивши 15 підлітків віком 9–15 років, які разом із родинами прибули до Ямполя після 24 лютого. Відбір відбувався через школи та соціальні мережі. Особлива увага приділялася дітям, соціокультурне середовище проживання яких суттєво змінилося (переїхали з мегаполіса до малого міста або з індустріального регіону до сільської місцевості). На початку було отримано згоду батьків і підлітків, надано гарантії конфіденційності всіх аспектів участі у проєкті. Адже окремі родини поставилися до такої ініціативи стримано, побоюючись, що дослідження потребуватиме багато часу або приверне зайву увагу до їхніх дітей. Для подолання цих бар'єрів ми проводили індивідуальні консультації та пояснювали практичне значення нашої роботи. Завдяки цьому опір скептиків слабшав. Зокрема, мати хлопця, який за рік на новому місці змінив три школи, спочатку заявила: «Нащо нам це?», але після розмови про те, як дослідження може допомогти її дитині знайти друзів і внутрішні можливості для зростання, надала згоду.

Зустріч відбувалась у молодіжному центрі Ямполя, де ми створили креативний простір із мольбертами, планшетами та матеріалами для колажів. Музичним фоном стали інструментальні композиції з елементами джазу й електроніки, що створювали ненав'язливий ритм і допомагали зосередитися, а поруч працювала фуд-зона. Кожен підліток отримав кодовий номер, а всі роботи підписувалися псевдонімами. Це дозволило дітям почуватися вільніше та повністю розкритися у творчості.

Учасники дослідження, маючи повну свободу у виборі формату, отримали завдання створити малюнок «Моє життя до і після переселення». Такий підхід є ефективним для дітей, які не завжди можуть вербально описати свої почуття. Марічка 13 років зобразила свою бабусю, яка лишилася в окупації (див. рис. 1).

Аналізуючи дитячу творчість, варто звернутися до міркувань Е. Гуссерля про життєвий світ як простір людського досвіду, нетематизований фон, через який сприймаються всі інші предмети, явища та процеси. Соціальний досвід дівчинки зовсім небагатий – дім, батьківська родина, шкільні друзі – як звичні речі щодня та бабусина оселя – як неповсякденність на канікули та свята. У структурі «життєвого світу», яку пропонує дослідник, ми бачимо практично всі елементи, зображені маленькою художницею – мирне довоєнне небо (початковий навколишній світ, Ur-Umwelt), старий будиночок із лавкою та соняхами на дворі (світ нашого дому, Heimwelt) та люблячу бабусю, яка прощається з улюбленою внучкою (родина, Familienwelt). Цей світ, з одного боку, має глибоко особистісний вимір, а з іншого – постає як «середа речей» (лінія фронту, яка невідомо на скільки років розділила рідних людей, sachliche Umwelt) [9].

«Коли малювала, у мене всередині було багато суму й ностальгії, адже бабуся для мене як опора, як світло в темряві. Вона залишилась вдома, вона сказала, що буде мене чекати, так само, як чекаю її кожен день я!», – каже Марічка. Однак чи лишиться наш дім таким самим після української перемоги та звільнення наших земель? Однозначно відповісти на це запитання дуже непросто, адже, як зауважує А. Щюц, «дім означає одне для людини, яка ніколи його не покидала, інше – для тих, хто довго живе далеко від нього, третє – для тих, хто в нього повертається» [30, с. 371]. Тривала відсутність породжує нові життєві практики та способи освоєння зовнішнього світу, які кардинально відрізняються від тих, що в тому довоєнному домі з дитинства. Саме тому після повернення додому, очевидно, уже в дорослому віці, Марічка знову переживатиме той самий культурний шок, що й зараз на Вінниччині. Адже змінилась як сама Марічка, так і бабусин дім, і тільки наші спогади лишилися в далекому минулому.

Не меншу увагу привертає і малюнок Катерини, 9 років (див. рис. 2).

**Рис. 1. Марічкіна бабуся вдома**

**Рис. 2. Ще нема війни і всі вдома**

«Я відчуваю сум, бо сумую за своїм старим домом, але коли малюю, мені стає тепліше. Це наче я тримаю своє серце в руках і ділюся ним з іншими. Малюнок – це моя надія, що все буде добре, і я знову побачу свій дім, двір і друзів», – відзначає Катерина.

По-іншому й бути не може, адже домашній світ назавжди лишається для нас світом дитинства, як би далеко від нього ми не перебували. Вираз «не відчуваєш себе, як вдома» дуже точно описує невідповідність між нашими очікуваннями, які засновано на колишньому досвіді, та суворою реальністю. Первинна соціалізація триває саме в домашніх умовах і концепція Нової української школи якраз орієнтує педагогів на максимально неформальне та дружнє до дитини ставлення, більшою мірою родинне, аніж офіційне.

У цьому контексті варто звернутися до поняття «домашня група», яке ввів А. Щюц [30, с. 373]. Спосіб життя всіх її членів спирається на єдину схему інтерпретації дійсності, а втрата зв'язку з домашньою групою зазвичай можлива у кризовій ситуації, що спричинена зовнішніми (війна, евакуація) або внутрішніми (розлучення батьків, сімейне насильство) чинниками. На дитячому малюнку вся домашня група постає перед нами у довоєнному предметно-просторовому контексті – красива галявина, дитячий майданчик, авто, на якому всі поїдуть відпочивати.

Такі невеселі роздуми Катерини намагається продовжувати Матвій, 11 років (див. рис. 3).

**Рис. 3. Мама з татом на прогулянці біля дому**

У дитячій творчості ми можемо бачити приклад маркування домашнього простору спільною справою – прогулянку батьків на присадибній ділянці, де, вочевидь, обговорюють, як краще облаштувати сад і город наступного сезону. Дослідники відзначають, що домашні культурні практики (від спільної вечері до сімейного скандалу) суттєво впливають на формування ідентичності, допомагають зберігати сімейну пам'ять, етнокультурні традиції або, навпаки, створюють негативне сприйняття простору оселі чи періоду проживання в ній. Таке ставлення до рідної оселі добре передається у прислів'ї «дорога та хата, де народила мати» [19, с. 165–166].

Водночас далеко не всі учасники дослідження змоги чітко описати свої відчуття, що пов'язані з рідною домівкою. Досить важко завдання далося Анні, яка спочатку сказала: «Це дурня», а потім створила абстрактну роботу з хаотичними лініями та плямами фарби з підписом «Хаос у моїй голові». Надалі, під час інтерв'ю, саме ця назва стала ключиком до розмови. Дівчина зізналася, що відчуває себе «загубленою у власних думках» через постійні переїзди. Мистецтво дозволило висловити те, про що вона тривалий час боялася сказати. Під час опису душевного стану дівчини та, очевидно, багатьох її однолітків згадуються слова М. Бубера: «В історії людського духу я розрізняю періоди облаштованості (Behaustheit) та бездомності (Hauslosigheit). За часів облаштованості людина живе у Всесвіті як вдома, а за часів бездомності – як у дикому полі, де і кілочка для намету не знайти» [4, с. 167].

У ситуації моральної необлаштованості чимало дітей прагнуть висловити свої переживання через віртуальні артоб'єкти. Хлопець, який зобразив себе аватаром у грі з написом "Respawn in progress", пояснив: «Я навчаюся починати спочатку, навіть коли помиляюся». Тут спадають на думку роздуми М. Гайдеггера про втрату і здобуття дому: «Проживати, бути поглинутим спокоєм (*Frieden*), означає – бути обгородженим у просторі <…>, який все оберігає, даючи вільне поле для вияву його сутності. Це оберігання є фундаментальною рисою проживання» [7]. Пройшовши через зовсім недитячі випробування, втративши навіть ті невеликі соціально-статусні набори, які були в них удома, діти вимушені наново пристосовуватися до життя у відмінних соціокультурних умовах.

Інший аспект цієї проблеми – наші можливості зберігати контроль хоча б за власним життям за умов воєнного лихоліття. 15-річний Сергій, що переїхав з великого міста, зобразив себе у віртуальній реальності з написом «Тут я контролюю все». Також під час групової дискусії він різко висловився про Ямпіль: «Тут немає нічого цікавого! Те саме кожен день: одна кав'ярня, один парк. Навіть графіті на стінах – як із шаблону!». Його підтримали інші учасники: «Тут бракує місць для тусовок!».

З одного боку, відчуття одноманітності повсякденного життя та вічного «дня бабака» виникає зовсім невипадково, адже розуміння дому звужується до дуже вузького простору, яким суб'єкт може безпосередньо володіти й управляти. Через це змінюється і сприйняття соціального часу. З іншого – російська агресія проти України ставить за мету не лише знищення нашої армії, військово-промислового комплексу та державності, але й усього звичного для нас повсякденного сере-

довища, у якому ми відчуваємо контроль. Один з інструментів цього – масовані атаки на об'єкти критичної інфраструктури, щоб зробити наш дім, особливо у великих містах, непридатним до життя, залишити нас без світла, води, тепла та надії.

Незважаючи на все це, серед респондентів чимало оптимістів. Зокрема, Данило зобразив Ямпіль як «місце, де можна дихати», порівняно зі своєю малою Батьківщиною (там, напевно, були значні екологічні проблеми). Інший хлопчик представив місто як пазл, де його родина була «відсутнім елементом». Це свідчить про продовження пошуків себе в новому світі та фрагментарність, незавершеність відчуття дому.

Застосування ізотерапевтичних методик не лише допомагає клієнтам відновити контроль над своїми уявленнями про час і простір, але й має значний емоційно-терапевтичний ефект. Катерина в розповіді про перші дні в новій школі згадала, як однокласники глузували з її акценту: «Вони повторювали мої слова, немов би я прибулець». Її голос затремтів, а сльози виступили на очах. Дослідники негайно запропонували паузу: принесли чай та запросили прогулятися. Незабаром дівчина повернулася до бесіди: «Я ніколи про це не розповідала навіть мамі. Моя робота про самотність – це спроба показати, що я відчуваю». Під час пояснення таких труднощів варто звернутися до теорії життєвого досвіду Е. Еріксона, згідно з якою ключовою проблемою в підлітковому віці є криза ідентичності на тлі соціально-рольової плутанини [27]. У часи війни вона підсилюється травматичними життєвими подіями – загибеллю рідних і близьких, втратою дому, евакуацією, зникненням звичного соціального мікросередовища.

У процесі групового обговорення сюжетів юних художників нам вдалося виокремити ще багато цікавих думок. Хлопець 12 років запропонував створити артпростір у покинутому складі: «Нехай місто дасть нам це місце, а ми самі його оновимо». Ця ідея об'єднала групу – діти почали обговорювати, як реалізувати проєкт, і навіть створили спільний ескіз майбутнього залу. Катерина справилася зі своїми сльозами та сказала: «Якщо ми зробимо щось разом, це допоможе всім нам почуватися як дома», а Сергій, який спочатку не бачив у Ямполі нічого доброго, додав: «Може, я був занадто різким <…> Але я справді хочу, щоб тут було круто». Таку трансформацію відчуття дому як маленького світу, що нарешті стає своїм, добре описав Е. Левінас: «Подолання самотності дає змогу розкрити простір у новій якості. Дім тепер стає відкритим та гостинним для свого господаря». У соціологічному дискурсі маємо справу із завершальним етапом входження особистості до нової соціальної групи, інтеріоризації групових норм і правил, встановлення формальних і неформальних зв'язків, що визначають місце новачка у груповій ієрархії.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Загалом, творчі рефлексії на тему відчуття дому відіграють важливу роль у соціально-психологічній адаптації дитини в новому середовищі. Адже, як писав Г. Башляр, «дім дає притулок мрії, дім захищає мрійника, дім дозволяє нам мріяти про світ» [1, с. 27]. Аналіз малюнків і мрій маленьких переселенців дозволив нам зробити кілька висновків і дав значний матеріал для подальших роздумів. По-перше, приблизно 40% робіт містили образи самотності – порожні кімнати, фігури з навушниками, темні трикутники та квадрати, чорно-білі малюнки із промовистим написом «Тут немає мого місця». Усе це – досить тривожні ознаки, адже, як зауважує С. Силкіна, однією з важливих умов адаптації є бажання стати частиною громади, що приймає, хоча б і тимчасово, сприйняти її як свій новий дім [20, с. 71]. А чи є таке бажання і чи виникне воно в майбутньому?

По-друге, червоною стрічкою через дитячу творчість проходять урбаністичні мотиви, а місто описується як джерело натхнення та хаосу водночас. Більшість дітей ВПО походять із великих міст, яким була притаманна висока сегрегація соціального простору, розподіл на «центральні», «промислові» та «спальні» ареали, «престижні» та «непрестижні» райони. У маленькому Ямполі, де все поруч, такі демаркаційні лінії – рідкість, проте відсутні й звичні ідентифікаційні символи – «свій» дитячий майданчик, улюблена лавочка, парк, де знайомий кожен куточок. Звідси зневіра та плутанина з новим соціальним маркуванням території.

По-третє, приблизно 30% учасників дослідження відчувають конфлікт ідентичностей, порівнюючи теперішнє та минуле, не маючи змоги визначити своє місце в новому, незвичному світі. Для дітей, які, на відміну від дорослих, ще не мають розвиненої системи зовнішніх, «позадомових» соціальних статусів, які можна реалізувати в нових умовах, пристосування стає особливо болючим. Як влучно відзначив Ж. Бодріяр, «родинний дім – це специфічний простір, який мало залежить від фізичного розташування речей, оскільки головна функція меблів у ньому – втілювати відносини між людьми, оживляти простір, де вони існують» [3, с. 125]. У нове місто можна перевезти диван, шафу й телевізор, проте неможливо перенести атмосферу дому, з яким себе ідентифікуєш.

По-четверте, поширення набувають спроби підлітків піти замість реального у віртуальний світ. Кожен десятий респондент замість пензля та паперу обрав цифровий арт, зобразивши себе аватарками в соціальних мережах. Це свідчить про труднощі з пошуком свого місця в соціальному просторі, що може проявлятися через несприйняття як мікросоціального оточення (клас, сусіди),

так і нової громади загалом («мені тут усе не подобається <…> навіть дерева не такі»).

Водночас один із головних результатів полягає в тому, що підлітки через мистецтво змогли трансформувати свій біль і емоційні труднощі у креативність. Як зазначила Дарина, «моя картина про самотність тепер висить у центрі – і це надало мені сміливості знайти собі місце тут». На тлі цього одним із ключових чинників усвідомлення Ямпольщини як нового дому стає участь у колективних заходах і підтримка з боку місцевих дітей і педагогів. Створення інклюзивного та толерантного середовища поза межами нового дому допомагає дітям ВПО швидше відчути себе частиною громади. У майбутньому важливо дослідити роль та місце дому в довготривалих адаптаційних стратегіях, вплив онлайн-середовища на уявлення про нову оселю, а також розробляти відповідні методики соціально-психологічного супроводу дітей і підлітків.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Башляр Г. Фрагменти поетики вогню / пер. із фр. Р. Мардера. Харків : Фоліо, 2004. 143 с.

2. Богданов Г. Війна і невеличке українське місто Ямпіль: враження внутрішньо переміщеної особи. *Новий шлях*. 23.03.2023. URL: https://newpathway.ca/viyna-i-nevelychke-ukrainske-misto-yampil (дата звернення: 11.09.2025).

3. Бодріяр Ж. Симулякри і симуляція / пер. із фр. В. Ховхун. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2004. 230 с.

4. Бубер М. Я і Ти. Шлях людини за хасидським вченням / пер. з нім. : В. Терлецький, Н. Спринчан. Київ : Дух і Літера, 2012. 272 с.

5. Бурдьє П., Вакан Л. Рефлексивна соціологія. Ч. II : Чиказький воркшоп / пер. з англ. А. Рябчук. Київ : Медуза, 2015. 224 с.

6. В Україні налічується 4,6 млн внутрішньо переміщених осіб. URL: https://skilky-skilky.info/v-ukraini-nalichuietsia-4-6-mln-vnutrishno-peremishchenykh-osib (дата звернення: 11.09.2025).

7. Гайдегер М. Будувати, проживати, мислити / пер. з нім. Т. Возняк. URL: https://chtyvo.org.ua/authors/Heidegger_Martin/Buduvaty_prozhyvaty_myslyty/ (дата звернення: 11.09.2025).

8. Герило Г. Особливості психологічної та соціально-педагогічної адаптації внутрішньо переміщених дітей в умовах навчального закладу. *Організація соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які постраждали внаслідок військових конфліктів* / за ред. Ю. Луценка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. С. 17–29.

9. Гусерль Е. Картезіанські медитації. Вступ до феноменології / пер. з нім. А. Вахтеля. Київ : Темпора, 2021. 304 с.

10. Євсеєв К. Становлення концепту «історична пам'ять». *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень імені І.Ф. Кураса Національної академії наук України.* 2014. Вип. 3. С. 347–357.

11. Зіммель Г. Велика міста та духовне життя / пер. з нім. М. Філь. *Культурологічний часопис «Ї».* 2003. Вип. 29. URL: http://www.ji.lviv.ua/n29texts/zimmel.htm (дата звернення: 10.09.2025).

12. Зубченко О., Ширяєва О. Відчуття дому у вимушених мігрантів з України : соціологічний аналіз. *Вимушена міграція українського населення в умовах російської збройної агресії: тренди, виклики :* колективна монографія / за наук. ред. Т. Іванець. Київ : Ліра-К., 2025. С. 151–183.

13. Кількість українських біженців у Європі продовжує зростати: в яких країнах найбільше. *Тексти.* 22.05.2025. URL: https://texty.org.ua/fragments/115135/kilkist-ukrayinskyh-bizhenciv-u-yevropi-prodovzhuye-zrostaty-v-yakyh-krayinah-najbilshe (дата звернення: 11.09.2025).

14. Козігора М. Арттерапія як засіб навчання і виховання учнів молодшої школи. *Молодий вчений*. 2018. № 7. С. 198–200.

15. Методика «Дім – дерево – людина». URL: https://edu.forlan.org.ua/?p=55442 (дата звернення: 11.09.2025).

16. На Вінниччині для вимушених переселенців відкрили готель. *Укрінформ.* 30.03.2016. URL: https://www.ukrinform.ua/rubric-other_news/1991321-na-vinniccini-dla-vimusenih-pereselenciv-vidkrili-gotel.html (дата звернення: 11.09.2025).

17. Понад 4 тисячі вимушених переселенців Ямпільської громади отримали від штабу ОВА допомогу продуктами і предметами першої необхідності. *Вінницька ОДА*. 30.04.2022. URL: https://www.vin.gov.ua/news/ostanni-novyny/46541-ponad-4-tysiachi-vymushenykh-pereselentsiv-yampilskoi-hromady-otrymaly-vid-shtabu-ova-dopomohu-produktamy-i-predmetamy-pershoi-neobkhidnosti (дата звернення: 11.09.2025).

18. Приймак Ю., Сорокіна О., Бондаренко О. Якість життя молоді у прифронтовому місті як проблемне поле новітніх соціологічних пошуків. *Габітус*. 2025. Вип. 75. С. 34–38. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.4

19. Ручка А., Скокова Л. Дім як приватний соціокультурний простір. *Вісник Львівського університету.* Серія «Соціологічна». 2008. Вип. 2. С. 162–181.

20. Силкіна С. Соціальна адаптація дітей внутрішньо переміщених осіб в умовах нового поселення. *Освіта та педагогічна наука*. 2022. № 3. С. 69–79. DOI: 10.12958/2227-2747-2022-3(181)-69-79

21. Смаль Б. Арттерапевтична техніка «Мій дім – моя фортеця». URL: https://vseosvita.ua/library/art-terapevtychna-tekhnika-mii-dim-moia-fortetsia-avtor-dana-smal-570648.html (дата звернення: 11.09.2025).

22. Фройд З. Невпокій у культурі / пер. з нім. Ю. Прохасько. Київ : Апріорі, 2021. 120 с.

23. Хобта С., Котеленець К. Особливості досліджень з дитячою аудиторією. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики.* 2023. Вип. 100. С. 75–89. https://doi.org/10.32782/2707-9147.2023.100.6

24. Черноіваненко В. Європа Освальда Шпенглера. *Сучасність.* 2007. № № 1–2. С. 150–156.

25. Юнґ К. Людина та її символи. Київ, 2022. 436 с.

26. Юрків Я., Луканов Д. Труднощі соціально-психологічної адаптації вразливих верств внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя. *Науковий вісник Ужгородського університету*. Серія «Педагогіка. Соціальна робота». 2021. Вип. 1. С. 469–472. DOI: 10.24144/2524-0609.2021.48.469-472

27. Erikson E. Childhood and Society. New York : Random House, 1995. 397 p.

28. Klymenko O., Salnikova S., Dembitskyi S. Social Trauma vs Adverse Childhood Experiences of Ukrainian Children of Forced Migrants. *Sociological Studios.*2024. № 1. P. 60–68. https://doi.org/10.29038/2306-3971-2024-01-32-32

29. Maslow A. A Theory of Human Motion. *Psychological Review.* 1943. Vol. 50. P. 370–396. URL: http://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm

30. Schuetz A. The Homecomer. *American Journal of Sociology.* 1945. Vol. 50. № 5. P. 369–376.

*Стаття надійшла у редакцію: 13.09.2025*
*Стаття прийнята: 22.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ СЕРЕДНЬОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ В УМОВАХ ОСВІТНІХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

# DEVELOPMENT OF STRESS RESILIENCE OF MIDDLE-ADULTHOOD TEACHING STAFF IN THE CONTEXT OF EDUCATIONAL TRANSFORMATIONS

УДК 159.922.8:159.944:371.1342
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.23
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Туманова Ю.В.**
к.пед.н., викладач
Відокремлений структурний підрозділ «Класичний фаховий коледж Сумського державного університету»
ORCID ID: 0000-0003-3454-4826

**Тоценко Л.Ф.**
здобувач вищої освіти
Сумський державний університет
ORCID ID: 0009-0006-9330-2578

*У статті розглянуто проблему розвитку стресостійкості педагогічних працівників середнього дорослого віку в умовах сучасних освітніх трансформацій, що зумовлюють посилення професійного навантаження та зростання психологічних викликів. Зазначається, що питання подолання стресу в освітньому середовищі активно досліджується в сучасній психологічній науці, однак аспект стресостійкості педагогічних кадрів у період середньої дорослості (включно з допоміжним персоналом) залишається відносно малодослідженим. Визначено, що стресостійкість педагогічного працівника є складним інтегративним феноменом, який поєднує когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні компоненти, забезпечує здатність до ефективної адаптації в мінливих умовах професійної діяльності. На основі узагальнення підходів вітчизняних і зарубіжних науковців запропоновано класифікацію стресостійкості за низкою ознак (інтенсивність використання ресурсів, характер реагування на стресові ситуації, панівні механізми психологічного захисту, рівень прояву конструктивних копінг-стратегій, вікові особливості тощо). Особливу увагу зосереджено на характеристиці етапів середньої дорослості в контексті формування та проявів стресостійкості: від раннього періоду (29–34 роки), що супроводжується активним пошуком професійної самореалізації, до пізнього (51–60 років), де пріоритету набувають стабільність і опора на сформовані моделі поведінки. Визначено, що на кожному з етапів стресостійкість має свої прояви та ресурси, серед яких ключову роль відіграють професійний досвід, соціальна підтримка, розвиток емоційного інтелекту та здатність до рефлексії. Наголошено, що стресостійкість у середньому дорослому віці не є статичною характеристикою, а формується у процесі професійної діяльності та трансформується під впливом освітніх реформ і суспільних змін. Обґрунтовано необхідність подальшого вивчення ресурсної підтримки стресостійкості та психологічних чинників, що сприяють її розвитку у працівників закладів освіти, оскільки саме від цього залежить те, що визначає їхню спроможність результативно виконувати професійні функції, забезпечувати якість освітнього процесу та зберігати власне психологічне благополуччя.*
**Ключові слова:** *психологічна адаптація, професійне навантаження, копінг-стратегії, педагогічне середовище, освітні зміни.*

*The article examined the problem of developing stress resistance of teaching staff of middle adulthood in the context of modern educational transformations, which caused an increase in professional workload and the growth of psychological challenges. It was noted that the issue of overcoming stress in the educational environment was actively studied in modern psychological science; however, the aspect of stress resistance of educational staff in the period of middle adulthood (including support staff) remained relatively underexplored. Stress resistance of a teacher was defined as a complex integrative phenomenon that combined cognitive, emotional, behavioral, and social components, ensuring the ability to adapt effectively in changing conditions of professional activity. Based on the generalization of domestic and foreign scientific approaches, a classification of stress resistance was proposed according to several criteria (the intensity of resource use, the character of responses to stressful situations, dominant mechanisms of psychological defense, the level of constructive coping strategies, age-related features, etc.). Particular attention was paid to the characteristics of middle adulthood stages in the context of the formation and manifestations of stress resistance: from the early stage (29–34 years), which was accompanied by an active search for professional self-realization, to the late stage (51–60 years), where stability and reliance on established behavioral models prevailed. It was determined that at each stage stress resistance had its own manifestations and resources, among which professional experience, social support, emotional intelligence, and the ability to reflection played a key role. It was emphasized that stress resistance in middle adulthood was not a static characteristic but was formed in the process of professional activity and was transformed under the influence of educational reforms and social changes. The necessity of further research on the resource support of stress resistance and the psychological factors that facilitate its development among educational staff has been substantiated, since these factors determine their capacity to perform professional duties effectively, ensure the quality of the educational process, and maintain their own psychological well-being.*
**Key words:** *psychological adaptation, professional workload, coping strategies, pedagogical environment, educational changes.*

**Постановка проблеми.** Зміни, що відбуваються в системі освіти, супроводжуються зростанням професійних і психологічних викликів для педагогів. Інтенсивність реформ, цифровізація навчального процесу, поєднання традиційних і новітніх підходів, а також зростання соціальних очікувань формують новий контекст професійної діяльності. Особливої складності додають умови воєнного стану: вимушена міграція викладачів і учнів, дестабілізація освітнього процесу, поява нових форматів взаємодії та необхідність працювати в умовах постійної невизначеності. За таких обставин баланс між зовнішніми вимогами та наявними ресурсами педагога часто порушується, що посилює ризик професійного стресу й емоційного виснаження.

Освітнє середовище дедалі більше визначається постійною турбулентністю та дією багаторівневих стресорів, які вимагають від педагогічних працівників не лише високого рівня кваліфікації, а й розвитку психологічної гнучкості й адаптивного потенціалу. Саме стресостійкість у цьому контексті постає як ключовий фактор збереження професійної ефективності, внутрішньої рівноваги та здатності успішно відповідати на виклики сучасних трансформацій.

**Аналіз публікацій.** Проблема стресостійкості давно перебуває у фокусі наукових досліджень як психологів, так і лікарів, менеджерів, працівників екстремальних і соціально орієнтованих професій. Категорія стресостійкості є складником вітчизняної психології стресу (Т.В. Циганчук, Л.Б. Наугольник, О.Ю. Овчаренко); адаптивної психології (О.М. Кокун, С.М. Дмитрієва, В.І. Розов); психології здоров'я людини (І.Я. Коцан, Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич), психології праці й управління (В.В. Кириченко, З.Р. Кісіль, Д.В. Швець); вікової психології (Н.М. Токарева, Т.М. Дзюба, О.Г. Коваленко) тощо.

Так, О.Ю. Овчаренко, говорячи про професійний стрес, описує його як «емоційний стан людини, який викликається несподіваною та напруженою ситуацією у трудовому колективі, конфліктними взаєминами, інтелектуальним і емоційним перевантаженням» [1, с. 48].

Наше дослідження зосереджене на вивченні наслідків подолання професійного стресу працівниками освітньої сфери. Попри актуальність і належну розробленість цієї проблематики в сучасній психологічній науці, аспект стресостійкості персоналу закладів освіти середнього дорослого віку (як педагогічних працівників, так і допоміжного персоналу) залишається відносно малодослідженим і потребує глибшого аналізу.

**Метою дослідження** є з'ясування особливостей формування та проявів стресостійкості працівників закладів освіти середнього дорослого віку, а також виявлення чинників і ресурсів, що забезпечують їхню здатність ефективно долати професійні стресові навантаження.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Стресостійкість – це багатовимірний психологічний конструкт, що інтегрує індивідуальні когнітивні, емоційні та поведінкові механізми, спрямовані на збереження внутрішньої рівноваги й ефективного функціонування в умовах підвищених вимог і тиску середовища [2; 3]. Вона проявляється не лише як здатність витримувати зовнішні і внутрішні навантаження без суттєвих деструктивних наслідків, а і як активний процес мобілізації особистісних і соціальних ресурсів для подолання труднощів, переосмислення ситуації та використання її для особистісного й професійного зростання. Це корелюється із дослідженнями науковців (Е.Т. Соломка, Т.В. Хома, А.Б. Хлопек), які зосередились на опанувальній поведінці молодих учасників освітнього процесу [4, с. 112].

Нам здається доцільним сформувати систему класифікації стресостійкості, що дозволить краще схарактеризувати цей психологічний феномен (рисунок 1).

Середній вік являє собою важливий етап життєвого циклу людини, що характеризується високим рівнем особистісної зрілості та максимальною реалізацією індивідуального потенціалу. Цей період супроводжується переосмисленням власного життєвого досвіду й оцінкою досягнень, що стає можливим лише за умови сформованої особистісної зрілості [7, с. 14–19]. Важливо підкреслити, що перебіг цього етапу є індивідуально різноманітним і залежить від особистісних, соціальних і професійних умов.

Умовно виділяють три основні типи поведінки осіб середнього віку:

– перший тип включає тих, хто досягає поставлених цілей, після чого зменшує активність і переживає емоційне виснаження;

– другий тип охоплює осіб, які продовжують активно розвиватися, відкривати нові горизонти та можливості;

– третій тип відображає людей, які ведуть стереотипний спосіб життя і сприймають цей період як рутинну фазу існування без суттєвих змін у своїй активності та самореалізації [8, с. 158–170].

Середній вік ставить перед людиною численні завдання, успішне розв'язання яких визначає подальший особистісний і професійний розвиток. Серед найважливіших завдань виділяють перехід до нових життєвих етапів, уникнення егоцентризму та запобігання стагнації.

Розробки Р. Пека додатково демонструють, що доросла людина стикається з багатьма проблемами та життєвими викликами, які неможливо охопити лише двома класичними стадіями – генеративністю проти стагнації та цілісністю проти відчаю. Особливості стресового реагування в цей період визначаються необхідністю розв'язання завдань, що сприяють формуванню «життєвої мудрості» [9]. Така мудрість ґрунтується на знаннях, здатності оцінювати події та інформацію критично, а також на вмінні адекватно реагувати на невизначеність, що є ключовим для ефективного подолання стресових ситуацій.

У середньому віці індивід володіє більш сформованою системою цінностей, переконань, мотивацій і життєвих цілей, а також високим рівнем самосвідомості. За висновками Ю.О. Тептюка, дорослість є одним із найбільш стресостійких періодів життя, оскільки людина, спираючись на власний досвід перебування у стресових ситуаціях, має змогу розвивати ті якості, які забезпечують її психологічну стабільність та здатність протистояти стресу [5, с. 45].

Стресостійкість у дорослому віці набуває більш індивідуального характеру, оскільки вона формується на базі практичного досвіду врегулювання різноманітних стресових ситуацій. Деякі риси особистості стають стабільними, тоді

**Рис. 1. Класифікація стресостійкості педагогічних працівників**

*Джерело: структуровано авторами на основі [1; 5; 6].*

як інші перебувають у процесі активного розвитку. Водночас соціальні та професійні умови життя значно підвищують інтенсивність стресових чинників. Наприклад, доросла людина несе відповідальність не лише за власні рішення та дії, а й за благополуччя дітей, після їх народження.

Професійна діяльність, особливо в умовах сучасних змін, часто супроводжується високим рівнем стресу, що потребує сформованої здатності адаптуватися до нових вимог, опановувати нові компетенції та ефективно реагувати на інноваційні зміни, оскільки «чітко розуміють свої сильні і слабкі сторони, приймають себе та відчувають пік своєї

професійної майстерності» [10, с. 201]. Страх перед новим, небажання змінюватися або ризик втрати роботи можуть спричиняти емоційне перенавантаження, нервові зриви та навіть депресивні стани. Саме тому особливого значення набуває постійний розвиток творчого потенціалу та професійної компетентності протягом середнього віку, що забезпечує психологічну стійкість і підтримку високого рівня особистісної та професійної ефективності.

Педагогічні працівники середнього дорослого віку (29–60 років), які часто обіймають ключові посади в закладах освіти, мають значний стаж і несуть основне навантаження організаційної та менторської роботи, є найбільш вразливою та водночас стратегічно важливою категорією, чия психологічна стійкість безпосередньо впливає на якість освітнього процесу. Тому нами було проведено дослідження копінг-поведінки у стресових ситуаціях працівників закладу освіти за методикою «Дослідження копінг-поведінки у стресових ситуаціях» (The Coping inventopi for stressful situations (CISS), модифікація Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко), за шкалами «Зорієнтованість на вирішення завдання», «Спрямованість на емоції», «Копінг, що має за мету уникнення», «Шкала відволікання», «Шкала соціального відволікання». У ньому взяли участь 30 працівників (не лише викладачі) віком від 29 до 60 (середній вік 40–60) років, серед яких 40% працівників 50–60 років, 30% – працівники 40–49 років, 23,3% співробітників 30–39 років, 6,7% – 20–29 років. Результати представлені в таблиці 1.

Результати емпіричного дослідження продемонстрували, що за шкалою «Зорієнтованість на вирішення завдань» у педагогічних працівників середнього дорослого віку статистично зафіксовано середній рівень показників. У жінок спостерігається дещо вищий рівень стабільності та тенденція до орієнтації на результат, що відображається у зміщенні моди до високих значень. Віковий аналіз засвідчив поступове підвищення ресурсів орієнтації на вирішення завдань від молодшої вікової групи (20–29 років) до старшої (50–60 років), що зумовлено впливом накопиченого професійного досвіду та сформованих адаптивних стратегій.

За шкалою «Спрямованість на емоції» виявлено значні показники в усіх групах, у чоловіків рівень емоційної залученості виявився вищим порівняно із жінками. Динаміка вікових відмінностей є нерівномірною: у період 40–49 років показники знижуються, однак у групі 50–60 років спостерігається їх повторне підвищення. Це може інтерпретуватися як прояв адаптивної переорієнтації стратегій подолання стресу у процесі професійної та особистісної зрілості.

За показниками «Уникнення» у всій вибірці зафіксовано середній рівень, у чоловіків він статистично значущо перевищує жіночі результати. У віковому розрізі фіксуєтеся тренд поступового зростання показників уникнення від молодшого до старшого віку, що є наслідком прагнення мінімізувати психоемоційні ризики шляхом уникнення проблемних ситуацій. Подібна закономірність виявлена і за шкалою «Відволікання»: хоча в середньому рівень є помірним, у чоловіків він сягає значних значень, а у групі старшого віку (50–60 років) виявляється тенденція до зростання.

Аналіз соціального відволікання показав переважно високий рівень у більшості респондентів. Статистично значущо вищі показники виявлено в чоловіків, а також простежено виражену вікову тенденцію до зростання цього показника, що вказує на посилення залежності від соціальних ресурсів у подоланні стресових ситуацій.

Узагальнені результати дозволяють зробити висновок, що стресостійкість педагогічних працівників середнього дорослого віку характеризується поєднанням середнього рівня когнітивно-поведінкових стратегій із високою емоційною та соціальною чутливістю. Вікові зміни свідчать про наростання конструктивних механізмів (зорієнтованість на завдання), проте водночас виявляють зростання компенсаторних стратегій (уникнення, відволікання, соціальна залежність). Це підкреслює необхідність цілеспрямованого розвитку програм психолого-педагогічної підтримки, спрямованих на оптимізацію емоційної саморегуляції та зниження деструктивних способів подолання стресу.

Отже, ми обґрунтували, що середній дорослий вік також можна розділити на життєві інтервали, у межах яких стресостійкість працівників закладів освіти формується і виявляється по-різному (таблиця 2).

Очевидно, що стресостійкість працівників освітніх закладів середнього дорослого віку не є сталою характеристикою, а формується і розвивається впродовж професійного життя, трансформуючись від активної адаптації до нових викликів у молодших групах до використання накопиченого досвіду й опори на стабілізовані ресурси у старших.

Висновки. 1. Узагальнення результатів дослідження дає підстави розглядати стресостійкість працівників освітніх закладів середнього дорослого віку як динамічне утворення, що формується і трансформується впродовж професійного життя. Встановлено, що її розвиток пов'язаний із поступовим зростанням орієнтованості на завдання, водночас зі збереженням високої емоційної та соціальної чутливості, яка у старших вікових групах може реалізовуватися через компенсаторні стратегії, зокрема уникнення чи відволікання.

2. Запропонована в дослідженні класифікація стресостійкості дозволила виокремити різні її прояви залежно від інтенсивності використання ресурсів, особливостей вікового розвитку та характеру адаптивних стратегій.

3. Окреслено чинники формування стресостійкості та визначено специфіку ресурсної підтримки на різних етапах середньої дорослості: від активної адаптації в період ранньої зрілості до доміну-

Таблиця 1

**Описова статистика показників дослідження копінг-поведінки у стресових ситуаціях працівників ВСП «Класичний фаховий коледж СумДУ»**

| Критерії описової статистики | Назви шкал | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | Зорієнтованість на вирішення завдання | Спрямованість на емоції | Уникнення | Відволікання | Соціальне відволікання |
| **Усі респонденти** | | | | | |
| X | 57,13 | 46,36 | 47,0 | 21,83 | 16,73 |
| $M_o$ | 58 | 52 | 44 | 20 | 15 |
| $M_e$ | 58 | 46,5 | 45 | 22 | 17 |
| Σ | 7,45 | 10,56 | 7,97 | 4,29 | 3,39 |
| V | 13,04 | 22,77 | 16,95 | 19,65 | 20,26 |
| **Жінки** | | | | | |
| X | 57,13 | 46,36 | 47,0 | 21,83 | 16,73 |
| $M_o$ | 58 | 52 | 44 | 20 | 15 |
| $M_e$ | 58 | 46,5 | 45 | 22 | 17 |
| Σ | 7,45 | 10,56 | 7,97 | 4,29 | 3,39 |
| V | 13,04 | 22,77 | 16,95 | 19,65 | 20,26 |
| **Чоловіки** | | | | | |
| X | 59,8 | 48,66 | 47,06 | 21,4 | 17,26 |
| $M_o$ | 54 | 61 | 44 | 27 | 13 |
| $M_e$ | 59 | 46 | 44 | 22 | 18 |
| Σ | 6,59 | 10,77 | 9,01 | 4,48 | 3,89 |
| V | 11,02 | 22,13 | 19,14 | 20,93 | 22,53 |
| **Працівники 20–29 років** | | | | | |
| X | 58,21 | 47,72 | 47,20 | 22,16 | 16,92 |
| $M_o$ | 55 | 46 | 44 | 22 | 17 |
| $M_e$ | 58 | 46 | 45 | 22 | 17 |
| Σ | 6,71 | 10,30 | 8,03 | 4,27 | 3,29 |
| V | 11,52 | 21,58 | 17,01 | 19,26 | 19,44 |
| **Працівники 30–39 років** | | | | | |
| X | 58,72 | 47,12 | 47,68 | 21,63 | 16,89 |
| $M_o$ | 55 | 46 | 44 | 22 | 17 |
| $M_e$ | 58 | 46 | 45 | 22 | 17 |
| Σ | 7,37 | 10,32 | 8,20 | 4,20 | 3,33 |
| V | 12,55 | 21,9 | 17,19 | 19,41 | 19,71 |
| **Працівники 40–49 років** | | | | | |
| X | 57,10 | 44,07 | 47,27 | 21,89 | 16,92 |
| $M_o$ | 55 | 46 | 47 | 22 | 17 |
| $M_e$ | 58 | 46 | 46 | 22 | 17 |
| Σ | 7,58 | 9,99 | 8,95 | 4,36 | 3,52 |
| V | 13,27 | 22,66 | 18,93 | 19,91 | 20,80 |
| **Працівники 50–60 років** | | | | | |
| X | 56,76 | 46,17 | 47,78 | 22,14 | 17,09 |
| $M_o$ | 59 | 47 | 49 | 25 | 18 |
| $M_e$ | 57 | 46 | 46,5 | 22 | 18 |
| Σ | 8,03 | 10,69 | 9,24 | 4,97 | 4,20 |
| V | 14,14 | 23,15 | 19,33 | 22,44 | 24,57 |

*Примітка:* X – середнє значення; $M_o$ – мода; $M_e$ – медіана; Σ – стандартне відхилення; V – коефіцієнт варіації.

Таблиця 2

**Вікові особливості розвитку та проявів стресостійкості працівників закладів освіти середньої дорослості**

| Етап середнього дорослого віку | Передумови формування стресостійкості | Прояви стресостійкості | Ресурси стресостійкості |
|---|---|---|---|
| Молодість (20–29 років) | Адаптація до професійної діяльності після закінчення навчання, перші зіткнення з реальними труднощами педагогічної роботи, пошук власного стилю викладання, прагнення самоствердитися та отримати визнання. | Висока емоційна чутливість до критики, схильність до імпульсивних реакцій, водночас швидке відновлення після стресу, гнучкість і креативність, готовність до навчання і прийняття нових підходів. | Молодість, енергійність, здоров'я, оптимізм і віра у власні сили, підтримка наставників, колег і друзів, інноваційне мислення, використання сучасних технологій. |
| Початкова зрілість (29–34 роки) | Активний етап професійного становлення, який потребує адаптації до педагогічної діяльності як постійної професії; потреба в самоствердженні та досягненні успіху. | Гнучкість мислення, відкритість до інновацій, швидке навчання нового, активне використання цифрових технологій і водночас підвищена емоційна чутливість до невдач. | Фізична витривалість, мотивація до професійного росту, підтримка колег-наставників і сім'ї; ентузіазм і прагнення експериментувати. |
| Рання зрілість (35–40 років) | Відбувається активне зміцнення професійної ідентичності, поєднання особистого життя (сім'я, виховання дітей) і кар'єрних амбіцій формує досвід балансування, зростає потреба в самореалізації. | Швидка адаптація до нових викликів (цифровізація, зміни у стандартах освіти), гнучкість мислення, готовність експериментувати, здатність швидко відновлюватися після невдач. | Висока енергія, фізичні сили, прагнення до професійного розвитку, підтримка молодої сім'ї, соціальних контактів, оптимізм і віра у власні сили. |
| Середина зрілості (41–50 років) | На перший план виходить використання накопиченого професійного досвіду, підсилюється відповідальність за якість роботи, управління класом, методичну діяльність, зростає значення професійної майстерності. | Уміння врегульовувати конфліктні ситуації на основі досвіду, стабільність поведінки у кризових умовах, здатність передавати власні знання і підтримувати колег. | Життєвий і професійний досвід, авторитет серед учнів, колег, батьків, усталені навички саморегуляції, розвинуті соціальні зв'язки, колективна підтримка. |
| Пізня зрілість (51–60 років) | Стресостійкість формується на основі багаторічного професійного й життєвого досвіду, акцент переноситься з кар'єрного зростання на збереження стабільності, більшою мірою спирається на звичні моделі поведінки. | Стійкість до довготривалих навантажень, менша гнучкість щодо нових технологій, але висока здатність діяти в перевірених умовах, прояви мудрості, здатності бути наставником. | Професійний авторитет і педагогічна інтуїція, глибоке розуміння психології учнів і колег, стабільність життєвих пріоритетів, внутрішній баланс, духовні цінності. |

*Джерело: авторська розробка на основі [5; 6; 11; 12].*

вання стабілізованих моделей поведінки й опори на накопичений досвід у пізній зрілості.

4. Стресостійкість постає не як статична особистісна риса, а як процесуальний феномен, що забезпечує збереження ефективності професійної діяльності та психологічного благополуччя працівників навчальних закладів, водночас потребує цілеспрямованої підтримки та розвитку на різних етапах його життєвого й професійного становлення.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Психологія стресу та стресових розладів : навчальний посібник / уклад. О.Ю. Овчаренко. Київ : Університет «Україна», 2023. 266 с. URL: https://uu.edu.ua/upload/Nauka/naukovi_vydannia/psihologija_stresy_2023_compressed.pdf

2. Стресостійкість : навчальний посібник / Н.М. Бардин та ін. ; за ред. Я.М. Когута. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 204 с. URL: https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/4267

3. Шпак М.М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. Габітус. 2022. Вип. 39. С. 199–203. URL: https://doi.org/10.32843/2663-5208. 2022.39.36

4. Соломка Е.Т., Хома Т.В., Хлопек А. Б. Стресостійкість особистості як фактор впливу на опанувальну поведінку студентської молоді. 2022. URL: https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-65-1-111-118

5. Тептюк Ю.О. Психологічні умови розвитку стресостійкості в соціальних працівників різних вікових категорій : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2021. 190 с. URL: https://uacademic.info/ua/document/0421U101401

6. Односталко О.С. Ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя : дис. … канд. психол. наук : 19.00.01. 2020. 183 с. URL: https://uacademic.info/ua/document/0421U100016

7. Дзюба Т.М., Коваленко О.Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / за ред. В.Ф. Моргуна. Полтава, 2013. 172 с. URL: http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/5250/1/Дзюба_Т_Психологія_дорослості.pdf

8. Розуміння та інтерпретація життєвого досвіду як чинник розвитку особистості : монографія / за ред. Н.В. Чепелєвої. Кіровоград : Імекс-Лтд, 2013. 276 с.

9. Peck R. C. Psychological Developments in the Second Half of Life., Psychological Aspects of Aging / J.E. Anderson (Ed.). American Psychological Association, 1956. P. 46–52.

10. Резнік К.Ю. Специфіка емоційних переживань у різновікових та різногендерних групах поліцейських. Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права. 2023. № 1. С. 198–202. https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2023.1.34

11. Шебанова В.І., Діденко Г.О. Копінг-поведінка у сучасних психологічних дослідженнях. Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць. 2017. Вип. 39. С. 368–379. https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.368-379

12. Самолюк Н.М. Професійні стреси: причини та методи запобігання. Соціально-трудові відносини: теорія та практика. 2016. № 1. С. 165–175 URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/stvttp_2016_1_20

*Стаття надійшла у редакцію: 07.09.2025*
*Стаття прийнята: 19.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙМАННЯ СТУДЕНТАМИ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В КОНТЕКСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ

# PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STUDENTS' PERCEPTION OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN THE CONTEXT OF EDUCATIONAL GROUP INTERACTION

УДК 378.091.31-059.2:159.923]:004.8
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.24
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Тюпа О.О.**
аспірант кафедри психології розвитку та консультування
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка
ORCID ID: 0009-0000-1953-3489

**Адамська З.М.**
к.психол.н., доцент кафедри психології розвитку та консультування
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка
ORCID ID: 0000-0002-8288-836X

*Стаття присвячена дослідженню психологічних особливостей сприймання студентами штучного інтелекту в контексті навчальної групової взаємодії. Здійснено аналіз сучасних підходів до розуміння особливостей і обмежень штучного інтелекту, що спрямовує і визначає динаміку у групі студентів, які використовують його для вирішення спільних навчальних завдань. Акцентовано увагу на тому, що швидкі та неточні відповіді, зумовлені технічними особливостями штучного інтелекту, негативно вливають на розвиток необхідних навичок у студентів, а також знижують потребу в міжособистісній комунікації у групі. Здійснений контент-аналіз результатів анкетування дозволив зробити висновки про те, як сучасні студенти сприймають та оцінюють вплив штучного інтелекту на ефективність вирішення навчального завдання та рівень міжособистісної комунікації у студентській групі. Результати анкетування підтверджують, що, хоча використання штучного інтелекту для отримання швидких відповідей сприймається студентами позитивно, а також сприяє підвищенню суб'єктивного відчуття індивідуальної ефективності, водночас він може здійснювати негативний вплив на колективні процеси. Підтвердження цих висновків знаходимо в теорії когнітивного навантаження Дж. Свеллера, у якій описується саме переключення робочої пам'яті та когнітивного навантаження із групової дискусії та вирішення завдання на безпосередню взаємодію зі штучним інтелектом і отримання готових відповідей. Схожі висновки наведені в теорії Р. Хакмана, яка пояснює виникнення «псевдокоманди», у якій учасники делегують штучному інтелекту критично важливі функції, що призводить до втрати глибини аналізу й особистої відповідальності. Отримані результати також корелюють з концепцією К. Левіна, у якій групова динаміка формується під дією сил, які сприяють або перешкоджають досягненню спільних цілей.*
**Ключові слова:** *групова взаємодія, групова динаміка, навчальна групова взаємодія, когнітивне навантаження, штучний інтелект.*

*The article is devoted to the study of psychological characteristics of students' perception of artificial intelligence in the context of educational group interaction. An analysis of modern approaches to understanding the characteristics and limitations of artificial intelligence, which directs and determines the dynamics in a group of students who use it to solve common educational tasks, has been carried out. Emphasis is placed on the fact that quick and inaccurate responses, caused by the technical characteristics of artificial intelligence, negatively affect the development of necessary skills in students, as well as reduce the need for interpersonal communication within the group. The content analysis of the survey results allowed us to draw conclusions about how modern students perceive and evaluate the impact of artificial intelligence on the effectiveness of solving educational tasks and the level of interpersonal communication in a student group. The survey results confirm that, although the use of artificial intelligence to obtain quick answers is perceived positively by students and also increases their subjective sense of individual effectiveness, it can at the same time have a negative impact on collective processes. Confirmation of these conclusions can be found in J. Sweller's cognitive load theory, which describes the switching of working memory and cognitive load from group discussion and problem solving to direct interaction with AI and obtaining ready-made answers. Similar conclusions are presented in R. Hackman's theory, which explains the emergence of a "pseudo-team" in which participants delegate critically important functions to AI, leading to a loss of depth of analysis and personal responsibility. The results also correlate with K. Lewin's concept, in which group dynamics are formed under the influence of forces that promote or hinder the achievement of common goals.*
**Key words:** *group interaction, group dynamics, educational group interaction, cognitive load, artificial intelligence.*

**Постановка проблеми.** Штучний інтелект (далі – ШІ) посідає все більш значущу позицію в сучасному суспільстві, де технології на базі ШІ не лише автоматизують рутинні процеси, а й відкривають нові галузі діяльності, створюють нові професії, впливають на соціальні процеси в суспільстві. На тлі зростання впровадження ШІ в академічний простір особливу увагу привертає досвід студентів, які активно використовують генеративні моделі, зокрема ChatGPT, у контексті навчальної групової взаємодії. Аналіз останніх досліджень та публікацій підтвердив брак ґрунтовних досліджень, спрямованих на вивчення психологічних особливостей сприймання студентами штучного інтелекту в контексті навчальної групової взаємодії, що й зумовило формулювання **мети** нашого дослідження – обґрунтування психологічних особливостей сприймання студентами штучного інтелекту в контексті навчальної групової взаємодії.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У дослідженні М. Аббас і співавторів встановлено, що інтенсифікація навчального навантаження та хронологічні обмеження стимулюють активне використання ChatGPT студентами. Однак таке покладання на технологію корелює зі зростанням прокрастинації, погіршенням когнітивних функцій (зокрема, пам'яті) та деградацією академічних

результатів, що вказує на двомісний вплив генеративного ШІ в освітньому контексті [1].

Також варто зазначити технічні обмеження ChatGPT та їхній потенційний вплив у контексті навчальної групової взаємодії, що частково продемонстровано в дослідженні Е. Лус і співавторів, які проаналізували можливості ChatGPT в освіті через призму його саморефлексії, зокрема шляхом створення SWOT-аналізу власних функцій. Результати показали, що модель здатна генерувати антропоморфні відповіді та підтримувати індивідуалізоване навчання, проте її застосування супроводжується суттєвими обмеженнями. Серед них – ризик поширення «галюцинацій», тобто інформаційних помилок, які складно ідентифікувати без розвинених навичок критичного аналізу [6].

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Групова взаємодія, як центральна концепція соціальної психології, пояснюється низкою різноманітних теорій. Зокрема, фундаментальною роботою К. Левіна про групову динаміку, яку використано в нашій концепції адаптованої до контексту навчальної групової взаємодії, у якій групова взаємодія визначається як процес, у якому двоє або більше індивідів спільно взаємодіють, впливають один на одного та діють для досягнення спільних цілей, вона включає комунікацію, координацію дій, розподіл ролей і взаємну підтримку, що є ключовими для функціонування групи [5]. Основна перевага спільної навчальної групової діяльності полягає в соціальній взаємозалежності. Це приводить до синергії співпраці, коли результат роботи групи є кращим за той, якого міг би досягти будь-який окремий учасник, завдяки вербалізації, наявності когнітивного конфлікту, тобто дебатів і розбіжностей, які змушують членів групи обґрунтовувати та вдосконалювати своє мислення.

Зважаючи на ключову роль навчальної групової взаємодії у формуванні комунікативних навичок, навичок колективного вирішення проблем і соціальної адаптації студентів, актуалізується необхідність дослідження та аналізу трансформації цього процесу під впливом технологій штучного інтелекту. Загальне поняття ШІ охоплює надто широкий спектр технологій, що ускладнює систематичне вивчення його впливу в контексті навчальної групової взаємодії. Ми обмежили фокус на ChatGPT, це дозволило деталізувати особливості застосування віртуальних помічників, на відміну від абстрактного аналізу ШІ як явища.

Варто зазначити, що швидкі темпи розвитку технологій штучного інтелекту зумовлюють ретроспективний характер будь-якого аналізу їхнього впливу на освітні та групові процеси, що потребує постійного оновлення методології навчального процесу для відповідності актуальному технічному контексту. Зростання автономності й можливості систем штучного інтелекту кардинально змінюють когнітивну та соціальну динаміку в освітніх групах. Автоматизуючи все більш складні процеси, штучний інтелект значно зменшує колективне когнітивне навантаження, необхідне групі для досягнення навчальних цілей, перерозподіляє розумові зусилля та змінює характер спільних завдань.

Generative Pre-trained Transformer (далі – GPT) – авторегресійна модель обробки природної мови, заснована на архітектурі трансформера, яку вперше запропонували А. Васвані та співавтори у праці “Attention Is All You Need”, яка стала основою для багатьох сучасних NLP-моделей, включно із ChatGPT [10]. Ранні теоретичні моделі, як-от GPT-1, описані А. Радфорд зі співавторами у статті “Improving Language Understanding by Generative Pre-Training”, хоча й були фундаментальним теоретичним кроком, мали обмежену практичну користь [7]. Їхні обмежені можливості для взаємодії в режимі реального часу означали, що учасники-люди все ще мали брати на себе більшу частину інформаційної та синтезуючої роботи, що теоретично підсилювало традиційні ролі співпраці. Ключова зміна відбулася тоді, коли моделі набули здатності самостійно отримувати інформацію, прикладом цього є GPT-2, описана А. Радфорд зі співавторами [8].

Ця здатність почала трансформувати підхід до вирішення проблем, оскільки ШІ тепер міг діяти як швидке зовнішнє джерело пам’яті, зменшуючи потребу групи в попередніх знаннях і змінюючи потік інформації всередині команди. Масштабування GPT-3, представлене Т. Браун і співавторами у статті “Language Models are Few-Shot Learners”, продемонструвало, що за наявності достатньої кількості параметрів модель може адаптуватися до унікального контексту завдання з мінімальним керівництвом [3]. Ця адаптивність дозволяє ШІ бути більш гнучким і контекстно орієнтованим асистентом, який може звільнити людину від значних зусиль щодо інтерпретації та аналізу інформації. Нарешті, мультимодальність GPT-4, представлена організацією OpenAI, Дж. Ачіам зі співавторами у статті “GPT-4 Technical Report”, знаменує перехід до більш інтегрованого учасника діяльності, обробляннням і генеруванням тексту, зображення та коду ШІ може підтримувати й автоматизувати ширший спектр навчальних групових завдань [2].

Застосування теорії Р. Хакмана до студентських груп, які використовують ChatGPT, дозволяє виокремити низку переваг і недоліків, пов’язаних із теоретичними засадами моделі та функціональними можливостями штучного інтелекту [4]. З одного боку, інтеграція ChatGPT сприяє реалізації ключових умов ефективності команд, запропонованих Р. Хакманом. Наприклад, автоматизація рутинних операцій (форматування текстів, пошук інформації) дозволяє учасникам групи зосередитися на стратегічних і творчих аспектах проєкту. Окрім того, доступ до інструментів штучного інтелекту забезпечує «підтримувальний контекст», оскільки студенти отримують технологічну інфраструктуру для швидкого тестування ідей, аналізу даних або генерації контенту, що підвищує про-

дуктивність і відповідність критерію задоволення зовнішніх вимог. Проте надмірна орієнтація на ChatGPT може суперечити окремим принципам Р. Хакмана [4]. Зокрема, ризик виникнення «псевдокоманди» зростає, якщо учасники делегують ШІ критично важливі функції, як-от формулювання концепцій або ухвалення рішень, що призводить до втрати глибини аналізу й особистої відповідальності. Це може підривати умову «розвитку можливостей для майбутнього», оскільки надмірна автоматизація обмежує набуття практичних навичок. Також існує загроза порушення «соціальної майстерності»: залежність від цифрової комунікації через ChatGPT зменшує пряму взаємодію між студентами, що суттєво впливає на згуртованість групи та здатність вирішувати міжособистісні конфлікти. Важливим недоліком є й потенційна девальвація ролі «експертного коучингу». Хоча Р. Хакман наголошує на обережному втручанні керівників, повна заміна людської експертизи алгоритмічними порадами ChatGPT може призвести до некритичного сприйняття інформації, особливо якщо система генерує неточні або упереджені дані [4].

Згідно з концепцією К. Левіна, групова динаміка формується під дією сил, які сприяють або перешкоджають досягненню спільних цілей [5]. Застосування теорії групової динаміки К. Левіна до аналізу використання ChatGPT у студентських колективах дозволяє виявити суттєві переваги та недоліки, пов'язані із впливом штучного інтелекту на міжособистісні й організаційні процеси. Інтеграція ChatGPT може посилювати позитивні сили, зокрема, через оптимізацію комунікації та розподілу завдань. Наприклад, автоматизоване формулювання ідей, аналіз даних або структурування матеріалів дозволяє студентам зосередитися на стратегічних аспектах проєкту. Проте надмірна залежність від ChatGPT здатна активізувати негативні сили, які дестабілізують групову динаміку. Зокрема, делегування ключових функцій алгоритмам призводить до зниження критичного мислення та відповідальності учасників, що суперечить ідеї К. Левіна про важливість особистої взаємодії для подолання суперечностей [5]. Надмірне використання ШІ може послабити емоційний зв'язок між студентами, обмежити здатність групи до самоорганізації та ефективного вирішення конфліктів. Також існує загроза викривлення інформаційного поля: навіть незначні помилки або упередженість у відповідях ChatGPT здатні спровокувати колективні помилкові висновки, які важко виправити без зовнішнього аудиту.

Застосування теорії когнітивного навантаження Дж. Свеллера в контексті студентських груп, які використовують ChatGPT для вирішення групових навчальних завдань, дозволяє виявити виплив ШІ на рівні особистості [9]. Згідно з теорією когнітивного навантаження Дж. Свеллера, якість засвоєння навчального матеріалу безпосередньо залежить від рівня навантаження на робочу пам'ять, оптимальні результати досягаються лише за умови адекватного контролю цього навантаження [9]. Фундаментальним для теорії є поняття робочої пам'яті – системи з обмеженою ємністю, що відповідає за тимчасове зберігання та оперативну обробку інформації, необхідної для безпосередньої діяльності. Саме це обмеження є основним об'єктом уваги в теорії когнітивного навантаження [9]. Використання ChatGPT дозволяє студентам обходити внутрішнє когнітивне навантаження завдання і уникати когнітивного навантаження, необхідного для навчання та групової взаємодії. Натомість робоча пам'ять студентів зайнята стороннім когнітивним навантаженням управління взаємодією зі ШІ. Це забезпечує миттєву винагороду за виконання завдання, але систематично перешкоджає побудові довгострокових знань, розвитку необхідних навичок групової взаємодії.

Замість того, щоб взаємодіяти один з одним, група зосереджується на створенні підказок та інтерпретації результатів роботи ШІ. Необхідність взаємного пояснення, дебатів і спільного конструювання знань зникає. Соціальні та когнітивні переваги співпраці зникають. Група стає пасивним приймальним комітетом для роботи ШІ, а не активним, мислячим колективом.

Виходячи з теоретичних розвідок, наведених вище, нами було розроблено авторську анкету, проведено пілотне анкетування студентів, з метою збору даних щодо їхніх очікувань, суб'єктивних вражень і досвіду використання штучного інтелекту в контексті навчальної групової взаємодії. Контент-аналіз відповідей дозволив виявити основні тенденції та категорії, що характеризують ставлення студентів до штучного інтелекту. Анкетування складалося із двох частин: запитань з варіантами відповідей і відкритих запитань.

Анкетування проводилося в онлайн-формі, анонімно (без вимоги зазначати особисту інформацію), без часових обмежень, серед студентів Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка.

Обсяг вибірки – 32 студенти віком від 17 до 28 років. Середній вік – 20 років (рис. 1).

Серед досліджуваних 81,25% жінок і 18,75% чоловіків. Більшість досліджуваних (87,5%) зазначили, що знають, що таке штучний інтелект, його основні принципи функціонування. Більшість досліджуваних (93,8%) вказали, що мають досвід використання інструментів штучного інтелекту з навчальною чи професійною метою. Більшість досліджуваних (59,4%) погоджуються із твердженням, що штучний інтелект стане важливим елементом майбутньої професійної діяльності.

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Як часто під час навчання Ви працюєте у групах та виконуєте спільні групові проєкти?» підтвердив, що більшість досліджуваних часто (34,4%) або час від часу (34,4%) працюють у групах і виконують спільні групові проєкти (рис. 2).

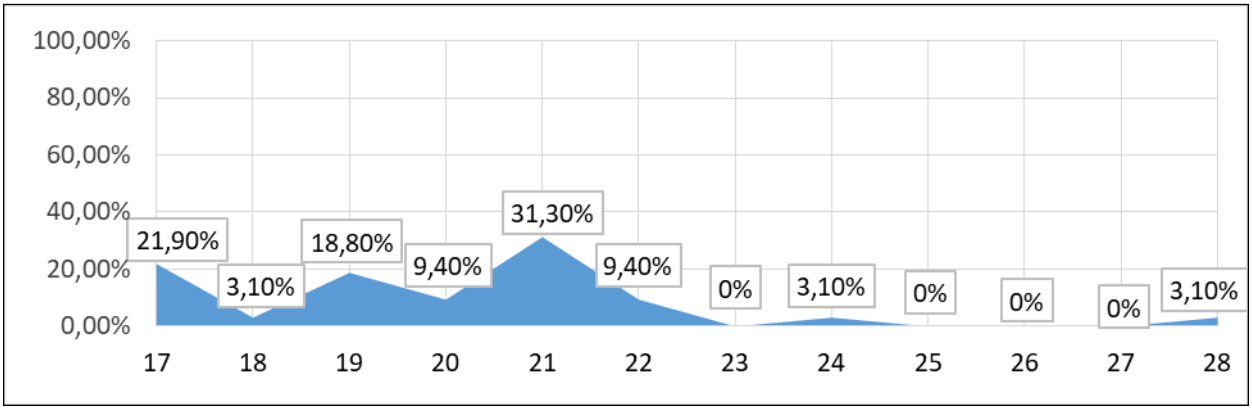


**Рис. 1. Віковий розподіл респондентів**

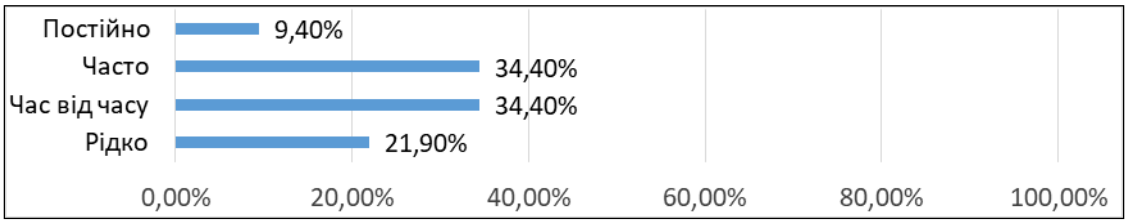


**Рис. 2. Розподіл показників частоти виконання спільних групових проєктів студентами під час навчання**

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Наскільки часто Ви використовуєте ChatGPT у групових проєктах?» показав, що більшість досліджуваних (50%) зазначили, що час від часу використовують ChatGPT у групових проєктах (рис. 3).

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Наскільки Ви вважаєте ChatGPT корисним у виконанні групових завдань?» продемонстрував, що для більшості студентів (46,90%) ChatGPT є «помірно корисний» у виконанні групових завдань (рис. 4).

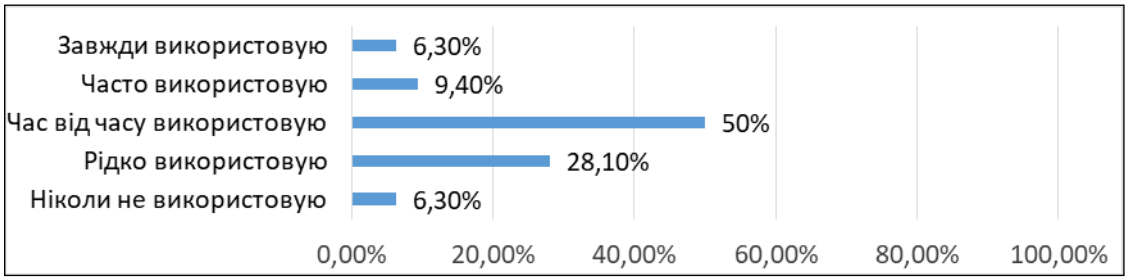


**Рис. 3. Розподіл показників частоти використання ChatGPT у групових проєктах студентами**

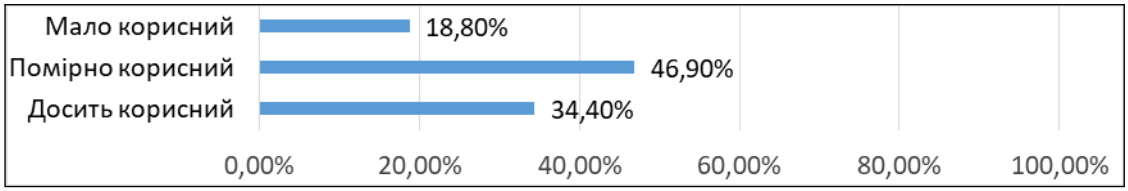


**Рис. 4. Розподіл вказаних студентами показників корисності Чат GPT у виконанні групових завдань**

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання: «Наскільки ефективно Ви використовуєте ChatGPT для створення ідей і пошуку інформації у груповому навчанні?» більшість досліджуваних (50%) вказали, що «помірно ефективно» використовують ChatGPT для створення ідей і пошуку інформації у груповому навчанні (рис. 5).

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Наскільки Ви згодні із твердженням, що ChatGPT покращує вашу ефективність у виконанні

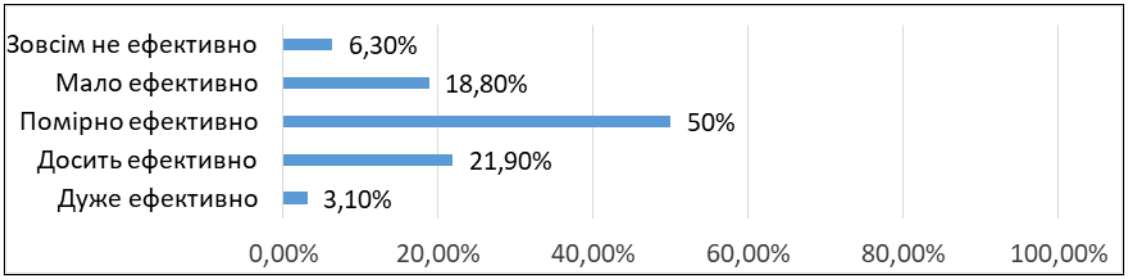


**Рис. 5. Розподіл вказаних студентами показників ефективності використання ChatGPT для створення ідей і пошуку інформації у груповому навчанні**

групових завдань?» більшість (40,6%) виявили згоду із твердженням, що використання ChatGPT покращує їхню ефективність у виконанні групових завдань (рис. 6).

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Наскільки Ви вважаєте, що використання ChatGPT покращує співпрацю та комунікацію у групі?» продемонстрував, що для більшості

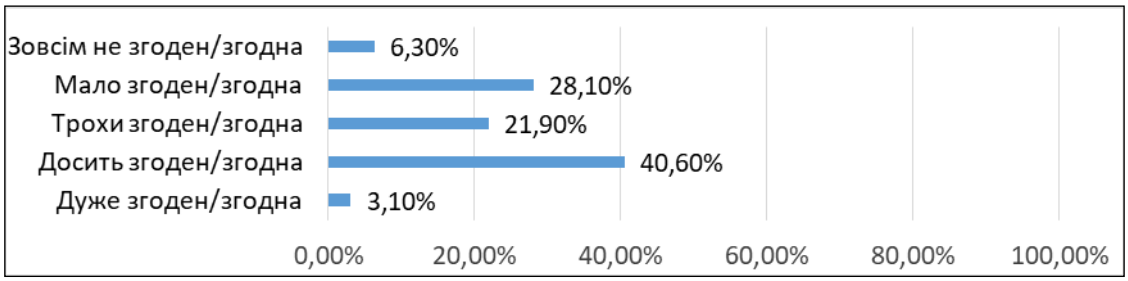


**Рис. 6. Розподіл вказаних студентами показників ефективності використання ChatGPT для створення ідей і пошуку інформації у груповому навчанні**

досліджуваних (46,90%) використання ChatGPT мало покращує співпрацю та комунікацію у групі (рис. 7).

Кількісний аналіз відповідей студентів на запитання «Наскільки Ви готові рекомендувати використання ChatGPT іншим студентам для роботи у групах?» демонструє, що більшість студентів (53,1%) помірно готові рекомендувати використання ChatGPT іншим студентам для роботи у групах (рис. 8).

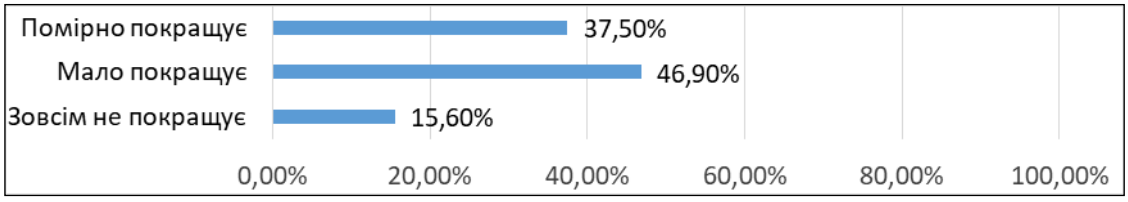


**Рис. 7. Розподіл вказаних студентами показників впливу використання ChatGPT на покращення співпраці та комунікації у групі**

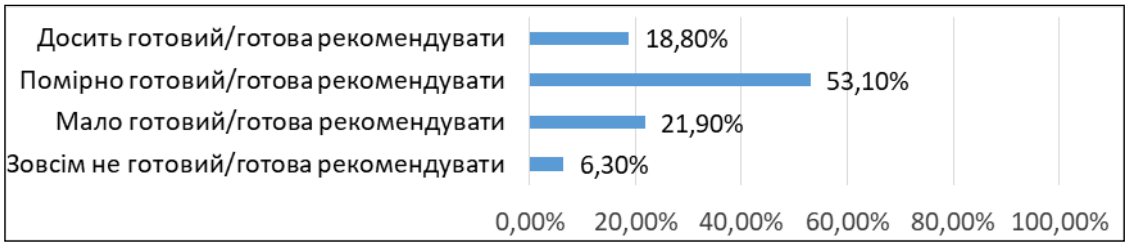


**Рис. 8. Розподіл вказаних студентами показників готовності рекомендувати ChatGPT іншим студентам для роботи у групах**

Контент-аналіз відповідей студентів на запитання «Як Ви ставитеся до інтеграції штучного інтелекту в навчальній діяльності?» продемонстрував їхнє ставлення до впровадження штучного інтелекту в навчальну діяльність. Відповіді розподілилися за категоріями: позитивне ставлення, нейтральне ставлення, негативне ставлення, змішане ставлення (позитивні і негативні аспекти). Так, більшість студентів (56,25%) висловлюють позитивне ставлення до впровадження штучного інтелекту в навчальну діяльність, третина студентів (34,37%) визнають переваги, але також зазначають деякі ризики та недоліки, що свідчить про важливість балансованого підходу до впровадження цієї технології. Нейтральне ставлення виявили 6,25%, негативне – 3,12% студентів (рис. 9).

Відповіді студентів на запитання «Які переваги Ви бачите у використанні штучного інтелекту для розв'язання групових завдань?» розподілилися за категоріями: покращення процесів, швидкість та оперативність, ефективність, різноманітність відповідей, генерація ідей, спрощення роботи, відсутність переваг. Більшість студентів (71,86%) бачать переваги у використанні ШІ для розв'язання групових завдань, як-от покращення процесів, швидкість та оперативність, ефективність, різноманітність відповідей, генерація ідей. Найбільше респондентів зазначили швидкість і оперативність – 28,12%. Деякі студенти не бачать переваг (15,62%) або їм важко відповісти на це запитання (12,50%). Це може свідчити про різні акценти сприйняття студентами переваг штучного інтелекту у груповій роботі (рис. 10).

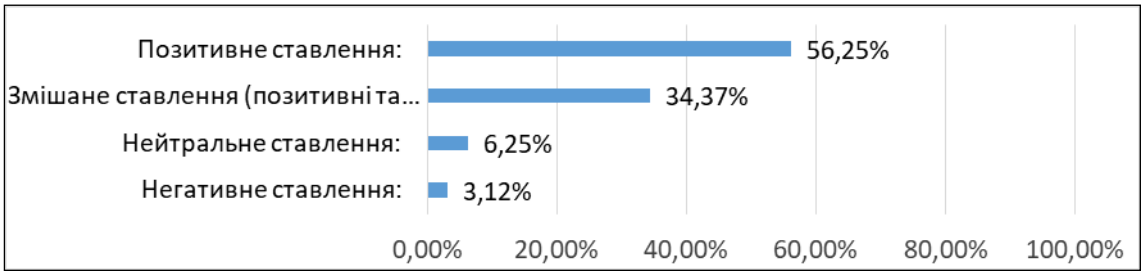


**Рис. 9. Розподіл показників ставлення студентів до впровадження штучного інтелекту в навчальну діяльність**

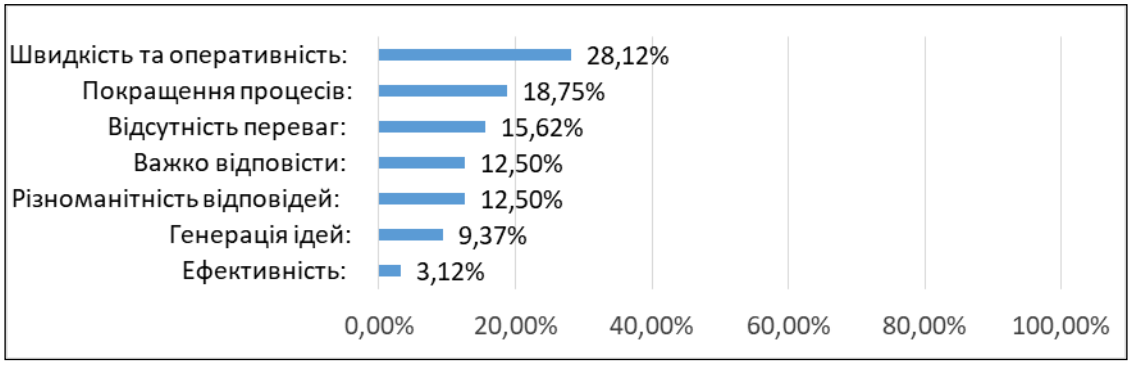


**Рис. 10. Розподіл зазначених студентами переваг використання штучного інтелекту для розв'язання групових завдань**

Контент-аналіз відповідей студентів на запитання «Які обмеження Ви помічаєте у використанні штучного інтелекту для групової роботи?» демонструє розподіл за такими категоріями, як: неточність відповідей, недостатнє розуміння завдань, обмеження інформації, залежність від технологій, втрата комунікації, відсутність обмежень. Більшість студентів (50,00%) вказують на неточність відповідей як обмеження штучного інтелекту для групової роботи. Інші проблеми пов'язані з ненадійністю інформації, недостатнім розумінням завдань, залежністю від технологій, втратою комунікації між членами групи. Невелика кількість студентів не бачить обмежень (3,12%) або не може визначити їх (6,25%). Сумарно більшість студентів (90,63%) вказують на наявність деяких обмежень у використанні ШІ для групової роботи, що може вказувати на необхідність подальшого вдосконалення технологій штучного інтелекту, їх адаптації до освітнього процесу й використання в контексті навчальної групової взаємодії (рис. 11).

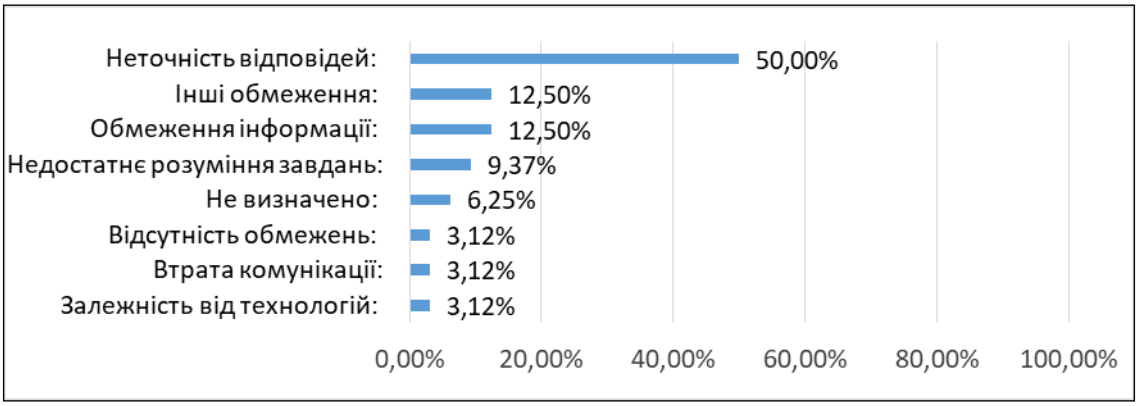


**Рис. 11. Розподіл зазначених студентами обмежень у використанні штучного інтелекту для групової роботи**

Контент-аналіз відповідей студентів на запитання «Яку роль Ви відводите штучному інтелекту під час групової роботи?» дозволив виокремити такі категорії: пошук інформації, перевірка достовірності інформації, складання інформації, допоміжна роль, часткове використання, мінімальна або відсутня роль. Третина студентів (31,25%) відводять ШІ допоміжну роль під час групової роботи. Також студенти (18,75%) використовують штучний інтелект для пошуку інформації (рис. 12).

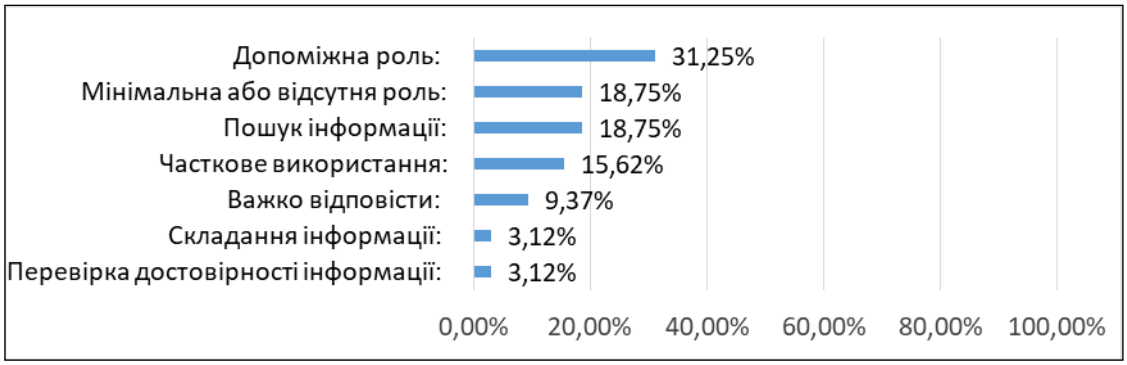


**Рис. 12. Розподіл зазначених студентами ролей штучного інтелекту під час групової роботи**

Варто зазначити, що сумарно значна кількість студентів (43,74%) вказали на мінімальну або відсутню роль, часткове використання та складність відповіді (рис. 12).

Результати дослідження свідчать про наявність досвіду використання студентами інструментів штучного інтелекту в навчальній діяльності, а також про переважно позитивне ставлення до їх інтеграції. Також результати дослідження свідчать про наявність досвіду у спільних групових навчальних завданнях. Однак вплив ШІ на групову взаємодію виявляється суперечливим: хоча студенти відзначають його корисність у вирішенні колективних завдань, водночас вказують, що покращення співпраці або комунікації між учасниками групи залишаються незначними.

Ця суперечність може бути пов'язана з розрізненням між індивідуальними перевагами (оптимізація власних завдань) і колективними процесами. ШІ, забезпечуючи індивідуалізовану підтримку, може непрямо зменшувати необхідність активного обміну думками між студентами, зосереджувати увагу на алгоритмічних рішеннях замість спільного аналізу. Окрім того, тенденція до отримання швидких, але неточних відповідей формує ризик поверхневого засвоєння матеріалу, де пріоритетом стає формальне виконання завдань, а не глибинна взаємодія.

Виникнення такого дисбалансу потребує подальшого аналізу чинників, зокрема:

Пріоритету ефективності над якістю комунікації (наприклад, скорочення часу на виконання завдань ціною зменшення дискусій).

Залежності від алгоритмічних підказок, які знижують мотивацію до критичного обговорення ідей у групі.

Недосконалості інструментів ШІ в контексті підтримки креативності та соціальної взаємодії.

Також, виходячи з результатів контент-аналізу, простежується така важлива перевага, як швидкість і оперативність отримання інформації, основне обмеження – неточність відповідей, що підкреслює необхідність формування та розвитку навичок критичного аналізу інформації у студентів.

Попередні висновки підкреслюють необхідність глибшого аналізу механізмів, за допомогою яких ШІ впливає на розподіл відповідальності в командах і формування колективної критичної думки. Отримані дані також ілюструють потребу в розробленні педагогічних інструкцій, спрямованих на зменшення ризиків алгоритмічної залежності та збереження автономії групових процесів. Пілотне дослідження слугує основою для масштабного аналізу, що враховуватиме дисциплінарні, культурні й індивідуальні чинники використання генеративного ШІ в освіті.

**Висновки.** Упровадження генеративних моделей у навчальний контекст може створити парадоксальний ефект: з одного боку, вони можуть виступати фактором покращення індивідуальної ефективності, надаючи миттєвий доступ до інформації. З іншого – надмірна орієнтація на алгоритмічні рішення загрожує ерозією навичок критично аналізу інформації, автономії групових процесів, зменшенням безпосередньої комунікації між учасниками, переключенням робочої пам'яті та когнітивного навантаження із групової дискусії та вирішення завдання на безпосередню взаємодію зі ШІ та отримання готових відповідей, поширенням неточної інформації в інформаційному полі групи та формуванням ілюзії колективного інтелекту.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Abbas M., Jam F.A., Khan T.I. Is it harmful or helpful? Examining the causes and consequences of generative AI usage among university students. *Int J Educ Technol High Educ.* 2024. 21. 10. https://doi.org/10.1186/s41239-024-00444-7

2. Achiam J., Adler S., Agarwal S., Ahmad L., Akkaya I., Florencia Leoni Aleman et al. OpenAI. GPT-4 Technical Report. https://doi.org/10.48550/arXiv.2303.08774

3. Brown T.B., Mann B., Ryder N., Subbiah M., Kaplan J., Dhariwal P., Neelakantan A., Shyam P., Sastry G., Askell A., Agarwal S., Herbert-Voss A., Krueger G., Henighan T., Child R., Ramesh A., Ziegler D.M., Wu J., Winter C., Hesse C., Chen M., Sigler E., Litwin M., Gray S., Chess B., Clark J., Berner C., McCandlish S., Radford A., Sutskever I., Amodei D. Language Models are Few-Shot Learners. *ArXiv.* 2020. abs/2005.14165. URL: https://arxiv.org/pdf/2005.14165 (дата звернення: 15.03.2025).

4. Hackman J.R. Leading Teams: Setting the Stage for Great Performances. Harvard Business Press, 2002.

5. Lewin K., Gertrude W. Lewin (Ed.). Resolving social conflicts: selected papers on group dynamics (1935–1946). New York : Harper and Brothers, 1948.

6. Loos E., Gröpler J., Goudeau M.-L.S. Using ChatGPT in Education: Human Reflection on ChatGPT's Self-Reflection. *Societies.* 2023. № 13 (8). P. 196. https://doi.org/10.3390/soc13080196

7. Radford A., Narasimhan K., Salimans T., Sutskever I. Improving language understanding by generative pre-training. *OpenAI Blog.* 2018. URL: https://gwern.net/doc/www/s3-us-west-2.amazonaws.com/d73fdc5ffa 8627bce44dcda2fc012da638ffb158.pdf (дата звернення: 15.03.2025).

8. Radford A., Wu J., Child R., Luan D., Amodei D., Sutskever I. Language models are unsupervised multitask learners. *OpenAI Blog.* 2019. URL: https://cdn.openai.com/better-language-models/language_models_are_ unsupervised_multitask_learners.pdf (дата звернення: 15.03.2025)/

9. Sweller J. Cognitive Load During Problem Solving: Effects on Learning. *Cognitive Science.* 1988. № 12 (2). P. 257–285. https://doi.org/10.1207/s15516709cog1202_4

10. Vaswani A., Shazeer N., Parmar N., Uszkoreit J., Jones L., Gomez A.N., Kaiser L., Polosukhin I. Attention Is All You Need. https://doi.org/10.48550/arXiv.1706.03762

*Стаття надійшла у редакцію: 26.09.2025*
*Стаття прийнята: 08.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОСТІ В ДІТЕЙ ЯК НАСЛІДОК КРИЗИ СТАРШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

# PSYCHOLOGICAL FEATURES OF AGGRESSION IN CHILDREN AS A CONSEQUENCE OF THE CRISIS OF OLDER ADOLESCENCE

УДК 159.96: 316.613.434:316.62
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.25
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Чорна І.М.**
к.психол.н., доцент, доцент кафедри психології
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя
ORCID ID: 0000-0001-6947-1140

**Кулик Х.Я.**
здобувачка вищої освіти
Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя
ORCID ID: 0009-0009-9389-953X

*У статті здійснено аналіз теоретичних підходів до вивчення агресивності особистості в зарубіжній і вітчизняній науково-психологічній літературі. Агресивність розглянуто як інтегральну властивість особистості, яка виступає як стійка основа її поведінки й мотивації. Відзначено необхідність вивчення ролі агресії у структурі психологічної індивідуальності суб'єкта як цілісного феномену; залежно від її місця у структурі діяльності й особливостей механізму саморегуляції, виокремлено особистісний та індивідуальний рівні агресивної поведінки. Показано, що агресивна поведінка є наслідком порушень системи взаємин, у якій перебуває особистість, та є деструктивним видом взаємодії з навколишніми людьми. Визначено агресію як засіб психологічного захисту особистості від уже наявних негативних стосунків, як неконструктивний спосіб самоствердження. Визначено соціально-психологічні чинники й умови прояву агресивності у старшому підлітковому віці. Виявлено вікові та психологічні передумови становлення агресивності в дітей старшого підліткового віку. Аналіз психологічної літератури показав, що відхилення в поведінці підлітків, зокрема й агресивні форми та кризи психічного розвитку, залежать від стосунків підлітків з іншими людьми. Міра психологічного благополуччя дитини й гострота явищ підліткової кризи залежать від особливостей взаємин з іншими людьми, насамперед із дорослими, від того, наскільки у спілкуванні з ними задовольняються їхні потреби зайняти нову, «дорослу» життєву позицію та подолати зовнішні і внутрішні перепони, що заважають підліткові досягти бажаного, насамперед ним самим обраного зразка. Причиною агресивної поведінки може бути й незадоволення різних потреб підлітка. Очевидно те, що агресивні прояви не сприятимуть формуванню позитивних стосунків між підлітками й оточенням. Визначено підходи для виокремлення умов подальшого вивчення стосунків підлітка з його однолітками. Окреслено напрями корекції порушених стосунків підлітків з агресивною поведінкою. Визначено проблематику підлітків як життєву кризу підліткового віку.*
**Ключові слова:** *підліток, агресія, агресивність, психокорекція, деструктивна поведінка, підліткова криза.*

*The article analyzes theoretical approaches to the study of personality aggression in foreign and domestic scientifically psychological literature. Aggression is considered as an integral property of the personality, which acts as a stable basis for its behavior and motivation. The need to study the role of aggression in the structure of the psychological individuality of the subject as a holistic phenomenon is noted; depending on its place in the structure of activity and the features of the self-regulation mechanism, the personal and individual levels of aggressive behavior are distinguished. It is shown that aggressive behavior is a consequence of violations of the system of relationships in which the personality is located, and is a destructive type of interaction with people around. Aggression is defined as a means of psychological protection of the personality from already existing negative relationships, as a non-constructive way of self-affirmation. The socio-psychological factors and conditions for the manifestation of aggression in older adolescence are determined. Age and psychological prerequisites for the development of aggression in children of older adolescence have been identified. An analysis of the psychological literature has shown that deviations in the behavior of adolescents, including aggressive forms and crises of mental development, depend on the relationships of adolescents with other people. The degree of psychological well-being of a child and the severity of the phenomena of the adolescent crisis depend on the characteristics of relationships with other people, primarily with adults, on the extent to which their needs are satisfied in communication with them to take a new «adult» life position and overcome external and internal obstacles that prevent the teenager from achieving the desired and, above all, the model chosen by him. The cause of aggressive behavior may also be dissatisfaction with various needs of the teenager. It is obvious that aggressive manifestations will not contribute to the formation of positive relationships between adolescents and others. Approaches have been determined for identifying the conditions for further studying the relationship of a teenager with his peers. The directions of correction of disturbed relationships of adolescents with aggressive behavior are outlined. The problems of adolescents are defined as a life crisis of adolescence.*
**Key words:** *adolescent, aggression, aggressiveness, psychocorrection, destructive behavior, adolescent crisis.*

**Вступ.** Проблематика агресивної поведінки в дітей і підлітків уже тривалий час перебуває в центрі уваги науковців, однак, попри численні дослідження, і дотепер залишається не до кінця розкритою. Особливої актуальності вказане питання набуває в контексті розгляду вікових криз, а саме кризи старшого підліткового віку, яка значною мірою зумовлює підвищення рівня внутрішньої напруги, конфліктності та схильності до деструктивних форм самовираження. Важливо підкреслити, що агресивність дітей у цьому віковому періоді не лише не демонструє тенденції до зменшення, навпаки, трансформується, набуває нових, іноді прихованих і витончених форм прояву, що ускладнює процес їх своєчасного виявлення і корекції. Суспільна значущість проблеми полягає

також у тому, що останніми роками зафіксовано істотне зростання кількості правопорушень, скоєних підлітками, а також збільшення випадків групових конфліктів і бійок, які часто відзначаються особливою жорстокістю. Такі прояви свідчать про те, що поглиблення агресивних тенденцій у дітей підліткового віку пов'язане з віковими кризовими змінами особистості, які провокують потребу в самоутвердженні, пошуку нових форм взаємодії з ровесниками та дорослими, нерідко через конфронтацію. Отже, агресивність у старшому підлітковому віці варто розглядати як один із найвиразніших психологічних симптомів кризового розвитку, що безпосередньо позначається на соціалізації особистості та формуванні її життєвих стратегій.

Аналіз наукової літератури доводить, що агресія та агресивна поведінка посідають одне із провідних місць у колі проблем сучасної психологічної науки, оскільки вони безпосередньо пов'язані із процесами становлення особистості у складні вікові періоди (А. Бандура, А. Басс, С. Берковітц, К. Лоренц, З. Фройд). Низка робіт вітчизняних учених присвячена вивченню різноманітних формовиявів агресивної поведінки підлітків (О. Бовть, І. Булах, Т. Вусковатова, О. Запухляк, О. Ісаєнко, С. Харченко й інші). Доведено, що у старшому підлітковому віці агресивність дедалі частіше розглядається як наслідок перебігу життєвої кризи, що супроводжується внутрішніми суперечностями, а також пошуком власної соціальної ідентичності й потребою в самоствердженні (О. Білоус, К. Бютнер, Л. Йовайши, О. Осницький, І. Маковська, Л. Семенюк, І. Чорна й інші). Саме ці соціально-психологічні чинники зумовлюють схильність сучасних підлітків до конфліктних форм поведінки, де агресія стає способом вираження емоцій і соціальної позиції.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вивчення психологічних особливостей агресивності в дітей як наслідку кризи старшого підліткового віку є надзвичайно важливим, оскільки в цей період розвитку особистість переживає внутрішні зміни, що нерідко супроводжуються підвищеною конфліктністю та схильністю до деструктивних форм поведінки. Агресія в цьому віці виступає не лише реакцією на зовнішні подразники, а й способом самовираження та спробою подолати кризові переживання, пов'язані з пошуком власної ідентичності та соціальної ролі. Усвідомлення причин підліткової агресивності дає змогу своєчасно розробляти ефективні стратегії її профілактики й психокорекції, що має значний вплив на гармонійний розвиток особистості й успішну соціалізацію підлітків.

Що стосується основних чинників виникнення агресивної поведінки, то, наприклад, К. Сергеєва пояснює труднощі у взаєминах підлітків з дорослими суперечностями, що виникають між прагненням пізнати самого себе та браком умінням адекватно аналізувати власні переживання, між високим рівнем домагань і реальним статусом у колективі, а також між ставленням до себе й ставленням з боку ровесників і дорослих [2]. Значний інтерес становлять і праці, у яких акцентується соціальна детермінованість підліткової кризи і, відповідно, агресивної поведінки, де провідна роль належить соціальному середовищу, в якому розвивається особистість. Зокрема, учені О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчук підкреслюють існування істотного взаємозв'язку між характером спілкування підлітків і становленням їхньої самооцінки та самосвідомості, що включають параметри ставлення до себе й до інших людей і, відповідно, можуть зумовлювати агресію [1].

З іншого боку, важливою причиною виникнення девіантної поведінки в підлітків І. Чорна, М. Чорний називають недоліки виховної роботи, невміння або небажання дорослих знайти індивідуальний підхід до дитини, а також нераціональну організацію її життєдіяльності на окремому етапі розвитку. Найбільш вагомим чинником, як уважають зазначені вчені, є неблагополуччя в сімейному середовищі. Також доведено, що формування девіантних проявів тісно пов'язане з авторитарним, індиферентним і гіперопікуючим стилями сімейного виховання: 79% неповнолітніх правопорушників зростали у несприятливих сім'ях, де батьки не приділяли належної уваги вихованню, заплющували очі на негативні вчинки, допускали прояви лицемірства, грубості, деспотизму, алкоголізму й аморальної поведінки. Наявність негативного прикладу, відсутність належного контролю та батьківського авторитету сприяють тому, що дитина легко підпадає під руйнівний вплив оточення. До того ж атмосфера емоційної байдужості породжує відчуження підлітка, позбавленого щирого та доброзичливого спілкування із близькими дорослими. Водночас асоціальні тенденції можуть формуватися і через неуспішність у навчанні, складні взаємини з однолітками чи педагогами. У результаті такі діти почуваються «чужими» як у сім'ї, так і у школі, натомість у девіантних компаніях знаходять своє місце – «свої серед чужих, чужі серед своїх» [5].

Д. Снайдер, вивчаючи мотиви агресивної поведінки підлітків, засвідчує, що «агресивні дії підлітків виступають: як засіб досягнення значущої мети; як спосіб психологічної розрядки, заміщення блокованої потреби й переключення діяльності; як самоціль, що задовольняє потребу в самореалізації і самоствердженні» [3, с. 116]. Вказане свідчить про багатогранність природи агресивної поведінки підлітків, яка не завжди є випадковою або хаотичною, а часто має внутрішньо обґрунтовану мотиваційну основу. Отже, агресія може виступати як функціональний механізм адаптації до соціальних і особистісних труднощів у старшому підлітковому віці. Серед причин виникнення агресивної поведінки підлітка називають і порушення в системі його міжособистісних ставлень і викривлені форми взаємодії із соціальним оточенням. У такому разі агресія виконує функцію психологічного захисту

від уже наявних негативних взаємин із дорослими й однолітками, водночас стає неефективним способом самоствердження.

Поділяємо позицію П. Соломатіної та зазначимо, що на виникнення агресивних проявів у підлітковому віці впливає не лише збудливість дитини, а й така особистісна риса, як демонстративність [4].

Вивчення психолого-педагогічних джерел дало підстави зробити висновок про переважно соціальну детермінованість агресивності сучасних підлітків, що підтверджується результатами багатьох досліджень. Зокрема, аналіз вікових новоутворень та провідного значення інтимно-особистісного спілкування з ровесниками засвідчив, що саме міжособистісні стосунки з однолітками відіграють ключову роль у формуванні агресивної поведінки. Це зумовило необхідність подальшого дослідження характеру взаємодії підлітка з ровесниками та визначення умов, за яких можлива ефективна корекція його деструктивних стосунків.

Емпіричне дослідження проводилося серед учнів закладу загальної середньої освіти старшого підліткового віку. Для вивчення їхньої агресивної поведінки були використані такі діагностичні методики: опитувальник Басса – Даркі, а також проєктивні методики «Неіснуюча тварина» та «Кактус» (М. Панфілова). Результати опитувальника агресії Басса – Даркі засвідчили наявність проявів агресивності в дітей цього вікового періоду. Було проаналізовано такі форми агресивності, як фізична, непряма, вербальна та негативізм. Дослідження показало виразну динаміку всіх зазначених форм агресивності в обстежуваних. Зокрема, з'ясовано, що серед виявлених форм агресивної поведінки найбільш вираженим є негативізм – 34%; непряма агресія спостерігається у 26% дітей, фізична агресія – у 22%, тоді як вербальна агресивність проявляється меншою мірою – у 18% обстежуваних. Закономірно, що в дітей старшого підліткового віку першочергове значення набувають непряма та фізична агресія, тоді як панівним особистісним показником стає негативізм, а не агресивна поведінка особистості.

Результати емпіричного дослідження дали змогу виділити категорії дітей старшого підліткового віку за проявами фізичної, вербальної та непрямої агресії, а також негативізму. Так, фізична агресія (виявлена у 22% опитаних респондентів) характерна для активних, діяльних і цілеспрямованих підлітків, які вирізняються сміливістю, рішучістю, схильністю до ризику й авантюризмом. У них спостерігається екстравертованість – товариськість, легкість у встановленні міжособистісних контактів, упевненість у власних силах – у поєднанні із честолюбством і прагненням до суспільного визнання. Ці особистісні риси підкріплюються розвиненими лідерськими здібностями, умінням організовувати однолітків і правильно розподіляти між ними завдання. Водночас вони отримують задоволення від демонстрації влади та примушування до поступливості тих, чиєї приязні вони прагнуть, що свідчить про домінування садистських тенденцій. Виявлено, що в підлітків із вираженою фізичною агресією також відзначено низьку соціальну комфортність, відсутність стриманості та розсудливості, а також слабкий самоконтроль. Це, імовірно, пов'язано з неповною соціалізацією потягів, а також із невмінням або небажанням відкладати задоволення своїх потреб. Для таких підлітків характерна потреба в гострих афективних переживаннях, а за їх відсутності в них переважає відчуття нудьги. Прагнення до стимуляції та інтенсивної діяльності робить для них неприйнятною будь-яку затримку задоволення. Вони прагнуть реалізувати власні бажання безпосередньо та негайно, часто не оцінюють наслідки власних дій, діють імпульсивно й необачно. Негативні наслідки не завжди слугують способом набуття досвіду, через що труднощі повторюються. Варто враховувати, що моральні обмеження для таких підлітків малозрозумілі; вони байдужі до морально-етичних і соціальних норм, а також можуть проявляти нечесність. брехливість.

З іншого боку, старших підлітків із проявами вербальної агресії (18% респондентів) характеризує, по-перше, виражена неврівноваженість, що проявляється у високій тривожності, невпевненості в собі, неспокої та схильності до сумнівів. По-друге, їм властива депресивність – знижений рівень активності, настрою та працездатності. За первинного знайомства такі підлітки здаються замкнутими й похмурими, часто уникають спілкування через надмірну зарозумілість чи завищену самооцінку. Проте в колі близьких друзів вони розкриваються, стають товариськими, балакучими, а іноді й жартівливими. По-третє, варто відзначити низьку фрустраційну толерантність: підлітки не здатні контролювати власні емоції, навіть незначні труднощі або невдачі вибивають їх із психологічної рівноваги, перешкоджають ефективній діяльності. У поєднанні з підвищеною чутливістю та збудливістю навіть малозначні подразники можуть спричиняти сильні спалахи роздратування.

Дослідження особливостей агресивної поведінки у старшому підлітковому віці дало змогу виокремити низку характерних проявів, що відрізняють різні її форми. Зокрема, у підлітків із панівною вербальною агресією відзначається висока емоційна збудливість, яка виявляється у швидких та інтенсивних афективних реакціях. Їхні емоційні спалахи часто пов'язані з реальними або уявними загрозами самооцінці, почуттю власної гідності чи соціальному статусу. Такі підлітки не схильні приховувати власне ставлення до оточення, що проявляється у словесних образах, приниженнях чи саркастичних висловлюваннях. Вербальна агресія в такому разі виконує компенсаторну функцію – дозволяє їм відстоювати власне Я і демонструвати перевагу над іншими. Водночас у структурі їхньої особистості наявні глибинні внутрішні суперечності: напруженість, тривожність і внутрішні кон-

флікти, які зовні виливаються в реакції озлоблення, люті або страху. Для таких старших підлітків характерне поєднання імпульсивності з образливістю та консерватизмом у поглядах, що водночас виконує захисну функцію, допомагає їм уникати глибших внутрішніх переживань. Інша група респондентів – підлітки із проявами непрямої агресії (26% вибірки). Для них типовими є надмірна імпульсивність, занизький рівень самоконтролю, слабке усвідомлення власних дій і низький рівень соціальної адаптованості. Вони зазвичай не схильні до аналізу причин власних учинків, не прогнозують можливі наслідки поведінки, що знижує їхню здатність адекватно взаємодіяти з оточенням. У ситуаціях невизначеності або нестабільності такі старші підлітки швидко дезорганізуються, виявляють дратівливість і схильність до хаотичних дій. Нерідко на фоні зниження духовних інтересів і соціально значущих потреб у них активізуються примітивні потяги, орієнтовані на задоволення фізичних бажань. Вони прагнуть миттєвого отримання насолоди, не враховуючи соціальні норми, моральні правила чи інтереси інших людей. Схильність до непрямих форм агресії можна пояснити амбівалентністю їхніх особистісних характеристик: з одного боку, це риси активності – сміливість, ризикованість, прагнення лідерства й визнання, честолюбство; з іншого – м'якість, чутливість, залежність і бажання привернути увагу екстравагантною поведінкою, що в окремих випадках набуває тенденцій нарцисизму. Додатковим фактором є їхня підвищена реактивність на критику та будь-які зауваження, які вони сприймають як загрозу особистій автономії, що провокує образливість, підозрілість і вороже ставлення до оточення.

Найчисленнішу групу становлять підлітки з вираженим негативізмом (34% респондентів). Для них характерні підвищена емоційна вразливість, самозаглибленість і надмірна чутливість до оцінок з боку інших. У структурі їхньої особистості часто простежуються егоцентричність, зарозумілість і прагнення відстоювати власний престиж будь-якою ціною. Унаслідок цього будь-яка критика, навіть доброзичлива, сприймається ними як образа чи прояв несправедливості. Повторюваність таких ситуацій, як реальних, так і уявних, формує в них стійку дратівливість, підозріле ставлення до оточення та схильність до протестних реакцій. Особливістю цієї групи є низька фрустраційна толерантність і труднощі з контролем власних емоцій. Водночас такі підлітки не позбавлені раціональності: вони здатні зважувати власні вчинки, демонструють схильність до ретельного аналізу ситуацій, віддають перевагу традиційним поглядам і консервативним підходам. Саме ця особливість часто виконує компенсаторну роль, оскільки дозволяє їм деякою мірою знижувати інтенсивність внутрішніх переживань та зберігати відносну стабільність у міжособистісних стосунках. Загалом рівень агресивності в дітей старшого підліткового віку досить високий: високий рівень агресивності спостерігається у 22% підлітків, середній – у 52%, низький – у 26% респондентів. Наведені дані свідчать про значну поширеність агресивних тенденцій серед обстежуваних старших підлітків і вказують на важливість розроблення ефективних заходів, спрямованих на формування в них навичок конструктивної взаємодії з оточенням. Використання методики «Неіснуюча тварина» також дало змогу виявити значні прояви агресивності в дітей старшого підліткового віку.

Згідно з результатами проведеного дослідження, 28% респондентів продемонстрували високий рівень агресивності, 48% – середній рівень, а 24% – низький. Варто зауважити, що діти з високим рівнем агресивності зображували великі фігури, включали знаряддя нападу (зуби, кігті, роги) та малювали двох тварин, одна з яких нападала, а інша тікала. Такі елементи свідчать про підвищену ворожість і агресивність, а також про труднощі в контролі емоційного стану. Результати методики «Кактус» (М. Панфілова) підтвердили наявність агресивності в дітей старшого підліткового віку. Діагностичні показники за графічною методикою продемонстрували: агресивність – 40%, імпульсивність – 32%, егоцентризм і прагнення до лідерства – 64%, демонстративність та відкритість – 60%, скритність і обережність – 36%, невпевненість у собі та залежність – 16%, оптимізм – 58%, інтровертованість – 28%, тривожність – 28%, прагнення до домашнього захисту та відчуття сімейної єдності – 66%, а також відсутність цього прагнення та відчуття самотності – 14%.

Загалом серед дітей старшого підліткового віку високий рівень агресивності спостерігався у 32% респондентів, середній рівень – у 40%, низький – у 28%. На основі отриманих даних можна стверджувати, що в підлітків старшого віку переважають середній і високий рівні агресивності. Вказане підтверджує тенденцію до активного прояву агресивних реакцій у старшому підлітковому віці та вказує на значущість соціального й емоційного контексту у формуванні такої поведінки. Отримані показники дозволяють виділити групи підлітків, які потребують диференційованого підходу у психологічній підтримці та психокорекційних програмах. Окрім того, наявна необхідність комплексної роботи з батьками та педагогами для запобігання розвитку деструктивних моделей поведінки у старшому підлітковому віці.

**Висновки.** У результаті проведеного дослідження, що ґрунтувалося на теоретичному аналізі наукової літератури й емпіричному вивченні феномену агресивної поведінки, встановлено, що більшість підлітків старшого віку демонструють середній і високий рівень агресивності. Виявлено, що підлітки з агресивною поведінкою вирізняються низкою характерних рис: неадекватною самооцінкою; зовнішнім локусом контролю та ухиляннням від відповідальності за власні вчинки; обмеженою соціальною перцепцією; низьким рівнем соціальної адаптації; недостат-

ньою здатністю усвідомлювати та контролювати емоційні стани; недорозвиненими навичками цілепокладання. Визначено, що основу життєвої кризи підліткового віку формують особистісні труднощі, пов'язані з віком «біологічних ножиць»: прагнення дорослості за одночасної нездатності самоствердуватися як доросла особистість, нерозуміння та ігнорування дорослими потреб дитини, неврахування її інтересів, а також прагнення до самореалізації за відсутності можливості її самостійного здійснення. Основою системи роботи з корекції проявів агресивності у старших підлітків виступає положення, що чинником розвитку особистості та становлення суб'єкта саморозвитку є досягнення певного рівня самосвідомості. Як організаційний засіб формування навичок конструктивного управління агресією використовується соціально-психологічний тренінг, спрямований на розвиток умінь і навичок усвідомлювати проблемні особистісні ситуації, аналізувати власну поведінку та розвивати особистісні якості, що дають змогу ефективно долати конфліктні й емоційно напружені ситуації без застосування агресивних проявів. У процесі тренінгу можливе трансформування стереотипів поведінки, що заважають підліткам адаптуватися до реалій життя та справлятися з його труднощами.

**Перспективи подальшого дослідження** вбачаємо в обґрунтуванні й розробленні тренінгової програми для подолання проявів агресивності в дітей старшого підліткового віку.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Вікова та педагогічна психологія : навчальний посібник / О. Скрипченко та ін. Київ : Просвіта, 2001. 416 с.

2. Сергеєва К. Профілактика агресивної поведінки підлітків у центрах соціально-психологічної реабілітації : автореф. дис. … канд. псих. наук. Київ, 2016. 24 с.

3. Снайдер Д. Практична психологія для підлітків, або як знайти своє місце в житті. Харків : Гуманітарний центр, 2017. 288 с.

4. Соломатіна П. Проблеми психологічної діагностики агресивної поведінки підлітків. *Педагогіка і психологія*. 2017. № 3. С. 22–28.

5. Чорна І., Чорний М. Морально-психологічна характеристика та класифікація типів підлітків із девіантною поведінкою. *Актуальні проблеми психології :* збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. XIV : Методологія і теорія психології. Київ ; Ніжин : Лисенко М.М., 2020. Вип. 3. С. 307–319.

*Стаття надійшла у редакцію: 26.09.2025*
*Стаття прийнята: 09.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# МЕТАКОГНІТИВНИЙ КОНТРОЛЬ І КЛІПОВЕ МИСЛЕННЯ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ: МОЖЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

# METACOGNITIVE CONTROL AND CLIP THINKING IN BLENDED LEARNING: DEVELOPMENT OPPORTUNITIES AND PROSPECTS

УДК 37.018.43:159.922:004.738
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.26
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Шевченко Т.Ю.**
асистент кафедри практичної психології, здобувач вищої освіти
Криворізький державний педагогічний університет
ORCID ID: 0000-0002-7466-5174

*У публікації здійснено теоретичний аналіз метакогнітивного контролю здобувачів вищої освіти в умовах змішаного навчання. Особлива увага приділяється феномену кліпового мислення як когнітивній особливості сучасного покоління та його впливу на навчальну діяльність, зокрема на здатність до самостійного опрацювання навчального матеріалу, планування власних навчальних дій, контролю за помилками, структурування знань та адаптивного реагування на складні завдання. На основі узагальнення ключових теорій метакогнітивного контролю та особливостей кліпового мислення обґрунтовано доцільність застосування психотехнологій, які можуть стимулювати розвиток метакогнітивних навичок, підвищувати навчальну автономність, саморегуляцію, мотивацію студентів, ефективність освітнього процесу та здатність до рефлексії власного навчання. Наголошується на важливості усвідомленого використання зворотного зв'язку, організації навчального часу, поєднання структурованих і самостійних навчальних стратегій, а також поступового формування навичок самоконтролю та саморегуляції. Підкреслюється, що психотехнології мають враховувати когнітивні особливості сучасних студентів та інтегруватися так, щоб підтримувати адаптивні навчальні стратегії, послідовно підвищувати рівень самостійності та сприяти ефективному засвоєнню знань. У роботі окреслено перспективні напрями подальших досліджень, включно з емпіричною перевіркою ефективності запропонованих підходів, а також можливості практичного застосування психотехнологій у змішаному навчанні для підвищення залученості, самостійності та результативності здобувачів вищої освіти, що дозволяє формувати сучасну освітню парадигму, орієнтовану на розвиток автономних і компетентних фахівців.*

**Ключові слова:** *метакогнітивний контроль, кліпове мислення, змішане навчання, вища освіта, психотехнології.*

*The publication presents a theoretical analysis of metacognitive control among higher education students in the context of blended learning. Particular attention is paid to the phenomenon of clip thinking as a cognitive characteristic of the modern generation and its impact on learning activities, including the ability to independently process educational material, plan learning actions, monitor mistakes, structure knowledge, and adaptively respond to complex tasks. Based on a synthesis of key theories of metacognitive control and the features of clip thinking, the appropriateness of applying psychotechnologies is substantiated. These approaches can stimulate the development of metacognitive skills, enhance learning autonomy, self-regulation, student motivation, the effectiveness of the educational process, and the ability to reflect on one's learning. Emphasis is placed on the importance of mindful use of feedback, organization of study time, combining structured and independent learning strategies, and the gradual development of self-control and self-regulation skills. It is highlighted that psychotechnologies should consider the cognitive characteristics of modern students and be integrated in a way that supports adaptive learning strategies, progressively increases the level of autonomy, and promotes effective knowledge acquisition. The paper outlines promising directions for further research, including empirical evaluation of the proposed approaches, as well as the potential practical application of psychotechnologies in blended learning to enhance engagement, independence, and performance of higher education students, thereby contributing to a modern educational paradigm focused on developing autonomous and competent learners.*

**Key words:** *metacognitive control, clip thinking, blended learning, higher education, psychotechnologies.*

**Вступ.** У сучасних умовах динамічних трансформацій суспільства система вищої освіти переживає етап інтенсивних змін, пов'язаних з упровадженням цифрових технологій і пошуком нових педагогічних моделей. Змішане навчання, що поєднує традиційні аудиторні форми та дистанційні інструменти, поступово утверджується як ефективний формат організації освітнього процесу. Воно дозволяє забезпечувати гнучкість, доступність та персоналізацію навчання, водночас зберігати цінність безпосередньої взаємодії між викладачем і здобувачами вищої освіти.

Успішність реалізації змішаного навчання значною мірою залежить від сформованості метакогнітивного контролю, який забезпечує усвідомлене планування, моніторинг і оцінювання власної пізнавальної діяльності. Саме метакогнітивний контроль дає змогу здобувачам переходити від поверхневого відтворення знань до їх глибокого осмислення, критичної оцінки та творчого застосування.

Водночас особливістю сучасного покоління є поширеність кліпового мислення, що зумовлено цифровізацією інформаційного простору та зростанням ролі медіа в щоденному житті. Воно характеризується фрагментарністю сприйняття, швидким переключенням уваги та схильністю до опрацювання переважно візуального матеріалу. У педагогічному дискурсі кліпове мислення нерідко оцінюється як обмеження, що ускладнює формування цілісного бачення та послідовних стратегій навчання. Водночас, за умови відповідної організації освітнього процесу, воно може стати ресурсом, здатним сприяти ефективному засвоєнню знань,

розвитку критичного мислення та вдосконаленню метакогнітивних навичок.

**Постановка проблеми.** Попри зростання інтересу дослідників до проблеми змішаного навчання, залишається не досить вивченим питання взаємозв'язку між особливостями когнітивної діяльності сучасних здобувачів і розвитком їхніх метакогнітивних умінь. Сучасна практика вищої освіти демонструє суперечності: з одного боку, формування навичок саморегуляції, планування та моніторингу навчальної діяльності розглядається як необхідна умова підвищення її ефективності; з іншого – зростання фрагментарності сприйняття інформації, властивої кліповому мисленню, породжує ризик поверхневого засвоєння матеріалу.

Ця суперечність актуалізує проблему: як поєднати потребу в розвитку глибоких стратегій метакогнітивного контролю із природними когнітивними тенденціями сучасної молоді? Відповідь на це питання потребує теоретичного осмислення феномену кліпового мислення не лише як виклику, а і як потенційного ресурсу, який може бути інтегрований у педагогічній практиці.

З огляду на це актуальним є пошук шляхів трансформації кліпового мислення із чинника, що ускладнює навчання, у допоміжний інструмент розвитку метакогнітивного контролю. Такий підхід відкриває перспективу підвищення ефективності освітнього процесу у змішаному навчанні та створює основу для формування нових дидактичних стратегій у вищій школі.

**Мета статті** – проведення теоретичного аналізу метакогнітивного контролю та кліпового мислення в умовах змішаного навчання, а також обґрунтування і пропозиції психотехнологій, здатних сприяти розвитку метакогнітивних навичок і підвищенню ефективності освітнього процесу.

**Виклад основного матеріалу.** У межах проведеного теоретичного огляду було проаналізовано широкий спектр наукових підходів до вивчення метакогнітивного контролю, що охоплюють як класичні когнітивні теорії, так і сучасні концепції стратегічного навчання, нейропсихологічні, соціокультурні та педагогічні підходи. Особлива увага приділялася виявленню ключових представників кожного напряму, фокусу їхніх досліджень, ролі метакогнітивного контролю в навчальному процесі та характерних особливостей, що визначають їхній внесок у науковий дискурс. Аналіз наукових джерел дозволив виділити найбільш значущі та репрезентативні результати, які представлені в наведеній таблиці. Це надає можливість наочно порівняти різні підходи, простежити їхні спільні та відмінні риси, а також окреслити перспективні напрями подальшого дослідження у сфері розвитку метакогнітивних умінь здобувачів вищої освіти.

Отже, наведена таблиця дозволяє узагальнити основні підходи до вивчення метакогнітивного контролю, порівняти ключові характеристики та функції різних шкіл і створює підґрунтя для подальшого аналізу когнітивних особливостей сучасних здобувачів освіти. Цей теоретичний базис дає змогу розглянути, яким способом здобувачі освіти оперують інформацією, планують, моніторять та корегують власні навчальні дії, а також аспекти когнітивної діяльності, які можуть бути уразливими або недоопрацьованими.

У цьому контексті доречно здійснити глибокий огляд феномену кліпового мислення, яке стає все більш помітним у навчальному середовищі, насиченому цифровими й аудіовізуальними потоками інформації. Кліпове мислення характеризується фрагментарністю сприйняття, швидким перемиканням уваги між різними джерелами та скороченою аналітичною обробкою даних [6; 15]. Воно

Таблиця 1

**Порівняльний аналіз підходів до вивчення метакогнітивного контролю**

| Підхід / Школа | Основні представники | Фокус | Роль метакогнітивного контролю | Ключові особливості |
|---|---|---|---|---|
| Класична когнітивна психологія | Дж.Г. Флавелл [5]. | Внутрішні пізнавальні процеси. | Планування, моніторинг, корекція мислення. | Усвідомлене управління пізнанням; знання vs контроль. |
| Стратегічне навчання (SRL) | С.Г. Паріс, П. Віноград [10], Б.Дж. Ціммерман [20]. | Саморегуляція в навчанні. | Контроль навчальних стратегій відповідно до цілей. | Реактивний і проактивний контроль; мотиваційний та когнітивний компоненти. |
| Нейропсихологічний підхід | А. Міяке, Дж. Сюй, М. Вуорре [8], А. Даймонд [4], П.Д. Зелазо, С.М. Карлсон [19]. | Виконавчі функції | Біологічна основа метаконтролю (інгібіція, гнучкість, оновлення робочої пам'яті). | Показники префронтальної кори; оцінювання через когнітивні тести. |
| Соціокультурний підхід | Л.С. Виготський [17], А.С. Пелінгсар, А.Л. Браун [9]. | Соціальне навчання. | Зовнішній контроль → самоконтроль через інтеріоризацію. | Метакогніція формується у взаємодії; роль мовлення та культурних інструментів. |
| Педагогічна психологія / дидактика | Б.Дж. Ціммерман [20], Г. Шроу[13], П.Р. Пінтріч [11]. | Розвиток навчальних навичок. | Метакогнітивний контроль як навичка, що формується. | Використання щоденників, самооцінки; адаптивне навчання. |

Таблиця 2

**Кліпове мислення: наукові концепції та вплив на навчальну діяльність**

| Підхід / автори | Основна ідея / визначення | Ключові характеристики кліпового мислення | Потенційні наслідки для навчання та пізнання |
|---|---|---|---|
| М. Маклюєн [6] | Візуальний тип сприйняття інформації замість акустичного; вплив глобалізації та інформаційних технологій. | Переважна активність лівої півкулі, обробка візуальної інформації та логічних операцій. | Зміна способів сприйняття світу, потреба адаптації до візуальної інформації. |
| Е. Тоффлер [15] | Кліпова культура – фрагментарно-мозаїчне уявлення про світ у постійних споживачів електронної інформації. | Фрагментарність, швидке переключення уваги, адаптація до великого потоку інформації. | Захисна реакція на інформаційне перевантаження, поверхневе сприйняття. |
| Ж. Бодріяр [1] | Людина в умовах гіперреальності перестає відрізняти симулякри від реальності. | Виживання у світі образів, що втратили першоджерело. | Переважання образного сприйняття над критичним аналізом. |
| У. Бек [2] | Інформація переживається у формі коротких емоційних імпульсів. | Емоційне, швидкоплинне сприйняття. | Обмежене довгострокове засвоєння знань, нестійкість уваги. |
| Д.А. Горлач [22] | Фрагментарна модель сприйняття без послідовного аналізу. | Поверхове й алогічне відображення об'єктів, швидке перемикання. | Складнощі у формуванні аналітичних навичок та глибинного розуміння. |
| Е.Н. Клигуненко, В.В. Єхалов, Е.А. Кущ та інші [24] | Розширене трактування кліпового мислення як комплексу когнітивно-поведінкових особливостей. | Прокрастинація, спрощення інформації, науково-пошукова пасивність, маніпулятивність. | Обмежена здатність до глибокого аналізу, фальсифікації оцінювання знань, зниження емпатії. |
| М.Б. Літвінова [25], І.О. Данченко, В.О. Тюріна [23] | Кліпове мислення як когнітивна особливість сучасної молоді, що проявляється у швидкій зміні фокусів уваги та фрагментарності сприйняття. | Фрагментарність, багатозадачність, рухливість уваги, швидка обробка інформації, нелогічність. | Зниження когнітивної продуктивності, відсутність стратегічного планування, слабкий розвиток метакогнітивних навичок. |

відображає особливості адаптації мозку до великого обсягу інформації, багатозадачності та високої швидкості обробки, що може сприяти швидкому орієнтуванню в потоці знань та формуванню нових асоціативних зв'язків.

Водночас кліпове мислення має обмеження [21], які можуть ускладнювати навчальний процес: знижується здатність до послідовного аналізу, критичного мислення, глибинного осмислення та системного засвоєння знань. Ці особливості можуть призводити до поверхневого навчання, слабшої саморегуляції та підвищеної схильності до відволікань. Тому важливо оцінювати кліпове мислення не лише як потенційне обмеження, а і як ресурс, який, за умови цілеспрямованого впровадження в навчальний процес, може підвищити швидкість обробки інформації, стимулювати креативність і адаптивність здобувачів освіти.

Цей огляд створює підґрунтя для систематизації наукових підходів до кліпового мислення, визначення його ключових характеристик і потенційних впливів на навчальну діяльність, що й представлено в таблиці нижче. Водночас це дозволяє оцінити, як сильні сторони кліпового мислення можуть бути запроваджені у змішане навчання для підвищення ефективності й адаптивності освітніх стратегій.

Наведена таблиця демонструє, що фрагментарність сприйняття та швидке перемикання уваги не обов'язково є негативними чинниками, а можуть бути використані як ресурс для підвищення адаптивності, креативності та швидкості обробки інформації здобувачами освіти. Усвідомлення цих особливостей створює можливості для цілеспрямованого використання сильних сторін кліпового мислення у змішаному навчанні та розроблення стратегій, які підтримують ефективне засвоєння знань.

Після проведеного теоретичного аналізу ми пропонуємо власне бачення набору інструментів і форм діяльності, які, на нашу думку, найбільш ефективно сприяють усвідомленому плануванню [16; 18], моніторингу та корекції навчальної діяльності здобувачів вищої освіти. Відбір базувався на критеріях практичної застосовності у змішаному середовищі, можливості інтеграції як онлайн-, так і очних компонентів навчання, а також здатності підтримувати розвиток стратегій, що враховують когнітивні особливості сучасного покоління, зокрема кліпове мислення, яке характеризується фрагментарністю сприйняття та швидким опрацюванням інформації. Таке бачення дозволяє не лише систематизувати найбільш ефективні методи, а й адаптувати їх до конкретних умов нав-

чання, забезпечувати розвиток метакогнітивних навичок і підвищення ефективності освітнього процесу.

Окрім зазначених у таблиці психотехнологій, на нашу думку, цікавими для розгляду є такі моменти, що демонструють вплив педагогічних стратегій на розвиток метакогнітивного контролю та здатність до глибокого занурення в навчання.

Результати дослідження М. Туліс і М. Дрезель [16] показують, що навіть за відсутності прямого контакту викладача зі студентом форма зворотного зв'язку (наприклад, текстове повідомлення зі співчутливим тоном) суттєво впливає на сприйняття помилки, стратегії її обробки та подальші метакогнітивні реакції. Підтримувальне ставлення знижує тривожність, сприяє прийняттю помилки як частини навчального процесу й активізує адаптивні механізми саморегуляції. Аналогічно, Дж. Меткалф зі співавторами [7] показують, що навчання через помилки, коли студент спочатку самостійно виконує завдання, а потім отримує коректний зворотний зв'язок, сприяє кращому засвоєнню матеріалу й активує моніторинг, рефлексію і регуляцію навчальних стратегій.

Важливим аспектом є також організація чергування роботи та відпочинку. Дослідження Ф. Бівер, В. Віредані й інших [3] демонструє, що структуровані Pomodoro-перерви корисні для студентів із нижчим рівнем саморегуляції, тоді як самостійно визначені паузи потребують високого рівня усвідомленості та моніторингу власного стану. Обидва підходи, за умови відповідного педагогічного впро-

Таблиця 3

**Форми та інструменти для поєднання метакогнітивного контролю і особливостей кліпового мислення**

| Форма / інструмент | Опис | Метакогнітивний контроль | Вплив на кліпове мислення | Приклад у змішаному навчанні |
|---|---|---|---|---|
| Рефлексивний щоденник | Студент веде нотатки про перебіг навчання, труднощі, власні стратегії. | Моніторинг, аналіз, корекція. | Допомагає структурувати інформацію, розвиває послідовне мислення та зменшує хаотичне перемикання уваги. | У Google Docs або LMS студент пише щотижневий блог: «Що я зрозумів, що потребує уваги». |
| Системи самооцінювання | Заповнення студентом чеклистів, анкет, самотестів. | Планування, оцінювання, самокорекція. | Підвищує усвідомленість власного навчання, зменшує поверхневе оцінювання знань. | Moodle, Google Forms: «Наскільки добре я підготувався до теми?». |
| Метод «зупинись та подумай» (Stop and Think) | Вбудовані в онлайн-курс паузи із запитаннями на усвідомлення способу мислення. | Усвідомлення мислення, стратегічне планування. | Тренує концентрацію, зменшує хаотичне перемикання уваги та сприяє глибшому аналізу інформації. | Після відеолекції: «Яка моя стратегія розв'язання цього завдання?». |
| Онлайн-трекери прогресу | Візуалізація власного поступу (графіки, шкали, досягнуті цілі). | Моніторинг, самокорекція. | Допомагає структурувати великий обсяг інформації, підвищує усвідомленість прогресу. | Classcraft, Trello, Notion – створення візуального плану руху по модулях. |
| Пірингове оцінювання / взаємооцінка | Студенти аналізують роботи одне одного. | Рефлексія, критичне мислення. | Сприяє глибшому осмисленню матеріалу, розвиткові критичного аналізу й уважності. | Peergrade, Google Classroom – написання коментарів до роботи однокурсника. |
| Навчальні стратегії з поясненням | Студент пояснює, як він міркує або чому обрав метод. | Усвідомлення власних когнітивних процесів. | Розвиває логіку, послідовність мислення та усвідомлення власних дій. | «Поясни, чому ти обрав цей варіант відповіді»–укоментарі під завданням. |
| Адаптивні освітні платформи | Платформи підлаштовуються під рівень учня, надають зворотний зв'язок. | Постійна регуляція навчального процесу. | Допомагає уникати перевантаження, підтримує цілісне сприйняття та ефективну обробку інформації. | Khan Academy, Coursera: підказки в разі помилок, адаптація до рівня знань. |
| Метакогнітивні тренінги / мінікурси | Онлайн-курси, спрямовані на розвиток навичок метакогніції. | Планування, самоспостереження. | Тренує усвідомлення процесів мислення, контроль над увагою та концентрацією. | Курс "Learning How to Learn" (Coursera) або вправи на Pomodoro-техніку. |

вадження, можуть ефективно сприяти розвитку метакогнітивного контролю.

Особливу увагу привертає взаємозв'язок метакогнітивного контролю та стану потоку. Стан потоку (flow) – глибоке занурення в діяльність із повною концентрацією та внутрішньою мотивацією – формується через усвідомлене планування, моніторинг і регулювання власних дій. Дослідження А.С. Сміт, Б.С. Ральф та інших [14] показує, що студенти з високим рівнем trait flow демонструють кращу залученість, розуміння матеріалу й академічні результати. У цьому сенсі розвиток метакогнітивного контролю виступає ключовим механізмом для досягнення стану потоку, що особливо важливо в умовах змішаного навчання, де частина активності відбувається автономно, а частина – у синхронних лекціях чи групових дискусіях.

Отже, навчання ефективного чергування праці й відпочинку, підтримка через адаптивний зворотний зв'язок і організація навчального процесу з урахуванням особливостей кліпового мислення можуть розглядатися як психотехнології формування метакогнітивного контролю та здатності до потоку. Такий підхід сприяє більш усвідомленій, автономній і емоційно стабільній навчальній діяльності студентів у змішаному форматі.

**Висновки.** Теоретичний огляд дозволив систематизувати наукові підходи до розуміння метакогнітивного контролю, окреслити його ключові функції в навчальній діяльності здобувачів вищої освіти. Особливу увагу приділено феномену кліпового мислення, який, попри фрагментарність сприйняття інформації, може виступати не лише обмеженням, а й ресурсом для розвитку гнучкості та швидкості обробки даних у сучасному освітньому середовищі.

Розгляд взаємозв'язку між цими аспектами створює основу для подальшої психодіагностики, спрямованої на виявлення рівня сформованості метакогнітивного контролю та його ролі в подоланні обмежень кліпового мислення. Важливо, що теоретично виокремлені підходи й інструменти будуть перевірені в подальшому емпіричному дослідженні, результати якого стануть предметом наступних публікацій.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Baudrillard J. Simulacra and simulation / S.F. Glaser (Trans.). *University of Michigan Press*. 1994. 164 p.

2. Beck U. Risk society: Towards a new modernity / M. Ritter (Trans.). *SAGE.* 1992. 272 p.

3. Biwer F., Wiradhany W., Oude Egbrink M.G.A., de Bruin A.B.H. Understanding effort regulation: Comparing "Pomodoro" breaks and self-regulated breaks. *British Journal of Educational Psychology*. 2023. № 93 (2). P. 353–367. https://doi.org/10.1111/bjep.12593

4. Diamond A. Executive functions. *Annual Review of Psychology*. 2013. № 64.135–168. DOI: 10.1146/annurev-psych-113011-143750

5. Flavell J.H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*. 1979. № 34 (10). P. 906–911.

6. McLuhan M. The Gutenberg Galaxy: The Making of Typographic Man. *The Modern Language Review.* 2002. Vol. 58 (4). DOI: 10.2307/3719923

7. Metcalfe J., Xu J., Vuorre M., Siegler R., Wiliam D., Bjork R.A. Learning from errors versus explicit instruction in preparation for a test that counts. *British Journal of Educational Psychology*. 2024. № 95 (1). P. 11–25. https://doi.org/10.1111/bjep.12651

8. Miyake A., Friedman N.P., Emerson M.J., Witzki A.H., Howerter A. The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe" tasks: A latent variable analysis. *Cognitive Psychology*. 2000. № 41 (1). P. 49–100. DOI: 10.1006/cogp.1999.0734

9. Palincsar A.S., Brown A.L. Reciprocal teaching of comprehension-fostering and comprehension-monitoring activities. *Cognition and Instruction*. 1984. № 1 (2). P. 117–175. DOI: 10.1207/s1532690xci0102_1

10. Paris S.G., Winograd P. Promoting metacognition and motivation of exceptional children. *Remedial and Special Education*. 1990. № 11 (6). P. 7–15. DOI: 10.1177/074193259001100604

11. Pintrich P.R. A conceptual framework for assessing motivation and self-regulated learning in college students. *Educational Psychology Review*. 2004. № 16 (4). P. 385–407. https://doi.org/10.1007/s10648-004-0006-x

12. Rogoff B. Apprenticeship in thinking: Cognitive development in social context. *Oxford University Press.* 1990. https://doi.org/10.1093/oso/9780195059731.001.0001

13. Schraw G., Dennison R.S. Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology.* 1994. № 19 (4). P. 460–475. https://doi.org/10.1006/ceps.1994.1033

14. Smith A.C., Ralph B.C.W., Smilek D., Wammes J.D. The relation between trait flow and engagement, understanding, and grades in undergraduate lectures *British Journal of Educational Psychology.* 2023. № 93 (3). P. 742–757. https://doi.org/10.1111/bjep.12589

15. Toffler A. The Third Wave. New York : Bantam, 1980. 560 p.

16. Tulis M., Dresel M. Effects on and consequences of responses to errors: Results from two experimental studies. *British Journal of Educational Psychology.* 2024. № 95 (1). P. 143–161. https://doi.org/10.1111/bjep.12686

17. Vygotsky L.S. Mind in society: The development of higher psychological processes. Harvard University Press, 1978.

18. Winne P.H., Hadwin A.F. Studying as self-regulated learning. *Metacognition in educational theory and practice* / D.J. Hacker, J. Dunlosky, A.C. Graesser (Eds.). Lawrence Erlbaum, 1998. P. 277–304.

19. Zelazo P.D., Carlson S.M. Hot and cool executive function in childhood and adolescence: Development and plasticity. *Child Development Perspectives*. 2012. № 6 (4). P. 354–360. https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00246.x

20. Zimmerman B.J. Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. *Handbook of self-regulation* / M. Boekaerts, P. Pintrich, M. Zeidner (Eds.). Academic Press, 2000. P. 13–39. https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7

21. Баранник С.І., Єхалов В.В., Романюта І.А., Лященко П.В. Інтеграція «кліпового мислення» у

сучасну вищу медичну освіту. *Південноукраїнський медичний науковий журнал.* 2018. № 19. С. 8–12. URL: http://repo.dma.dp.ua/id/eprint/2670

22. Горлач Д.А. Феномен «кліпового мислення» у контексті радикалізації перетворень інформаційного середовища. *Вісник Книжкової палати*. 2016. № 5. С. 45–46. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2016_5_14

23. Данченко І.О., Тюріна В.О. Врахування особливостей кліпового мислення у процесі формування професійних компетенцій та результатів навчання студентів у закладах вищої освіти. *The I International Science Conference on Multidisciplinary Research,* Berlin, Germany, 2021. С. 634–637. URL: https://repo.btu.kharkov.ua//handle/123456789/8566

24. Клигуненко Е.Н., Ехалов В.В., Кущ Е.А., Кравец О.В., Гайдук О.И., Баранник С.И., Хоботова Н.В. Клиповое мышление в анестезиологии: катастрофа или закономерность? *Медицина невідкладних станів*. 2019. № 3 (98). С. 111–123. https://doi.org/10.22141/2224-0586.3.98.2019.165488

25. Літвінова М.Б. Досвід діагностування кліпового мислення*. Педагогічні науки*. 2017. № 76. С. 140–145. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/znppn_2017_76(3)__30

*Стаття надійшла у редакцію: 11.09.2025*
*Стаття прийнята: 19.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 6
# ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

## ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ: МЕНЕДЖЕРСЬКИЙ КОНТЕКСТ

## PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF STRESS RESILIENCE IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT: A MANAGERIAL CONTEXT

УДК 159.944.4:005.95/96:37.0
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.27
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Гребеник Т.В.**
к.пед.н., доцент
Відокремлений структурний підрозділ «Класичний фаховий коледж Сумського державного університету»
ORCID ID: 0000-0002-1780-4393

**Федчун О.І.**
здобувач вищої освіти
Сумський державний університет
ORCID ID: 0009-0006-5994-8367

*У статті досліджується проблема психологічних ресурсів стресостійкості педагогічних працівників як чинника професійної ефективності й об'єкта управлінських рішень у системі менеджменту персоналу закладу освіти. Поняття «стресостійкість» розглядається не лише в традиційному індивідуально-психологічному вимірі, а й у площині професійної та організаційної діяльності. Наголошено, що в сучасних умовах, зокрема в умовах війни, здатність педагогів зберігати емоційну рівновагу, підтримувати продуктивність і витримувати тривалі когнітивні й емоційні навантаження набуває ключового значення. Здійснено емпіричне дослідження рівня стресостійкості педагогічних працівників одного з ліцеїв, результати якого засвідчили переважання середнього рівня показника, що є типовим для представників професії з підвищеним емоційним та когнітивним навантаженням. Високий рівень стресостійкості продемонструвала частка респондентів, які характеризуються сформованими навичками саморегуляції, здатністю до емоційного контролю й ефективного функціонування в умовах зовнішніх викликів. Низький рівень зафіксовано в незначної групи педагогів, що вказує на підвищений ризик емоційного виснаження та потребу в управлінській підтримці. Запропоновано розглядати стресостійкість педагогів у трьох взаємопов'язаних вимірах: як індивідуальну (особистісні ресурси й внутрішня мотивація), професійну (навички саморегуляції, досвід педагогічної діяльності) та організаційну (корпоративна культура, підтримка керівництва). Рекомендовано розглядати стресостійкість педагогічних працівників як стратегічний ресурс організації та окремий об'єкт менеджменту персоналу. Обґрунтовано доцільність включення завдань розвитку й підтримки стресостійкості до системи управлінських рішень, спрямованих на забезпечення якості освітнього процесу та стабільності кадрового потенціалу. Управлінські рішення, спрямовані на підтримку стресостійкості та розвиток, здатні підвищити ефективність професійної діяльності, сприяти адаптивності колективу до зовнішніх викликів і забезпечити якість освітнього процесу навіть у кризових умовах.*
**Ключові слова:** *життєстійкість, управління стресостійкістю, професійний стрес, педагогічні працівники, заклад освіти, управління персоналом.*

*The article examined the problem of psychological resources of teachers' stress resilience as a factor of professional effectiveness and as an object of managerial decisions within the personnel management system of an educational institution. The concept of "stress resilience" was considered not only in the traditional individual-psychological dimension but also in the professional and organizational contexts. It was emphasized that under modern conditions, particularly during wartime, the ability of teachers to maintain emotional balance, sustain productivity, and withstand prolonged cognitive and emotional pressure becomes crucial. The empirical part of the study was based on the assessment of the stress resilience level of teachers at one lyceum. The results showed the predominance of a medium level, which is typical for representatives of a profession characterized by high emotional and cognitive workload. A high level of stress resilience was observed among respondents with well-developed self-regulation skills, emotional control, and the ability to function effectively under external challenges. A low level was identified in a small group of teachers, indicating a heightened risk of emotional exhaustion and the need for managerial support. The study proposed to consider teachers' stress resilience in three interrelated dimensions: individual (personal resources and internal motivation), professional (self-regulation skills, teaching experience), and organizational (corporate culture and leadership support). Stress resilience is recommended to be treated as a strategic resource of the organization and a distinct object of personnel management. The expediency of integrating the development and support of stress resilience into managerial decisions aimed at ensuring the quality of the educational process and the stability of human resources is substantiated. Managerial measures focused on maintaining and strengthening stress resilience are shown to enhance professional performance, foster collective adaptability to external challenges, and ensure the continuity and quality of education even under crisis conditions.*
**Key words:** *resilience, stress management, occupational stress, teaching staff, educational institution, human resource management.*

**Постановка проблеми.** Сучасне освітнє середовище характеризується динамічними змінами, постійним реформуванням і високими соціальними очікуваннями. Педагогічні працівники стикаються з підвищеним професійним навантаженням, готовністю швидко адаптуватися до нових освітніх стандартів та необхідністю нескінченно навчатися для впровадження новітніх цифрових технологій

в освітній процес. І все це відбувається в умовах невизначеності й загроз воєнного стану. Такі фактори створюють значний ризик емоційного виснаження, тому здатність педагога зберігати психологічну рівновагу слід розглядати не лише як важливу особистісну рису, а і як складову системи менеджменту персоналу освітнього закладу.

**Аналіз публікацій.** Дослідження проблематики стресостійкості охоплювало різноманітні аспекти. Учені вивчали її як особистісний адаптаційний потенціал в умовах змін (Н. Слободняк [1]); як феномен особистості (І. Дорош [2], О. Кравцова [3], М. Шпак [4]); як толерантність до стресу (В. Крайнюк [5]); як чинник збереження здоров'я (Ж. Дьоміна, О. Омельчук [6]). Крім того, розглядалися суміжні явища, як-от резилієнс або життєстійкість (В. Чернобровкін, В. Панок [7], Л. Смольська [8]) та «імунітет» до стресогенних ситуацій (Н. Оніщенко, В. Старик, О. Тімченко, Є. Христенко [9]). Попри значну увагу до психологічної категорії «стресостійкість індивідуума», недостатньо досліджено питання професійної стресостійкості як окремого об'єкта цілеспрямованого управлінського впливу керівників організацій. Мета дослідження полягає у виявленні, аналізі та теоретичному обґрунтуванні психологічних ресурсів стресостійкості педагогічних працівників у контексті їхнього використання в системі управлінських рішень персоналу.

**Мета дослідження** – виявити, проаналізувати та теоретично обґрунтувати психологічні ресурси стресостійкості педагогічних працівників як об'єкт цілеспрямованих управлінських рішень у системі менеджменту персоналу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У педагогічній діяльності стресостійкість розглядається як одна з ключових професійних компетентностей, адже дає можливість працівникові конструктивно долати складні ситуації, зберігати працездатність і забезпечувати високу якість освітнього процесу.

На думку Н. В. Слободяник, «стресостійкість як психологічний ресурс є сильною стороною особистості, яка підвищує соціальну адаптивність і психологічну стійкість до стресів», а основним позитивним проявом стресостійкості як розвиненого психологічного ресурсу індивідуума є «уміння особистості успішно протистояти стресам» [1, с. 94].

Ж. Г. Дьоміна, О. В. Омельчук вважають, що «стресостійкість є процесом і результатом успішної адаптації до важких або складних життєвих обставин, особливо через розумову, емоційну та поведінкову гнучкість і адаптацію до зовнішніх і внутрішніх вимог» [6, с. 75].

О. І. Михайлова, аналізуючи категорію «стресостійкість», визначає її як «структурно-функціональну, динамічну, інтегративну властивість особистості та результат транзактного процесу зіткнення індивіда зі стресогенним фактором, що включає когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості» [10, с. 6].

М. М. Шпак підкреслює, що «стресостійкість є інтегральною властивістю особистості, яка охоплює комплекс когнітивних, емоційних, адаптивних та особистісних властивостей, що забезпечують здатність людини протистояти стресу, чинити опір негативному впливу стресових факторів з метою збереження психічного здоров'я» [4, с. 202].

Близький до вектора нашого дослідження є ресурсний підхід М. І. Дорош до концепції стресу в системі управління організацією. Зокрема, під ресурсами особистості науковець розуміє «знання, вміння, навички, емоційний та соціальний інтелект, які в сукупності формують її стресостійкість, звичку вибирати ті чи інші копінг-стратегії для подолання стресових ситуацій» [2, с. 149].

З погляду менеджменту освітнього закладу в умовах воєнного стану, як ми вважаємо, доречно розглядати як ресурс не робочу силу загалом, а її окремі риси та навички, оскільки саме вони впливають на ефективність: визначають спроможність персоналу ефективно реагувати на кризові ситуації, швидко адаптуватися до змін, забезпечувати безперервність освітнього процесу та підтримувати психологічну стійкість колективу. У воєнних умовах особливого значення набувають такі якості, як гнучкість мислення, креативність, вміння працювати в умовах невизначеності, навички кризового менеджменту й емоційного самоконтролю. Розглядаючи людський ресурс крізь призму цих характеристик, керівництво закладу освіти може більш цілеспрямовано розподіляти завдання, формувати команди та підвищувати загальну стійкість організації.

Отже, під стресостійкістю в межах нашого дослідження ми розуміємо комплексну психофізіологічну здатність педагогічного працівника зберігати та відновлювати внутрішній гомеостаз, підтримувати оптимальний рівень когнітивної та поведінкової продуктивності, а також забезпечувати ефективність стратегічного та тактичного прийняття рішень у контексті ситуацій підвищеного психоемоційного навантаження, високої невизначеності та динамічних зовнішніх викликів. Стресостійкість проявляється через адаптивну регуляцію емоційного стану, когнітивної гнучкості, здатності до саморефлексії та мобілізації ресурсів психічного та фізичного рівня для підтримання стабільності поведінкових реакцій у складних, непередбачуваних чи кризових умовах.

Якщо розглядати стресостійкість як явище або процес, яким можливо цілеспрямовано управляти в інтересах організації (закладу освіти), то її доцільно трактувати як стратегічний ресурс, що визначає результативність професійної діяльності педагогів та опосередковано впливає на якість освітнього процесу.

Нами було проведене триетапне дослідження оцінки рівня стресостійкості за участю 30 педагогічних працівників (з них 7 чоловіків та 23 жінки) Підліпенського ліцею Конотопської міської ради (Сумська область). Навчальний заклад розташо-

ваний у прикордонному регіоні, який зазнає регулярних повітряних атак, перебуває під загрозою інфраструктурних руйнувань, обмеження доступу до ресурсів та комунікацій, стикається з високим рівнем психоемоційного навантаження серед персоналу та студентів унаслідок невизначеності та постійних кризових умов, а також зазнає значних змін у складі учнів через внутрішню та зовнішню міграцію. Проте ліцей продовжує освітню діяльність з високими показниками адаптивності до несприятливих умов агресивного середовища, у чому є заслуга педагогічного колективу. Вважаємо, що цей досвід має наукову цінність для менеджменту персоналу загалом.

Для досягнення мети дослідження було вибрано три психодіагностичні методики, які широко використовуються у вивченні стресостійкості й адаптовані до українського контексту. Опитування проводилося в паперовому або електронному форматі. Дотримано принципи наукової етики: анонімність, конфіденційність, добровільна згода на участь. Усі вибрані методики є стандартизованими, мають відомі психометричні характеристики (надійність, валідність, репрезентативність) та широко використовуються в дослідженнях професійного стресу – в освітній сфері.

1. *Тест самооцінки стресостійкості (С. Коухен, Г. Вілліамсон; адапт. Ю. В. Щербатих).* Визначає суб'єктивне сприйняття рівня стресу за останній місяць. Дає змогу оцінити загальний психологічний стан, що прямо впливає на професійну ефективність педагогів. Методика є надійним інструментом скринінгу й часто використовується в освітній психології (таблиця 1).

Більшість педагогічних працівників (83,3%) не відчувають критично високого рівня стресу, попри воєнний стан, що свідчить про загалом сприятливий емоційний стан у колективі. Група з 5 осіб (16,7%) із високим рівнем стресу потребує додаткової уваги, профілактики емоційного вигорання або індивідуальної підтримки. Чоловіки-педагоги частіше демонструють високий стрес, імовірно, через специфіку ролей і менші можливості емоційного «розвантаження», тоді як жінки демонструють нижчий рівень стресу, можливо, завдяки ширшим соціальним контактам і кращим навичкам емоційної регуляції. Результати можуть бути використані для розробки тренінгів зі стресостійкості, груп підтримки та заходів психологічної гігієни.

2. *Шкала життєстійкості М. Кобаса (взято оригінальну методику без жодного залучення російських адаптацій).* Як стверджує В. А. Чернобровкіна, життєздатність (резилієнс) – це «здатність організму, особи чи соціальної групи зберігати рівновагу, певну стабільність у складній ситуації, ефективно розв'язувати не тільки завдання з адаптації до умов, що змінюються, а й завдання з розвитку. У психологічному сенсі резилієнс полягає також у здатності людини протистояти дії стресорів без потрапляння у стани, пов'язані із психічними розладами» [7, с. 16].

Ця методика оцінки вимірює три компоненти стресостійкості: контроль, включеність і прийняття виклику. Hardiness трактується як когнітивно-мотиваційна установка, що визначає, наскільки активно людина залучається в подолання труднощів. Такий підхід дає змогу глибше проаналізувати особистісну структуру стресостійкості (таблиця 2).

Отже, середній рівень життєстійкості продемонстрували 53,3% респондентів, високий – 30%, а низький – 16,7%. Особи з високою життєстійкістю швидко адаптуються до змін і зберігають емоційну рівновагу, тоді як група з низькою життєстійкістю потребує підтримки в розвитку навичок саморегуляції.

3. Шкала стресостійкості Коннора – Девідсона. Методика орієнтована на вимірювання психологічної резилієнтності, тобто здатності людини ефективно протистояти, адаптуватися й відновлюватися після стресових, травматичних чи кризових ситуацій. Тест дає змогу поділити респондентів на три групи за ступенем стресостійкості (низький, середній, високий), що є зручним для порівняльного аналізу. Високий рівень стресостійкості

Таблиця 1

**Рівень стресу педагогічних працівників Підліпенського ліцею Конотопської міської ради за тестом самооцінки рівня стресу за методикою С. Коухена й Г. Вілліамсона (адаптація Ю. В. Щербатих)**

| Рівень стресу | Чоловіки, осіб | Жінки, осіб | Усього, осіб |
|---|---|---|---|
| Високий | 2 (28,6%) | 3 (13,0%) | 5 (16,7%) |
| Середній | 3 (42,8%) | 9 (39,1%) | 12 (40,0%) |
| Низький | 2 (28,6%) | 11 (47,9%) | 13 (43,3%) |

Таблиця 2

**Рівень життєстійкості педагогічних працівників Підліпенського ліцею Конотопської міської ради за шкалою життєстійкості М. Кобаса**

| Рівень життєстійкості | Чоловіки, осіб | Жінки, осіб | Усього, осіб |
|---|---|---|---|
| Високий | 2 (28,6 %) | 7 (30,4 %) | 9 (30,0 %) |
| Середній | 4 (57,1 %) | 12 (52,2 %) | 16 (53,3 %) |
| Низький | 1 (14,3 %) | 4 (17,4 %) | 5 (16,7 %) |

вказує на здатність зберігати ефективність у стресових умовах, середній – на помірну адаптацію, а низький – на уразливість до стресу (таблиця 3).

Середній рівень стресостійкості виявлено у 56,6 % респондентів, що відповідає типовим показникам для педагогічної професії та свідчить про наявність базових механізмів адаптації, проте потребує подальшого розвитку психологічних ресурсів для запобігання хронічному стресу та професійному вигоранню. Високий рівень стресостійкості зафіксовано у 26,7% учасників, які зберігають емоційну рівновагу, приймають зважені рішення й ефективно функціонують в умовах стресових ситуацій, що свідчить про сформовані навички саморегуляції та стрес-менеджменту. Низький рівень спостерігається у 16,7% респондентів, що вказує на вразливість до емоційного навантаження та потребу в цілеспрямованій психологічній підтримці, зокрема тренінгах стрес-менеджменту та супервізії.

Низькі кореляції свідчать про відносну автономність трьох досліджуваних характеристик. Тобто життєстійкість, стрес і стресостійкість у педагогів не завжди взаємопов'язані лінійно, вони можуть залежати від зовнішніх чинників (організаційного середовища, підтримки колег, адміністративної політики, особистого досвіду). Слабкий позитивний зв'язок стресу та стресостійкості може відображати феномен «загартування стресом», коли часті виклики формують певну психологічну витривалість. Відсутність кореляції життєстійкості з іншими змінними може означати, що життєстійкість у педагогів формується на більш глибинному рівні (цінності, життєва філософія), а не безпосередньо в щоденних стресових ситуаціях.

Стресостійкість педагогічних працівників слід розглядати як багатовимірний феномен, що формується завдяки взаємодії особистісних, професійних та організаційних чинників (або рівнів стресостійкості) і проявляється через конкретні мотиваційні, емоційні та когнітивні ресурси (рисунок 1).

З позицій менеджменту персоналу керівник закладу освіти має орієнтуватися на організаційний вимір стресостійкості й усвідомлювати, яким чином управлінські інструменти сприяють відновленню та зміцненню «психологічного імунітету» педагогічних працівників до стресових впливів:

*Колективна ідентичність* – це процес соціальної ідентифікації індивіда з групою, у межах якого працівники ототожнюють себе не лише з колективом конкретного навчального закладу, а й із професійною спільнотою педагогів загалом, поділяючи її цінності та норми. Усвідомлення належності до професії з високою суспільною місією зміцнює впевненість у власних силах і водночас формує відчуття єдності – «ми», що може стати на захист в ситуації професійного стресу.

*Усвідомлення єдності цілей* – це спільне розуміння та прийняття стратегічних і поточних завдань колективу, що забезпечує консолідацію зусиль і підвищує рівень організаційної ефективності. Чітке розуміння, заради чого працює вся команда, дає змогу педагогу бачити сенс власних зусиль та інтегрувати їх у спільний результат. Це зменшує ризик емоційного вигорання, оскільки працівник відчуває значущість своєї ролі. Єдність цілей допомагає перетворювати стрес на мобілізуючий фактор, а не на руйнівний.

*Чітка організація праці та зрозумілі правила* – це структурованість трудового процесу, регламентованість ролей і функцій, а також прозорість норм взаємодії. Наявність прозорих і доволі сталих норм знижує рівень невизначеності, яка є одним із головних джерел стресу. Педагог, який розуміє свої завдання, права й обов'язки, відчуває більший контроль над ситуацією, що формує впевненість і зменшує емоційну напругу.

*Позитивний емоційний клімат у колективі* – це атмосфера доброзичливості, довіри, взаємної підтримки та оптимізму в колективі. У сприятливій атмосфері люди відчувають себе в безпеці, не бояться помилитися чи запитати поради. Це зменшує напругу, допомагає швидше відновлювати сили й робить стресові ситуації менш руйнівними.

*Відкрита комунікація* – це чесний і прозорий обмін думками, можливість висловлювати свої

Таблиця 3

**Рівень стресостійкості педагогічних працівників Підліпенського ліцею Конотопської міської ради за методикою Коннора – Девідсона**

| Рівень стресостійкості | Чоловіки, осіб | Жінки, осіб | Всього, осіб |
|---|---|---|---|
| Високий | 2 (28,6 ) | 6 (26,1%) | 8 (26,7%) |
| Середній | 4 (57,1%) | 13 (56,5%) | 17 (56,7%) |
| Низький | 1 (14,3%) | 4 (17,4%) | 5 (16,7%) |

Таблиця 4

**Кореляційна матриця для всіх респондентів Підліпенського ліцею Конотопської міської ради**

| Методика | Стрес | Життєстійкість | Стресостійкість |
|---|---|---|---|
| Стрес (С. Коухен, Г. Вілліамсон) | 1,000 | 0,046 | 0,302 |
| Життєстійкість (М. Кобас) | 0,046 | 1,000 | –0,034 |
| Стресостійкість (Коннора – Девідсона) | 0,302 | –0,034 | 1,000 |

**Рис. 1. Ресурси профілактики і подолання професійного стресу педагогічних працівників**

*Джерело: побудовано авторами на основі [1, 2, 6].*

переживання, чути зворотний зв'язок без страху осуду. Знижує рівень невизначеності та недовіри, запобігає накопиченню образ і непорозумінь. Коли проблему можна проговорити, вона не перетворюється на джерело тривоги чи конфлікту.

*Корпоративна культура взаємоповаги* – це система норм і традицій, де кожен працівник сприймається як цінність, а взаємини будуються на повазі й етичності. Якщо людина почувається визнаною, захищеною і потрібною, то в неї формується відчуття психологічної безпеки, зменшується ризик емоційного вигорання та підвищується готовність спокійно долати труднощі.

*Колективне вирішення проблем* – це метод, коли замість того, щоб залишатися наодинці з труднощами, людина виносить їх у групу (колег, команду, професійну спільноту) і спільно шукає варіанти рішення, а також внутрішня згода на розподіл відповідальності за наслідки. Це працює через нормалізацію переживань («я не один

стикаюсь із цим і не сам це долаю»), що позбавляє відчуття ізольованості. Стрес зменшується вже від самого факту поділу проблеми з іншими. Також такий підхід активує колективний інтелект: різні люди бачать ситуацію по-іншому й підказують нестандартні рішення, що знімає відчуття безпорадності, підвищує впевненість у власних діях (бо рішення підтримала група) і формує почуття єдності та психологічної безпеки. А зонування й ранжування відповідальності за результати, зі свого боку, зменшує тиск на окрему людину. Цей прийом у психології часто пов'язують із методами групового проблемного вирішення, кооперативного навчання та peer support (взаємопідтримки).

*Загальне ментальне моделювання* – це спільне уявлення команди про те, як функціонує організація, які її цілі, ризики та стратегії. Це своєрідна «карта світу», якою користується колектив. Цей ресурс усуває хаос і непорозуміння («ми однаково розуміємо ситуацію»), полегшує координацію дій, зменшуючи стрес від неузгодженості, дає відчуття прогнозованості й безпеки, оскільки всі діють за єдиною логікою, підсилює впевненість у майбутньому.

**Висновки**. Узагальнюючи результати трьох етапів дослідження, можна констатувати таке:

Українські педагоги демонтсрують достатньо стійкість до стресових факторів, що проявляється у здатності ефективно виконувати професійні обов'язки та продовжувати самовдосконалюватися навіть в умовах воєнного стану.

Високий рівень стресостійкості переважно спостерігається в педагогів із значним професійним досвідом і розвиненими навичками психологічної саморегуляції, тоді як низький рівень характерний для осіб із підвищеним емоційним навантаженням або недостатньою психологічною підготовкою.

Професійна зрілість і досвід педагогічної діяльності є ключовими чинниками формування стресостійкості. Крім того, результати вказують на тенденцію до вищого рівня стресостійкості в жінок порівняно із чоловіками.

Стресостійкість педагогічного персоналу є значущим ресурсом для підтримки ефективності освітнього процесу та здорового психологічного клімату в колективі, що має бути об'єктом управлінських рішень.

Керівникам закладів освіти недостатньо лише оцінювати рівень стресу співробітників; потрібно впроваджувати цілеспрямовані заходи, спрямовані на підвищення стресостійкості, включно з тренінгами зі стрес-менеджменту, розвиток емоційної саморегуляції, та сформувати дієву (не формальну) систему психологічної підтримки.

Перспективним напрямом подальших досліджень є вивчення сучасних управлінських методів і прийомів, які сприяють запобіганню професійному вигоранню та підвищують адаптивність педагогічних колективів до зовнішніх викликів.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Слободяник Н.В. Стресостійкість як психологічний ресурс особистості в ситуації змін. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2024, Т. 35 (74), № 4. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2024/4_2024.pdf.

2. Дорош І.М. Ресурси особистості як чинник стресостійкості державних службовців. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія «Проблеми економіки та управління»*. 2020. № 2 (8). С. 144–152. https://doi.org/10.23939/semi2020.02.144.

3. Кравцова О.К. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія : Соціальні та поведінкові науки*. 2019. Вип. 7. С. 98–117. DOI: https://doi.org/10.32405/2522-9931-7(36)-98-117.

4. Шпак М.М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 199–203. DOI: https://doi.org/10.32843/2663-5208. 2022.39.36.

5. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.

6. Дьоміна Ж.Г., Омельчук О.В. Феномен стресостійкості як провідного чинника збереження здоров'я учнівської молоді. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15: Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць* / За ред. О.В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 12 (172). С. 73–77. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.12(172).13.

7. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості / стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах : навч. метод. посіб. / Вид. 2-ге, доп., виправ. / заг. ред.: Чернобровкін В.М., Панок В.Г. Київ : Унів. Вид-во ПУЛЬСАРИ, 2021. 282 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/726482/1/посібник%20для%20вчителів_2021.pdf.

8. Смольська Л.М. Стресостійкість та життєстійкість: креативна модель формування в сучасних умовах. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 4. С. 113–117. DOI: https://doi.org/10.32782/psyvisnyk/2021.4.22.

9. Особливості професійної деформації у працівників аварійнорятувальних підрозділів МНС України : монографія. / Н.В. Оніщенко, В.А. Старик, О.В. Тімченко, В.Є. Христенко. Харків: НУЦЗУ, КП «Міська друкарня», 2012. 149 с. URL: http://repositsc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4138/1/Особливости%20проф%20деформации.pdf.

10. Стрес. Формування стресостійкості особистості: корекційно-розвиткова програма / уклад. О.І. Михайлова. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2022. 55 с. URL: http://lib.ndu.edu.ua/dspace/bitstream/123456789/2778/1/макет_Стрес%20%281%29.pdf.

*Стаття надійшла у редакцію: 07.09.2025*
*Стаття прийнята: 16.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІЙ АДМІНІСТРУВАННЯ ТА УПРАВЛІННЯ

# PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADMINISTRATIVE AND MANAGEMENT FUNCTIONS

УДК 159.9:005.32
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.28
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Зимянський А.Р.**
к.психол.н., доцент кафедри психології
Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка
ORCID ID: 0000-0001-6175-9895

*Стаття присвячена аналізу психологічних особливостей основних функцій адміністрування та управління та їх ефективній реалізації в організованих структурах. В сучасних організаціях від управлінця залежить вирішення цілої низки завдань. Основні з них: 1) постановка підлеглим цілей; 2) мотивування і стимулювання праці; 3) визначення методів одержання продукції (забезпечення результатів).*

*Робота менеджера в сучасних організаціях полягає в тому, щоб керувати не тільки певною структурою чи установою, але й людьми. Кожен керівник має володіти необхідними знаннями в економічній, технічній, суспільній та в інших сферах діяльності. Однак цього недостатньо, щоб ефективно керувати людьми. Ефективне керування пропонує обов'язкове знання закономірностей людської поведінки.*

*Із змінами конкретної ситуації в управлінні менеджер повинен чітко представляти реакції, характер і поведінку своїх підлеглих. Він повинен прогнозувати, яким чином будуть поводитися окремі підлеглі, а також цілі групи працівників (колективи). Практичні знання з психології тут вкрай необхідні.*

*Індивідуально-психологічні, соціально-психологічні і виховні моменти, які входять в управлінську діяльність керівника, взаємопов'язані, оскільки всі вони проявляються в праці і стосуються окремої людини й колективу. Отже, якщо керівник спробує знехтувати кимось із них або, навпаки, виділить тільки одного, це обов'язково негативно вплине на результати загалом.*

*Успішність керування значною мірою залежить також від того, наскільки підлеглі одержують ясні й чіткі формулювання завдань від менеджера, наскільки підлеглі правильно розуміють цілі і завдання, які необхідно вирішити. Перш ніж давати конкретні розпорядження своїм підлеглим, управлінець обов'язково повинен впевнитись, що підлеглі розуміють дану ситуацію.*

**Ключові слова:** *функції адміністрування та управління, функція планування, організаційна функція, спонукально-мотиваційна функція, функція контролю.*

*The article is devoted to the analysis of the psychological characteristics of the main functions of administration and management and their effective implementation in organized structure. In modern organizations, the manager is responsible for solving a number of tasks. The main ones are: 1) setting goals for subordinates; 2) motivating and stimulating work; 3) determining methods of obtaining products (ensuring results).*

*The job of a manager in modern organizations is to manage not only a certain structure or institution, but also to manage people. Every manager must have the necessary knowledge in economic, technical, social and other areas of activity. But this is not enough to effectively manage people. Effective management requires knowledge of the patterns of human behavior.*

*As a specific management situation changes, a manager must clearly represent the reactions, character, and behavior of his subordinates. He must predict how individual subordinates, as well as entire groups of employees (teams), will behave. Practical knowledge of psychology is extremely necessary here.*

*Individual-psychological, socio-psychological, and educational aspects that are part of a manager's managerial activities are interrelated, since they all manifest themselves in work and relate to the individual and the team. Therefore, if a manager tries to neglect any of them or, conversely, highlights only one, this will definitely negatively affect the results as a whole.*

*The success of management also largely depends on how clearly subordinates receive clear and precise task formulations from the manager, and how correctly subordinates understand the goals and tasks that need to be solved. Before giving specific instructions to their subordinates, a manager must make sure that their subordinates understand the situation.*

**Key words:** *administration and management functions, planning function, organizational function, incentive and motivational function, control function.*

**Вступ.** В публічному управлінні та адмініструванні можна виділити такі функції: планування, керівництво, організація, координація, контроль, прийняття рішень, добір персоналу, вирішення фінансових питань, об'єднання людей, мотивація, оцінка, комунікація, представництво, ведення переговорів, укладання договорів. Аналізуючи підходи до визначення поняття та складу функцій управління та адміністрування, можемо виділити такі: 1) функції, що відображають операції та стадії управлінської діяльності; 2) функції, що виокремлюються за ознакою узагальнених різновидів управлінської діяльності; 3) функції, що групуються за спільністю змісту розв'язуваних задач; 4) функції, що визначаються за принципом однорідності цілей.

Дж. Черч вважав, що функції управління – це такі групи діяльності: проєктування устаткування (створює необхідні фізичні умови), розпорядництва (визначає завдання й наказує, вивчає та нагромаджує новий досвід, координує, заохочує), обліку (виміряє, фіксує, складає), оперування (виконує розпорядження). А. Файоль зазначав, що це групи операцій відповідно до напрямів управління виробництвом: технічних, комерційних, розрахункових, фінансових, операцій з охорони майна та осіб, адміністрування. Всі «органічні» функції об'єднані під назвою «адміністрування» (вивчення очікуваною майбутнього та складання програм дій; організація, тобто створення матеріального та соціального організму підприємства; координація

об'єднання та узгодження дій та умов; контроль – спостереження за виконанням розпоряджень та встановлених правил) [3, с. 182].

На думку П. Керженцева, це бази організованої діяльності. Вони включають три головні фази: складання організаційного плану, передача іншим планових робіт, контроль. Особливість цієї схеми полягає в тому, що в ній не виокремлена як самостійна фаза координація, тобто мається на увазі, що ця фаза здійснюється на всіх етапах управління. Г. Шлезнер відтворює схему управлінських функцій, розроблену П. Керженцевим. Однак планування замінюється прийняттям рішень і розчленовується на 3–4 фази. Решта функцій – доведення завдання до виконавців і контроль – залишаються без змін [3, с. 182–183].

За Г. Афанасьєвом, функції управління – це різновиди управлінської діяльності (дій, робіт), які послідовно змінюють один одного. Фази управління: прийняття рішень; організація виконання рішень; регулювання та коригування роботи організації у зв'язку із змінюваними умовами діяльності; контроль. А. Глухов, В. Ейтігон до функцій управління, крім планування, організації та контролю, відносять також координацію та активізацію діяльності [3, с. 183].

Г. Попов стверджував, що зміст управління як процесу розкривається в його функціях, що репрезентують різновиди діяльності, за допомогою яких суб'єкт управління впливає на керований об'єкт. О. Козлова, І. Кузнецов зазначали, що це угрупування різновидів діяльності за спільністю змісту розв'язуваних задач, їхньою цільовою спрямованістю. Б. Мільнер під функціями розумів спеціалізовану частину регулярної організаційної діяльності інформаційно-управлінського характеру, яка відрізняється однорідністю цілей, дій або об'єктів цих дій [3, с. 183].

Основними функціями адміністрування та управління, на наш погляд, є функція планування, організаційна функція, функція контролю та спонукально-мотиваційна функція. Охарактеризуємо їх.

**Виклад основного матеріалу.**

*Функція планування.* Планування – це одна з найважливіших функцій управління, що забезпечує основу для здійснення всіх управлінських функцій. Функції управління – організація, мотивація і контроль – орієнтовані на виконання стратегічних планів. Стратегічне планування – набір дій і рішень управління, які приводять до розроблення специфічних стратегій, спрямованих на досягнення цілей організації. Розуміння організаційних стратегій – визначена діяльність, що передбачає постійний розвиток мислення управлінців для розроблення в майбутньому більш сучасних стратегічних напрямів і підвищення професіоналізму в управлінні.

Найбільш визначальним у плануванні є вибір цілі організації. Якщо організація має широко розвинуту структуру, для неї необхідними є широко сформульовані цілі. Для того щоб цілі сприяли ефективній діяльності організації, вони повинні відповідати низці вимог. Вони мають бути конкретними і обґрунтованими. Початком виконання функцій планування є постановка цілей. Ця функція адміністрування має декілька етапів: 1) вибір мети; 2) визначення вихідних передумов для майбутніх прийнятих рішень; 3) пошук і визначення альтернатив для прийняття рішення; 4) вибір найкращої альтернативи серед наявних; 5) складання плану реалізації цілей [4].

Виконання однієї з цілей не має блокувати виконання другої, що підтверджено практикою менеджменту. Планування виключає виконання незапланованих дій, оскільки вони можуть бути не цілеспрямованими і не адекватними поставленій цілі.

Значення чіткого визначення цілей для наступного планування полягає в тому, що ці цілі забезпечують: 1) основу для єдиного та інтегрованого планування на всіх рівнях організації; 2) передумову для наступного, більш детального планування; 3) основу для виконання інших функцій адміністрування; 4) основу для мотивації поведінки людей, розуміння ними значення виконуваної роботи для досягнення поставлених цілей; 5) основу для чіткого розпорядження відповідальності і для децентралізації детального планування на підрозділи, що стоять нижче; 6) основу для координації різної, часто взаємонезалежної діяльності функціональних підрозділів.

Для досягнення цілей організації необхідно врахувати дію низки факторів, як внутрішньо організаційних, так і психологічних. Складні співвідношення їх у процесі роботи організації дають можливість одержати позитивний результат. Про ефективність плану судять по розмірах його вкладу, який він здійснює у досягненні цілей і виконанні завдань організації, за винятком небажаних наслідків, що з'являються у деяких випадках під час його формування і виховання.

Під час впровадження функцій планування враховуються такі вимоги: 1) виключити негативний ефект зміни; 2) зосередити увагу на основних завданнях цього етапу; 3) скласти бюджети ресурсів (людських, фінансових, енергетичних); 4) полегшити контрольну функцію адміністрування.

Під час виконання функцій планування реалізується принцип прийняття обов'язку, який розглядається з урахуванням динамічності самого планування для зменшення ризику втрат (фінансових, людських, іміджевих та матеріальних).

В поняття плану, як визначеного наперед напряму дії, входять три основні моменти: 1) орієнтація на майбутнє; 2) необхідні дії; 3) елемент, що вказує на визначену особистість або організацію, що стосуються планування й виконання плану.

Процеси планування і прийняття рішень не відокремлені один від одного. Планування – це основний засіб, за допомогою якого установа, підприємство, як підсистема, може пристосовуватися до змінної обстановки в зовнішній економічній

сфері. Саме планування відрізняє соціальну організацію від інших відкритих систем.

*Організаційна функція.* Організаційна робота – головна складова частина управлінської діяльності керівника. Головна особливість організаторської функції керівника полягає в тому, що він організовує роботу людей, безпосередньо зайнятих певним видом діяльності. Друга характерна особливість організаторської роботи керівника полягає в тому, що він здійснює її в системі «людина – людина». Саме від такого взаємозв'язку залежить якість як роботи, так і її результату. Третя особливість полягає в тому, що керівник організовує людей на спільну, групову діяльність. У первинному колективі особливо важливою є дія людей в процесі спільної роботи. Саме в цьому полягає джерело збільшення ефективності результату, що неможливий в індивідуально організованій праці.

Основне завдання управлінця – постійно керувати людьми в процесі їх праці. Мета керування людьми, що включені в загальний процес, – виконання реальної праці і одержання відповідних результатів. Щоб досягнути загальної мети, необхідна координація діяльності багатьох людей, тобто виконання як процес є досягненням групових цілей, з якими не в змозі впоратися одна людина.

Труднощі роботи керівника посилюються тим, що він повинен добре вміти передбачувати поведінку і реакції своїх підлеглих, закони й норми групової поведінки людей, що регулюють їхню діяльність, а іноді – обмежувати визначені небажані їх дії. Не завжди інтереси організації і власні інтереси людей тісним образом пов'язані між собою. Необхідним є вміння керівника оцінювати своїх підлеглих за їхньою поведінкою, а не за емоційним ставленням до них.

Однією з труднощів в управлінні людьми є налагодження зворотного зв'язку. У звичайному розумінні під зворотнім зв'язком в практиці керування розуміється інформація, яка надходить від виконавців. Вона може бути як однозначною, так і суперечливою. Підлеглі не завжди в стані зрозуміти, що результати, одержані ними, не відповідають тим завданням, які поставлені менеджером. Правильний зворотний зв'язок, що відповідає позитивним мотивуючим діянням, які йдуть від менеджера, може стати сильним засобом спонукання працівника до позитивного ставлення і виконання своїх обов'язків. Важливим завданням всіх менеджерів є становлення чітких і ясних цілей для виконавців.

Кожен керівник розуміє, що ефективність праці в організації загалом залежить не стільки від нього самого, скільки від праці його підлеглих. В цьому сенсі особливе місце відводиться колективному управлінню. Це різноманітний стиль управління, де особлива роль відводиться рядовим працівникам, які беруть участь у розв'язуванні більшості виконуваних задач.

За колективного управління головне завдання керівника полягає в тому, щоб вміло управляти окремими групами і координувати їхню діяльність. Це необхідно для того, щоб група без участі керівництва була в змозі приймати потрібні рішення в процесі праці. В такій ситуації повною мірою проявляються колективний підхід і відповідальність управління, який за зберігання низки умов може бути доволі ефективним [2].

Оскільки керівник організовує роботу команди, то планує роботу кожного конкретного виконавця, враховуючи рівень його вмінь та знань, навики, індивідуальні нахили до конкретних видів роботи, якість її виконання, можливість працювати швидко, ритмічно, готовність працювати в колективі чи, навпаки, самостійно. Він постійно враховує психологічні особливості працівника, від яких залежать своєчасність та якість виконання завдань.

В організації праці команди враховуються можливість взаємозамінності людей, можливість дати пораду й надати допомогу в роботі, рівень дієздатності груп, утворених з працівників різної кваліфікації, з різним ставленням до праці, особисті стосунки. Ці соціально-психологічні фактори здебільшого визначають ефективність, успіхи та невдачі. Саме соціально-психологічні фактори впливають на готовність колективу працювати на єдиний результат [2].

Однак є ще один бік організаційної роботи керівника – виховна, педагогічна. Сама організація праці, порядок у команді, поведінка керівника та інших членів команди, рівень взаємодопомоги і взаємної вимогливості визначають силу впливу колективу на кожного працівника, формують стиль роботи керівника, рівень відповідальності команди за кожного її працівника і за мету фірми.

*Спонукально-мотиваційна функція.* Під мотивацією розуміється система факторів, що спонукають працівника виконати визначені завдання. У психології управління під мотивацією розуміють процес спонукання себе та інших до діяльності для досягнення особистої мети чи мети організації. Відправною точкою мотивації є незадоволена потреба, що пояснює поведінку людини для досягнення певного результату. Відсутність будь-чого в людини є першою ланкою в процесі подій, які призводять до певної поведінки для задоволення потреб. Це поняття використовується для з'ясування дослідження поведінкових дій, спрямованих на ціль, яка може змінюватись залежно від різних ситуацій.

Як одна з головних функцій управління, мотивація дуже важлива, тому що розв'язання всіх задач, від яких залежить досягнення основної мети, визначається взаємопов'язаною роботою людей, що беруть участь у цьому процесі. Володіючи сучасними методами мотивації, керівник зможе значно розширити свої можливості залучати працівників до вирішення завдань, спрямованих на досягнення основної мети організації.

Науковими дослідженнями доведено, що потреба людини служить мотивом до дії і викликає в неї стан цілеспрямованості. Спонукання – це

відчуття нестачі в чому-небудь, яке має визначену спрямованість. Спонукання є поведінковим проявом потреб і сконцентроване на досягненні мети.

Мотивація – процес спонукання себе та інших до діяльності, щоб досягти власних цілей і цілей організації. Під мотивацією розуміється створення у виконавців внутрішніх, тобто психологічних, спонукань до трудової діяльності. Нагорода – це все те, що людина вважає цінним для себе. Вона може бути зовнішньою чи внутрішньою. Внутрішню нагороду дає сама робота (досягнення результатів, значущості, змістовності, самоповаги). Зовнішня нагорода виникає не від роботи, а задається організацією (зарплата, підвищення по службі, символи службового статусу і престижу, визнання, похвали, а також додаткові виплати).

Основне завдання менеджера – становлення у підлеглих внутрішніх спонукань до активної діяльності. Основними такими спонуками є підтримка зацікавленості в праці, необхідність в активній діяльності, переживання задоволення від роботи, а також позитивні мотивації у всіх працівників.

Керівник впливає на своїх підлеглих двома можливими способами: а) особистим впливом на членів групи; б) впливом на кожного окремо підлеглого через групу. Під час вибору правильних рішень керівники координують зусилля персоналу, враховуючи потенціальні можливості людей, а також їх спонукальні сили, тобто керівники проводять визначену роботу з мотивації і стимулювання робітників. В практичних цілях слід чітко розрізняти поняття мотивів і стимулу. Часто їх ототожнюють, але це різні за змістом терміни.

Мотив – спонукання до виконання певної діяльності чи вчинків, в основі яких лежать потреби людини. Система мотивів утворює мотивацію поведінки людини. Мотивація виконує також змістовно сформульовану функцію, яка віддзеркалює визначений особистісний сенс реальності. Надзвичайно важливими факторами при цьому є зацікавленість у праці, задоволення працею, необхідність у праці. У стимулюванні, на відміну від мотивування, йдеться про спонукання працівників до праці за допомогою внутрішніх факторів. Ними зазвичай бувають матеріальне й моральне стимулювання.

Функція мотивування в управлінні використовується для організації послідовності поведінкових дій, за допомогою яких реалізується управлінська мета, яка під впливом визначених факторів може змінюватися. Функція мотивування в процесі управління діяльністю організації є однією з найважчих, оскільки основною діючою особою є працівник. Менеджери, які реалізують цю функцію, повинні дотримуватися таких засад: знання актуальних потреб виконавців; врахування особистих рис виконавців; розуміння своїх працівників, їхніх цілей, бажань; застосування індивідуального підходу до працівника за потреби; врахування особистих стосунків; вміння заохочувати працівників; надання допомоги й підтримки виконавцям у виконанні завдань; прояв терпіння й благородності в розмові з виконавцями; знання про ставлення працівників до праці; доброзичливість у спілкуванні з підлеглими; повага до підлеглих; знання себе і особливостей своєї поведінки. Ефективність праці й позитивна мотивація перебувають у прямій залежності одна від одної [7].

*Функція контролю.* Контроль – це процес забезпечення керівником (командою) досягнення організацією своїх цілей. Він включає встановлення стандартів, визначення (вимірювання) фактично досягнутих результатів і проведення коректування, якщо отримані результати реально відрізняються від установлених стандартів. Під контролем розуміється не прагнення менеджера звинуватити когось у неправильних рішеннях, вчинках, а вчасна допомога. Такий контроль допомагає виконувати загальне управлінське завдання не тільки самому менеджеру, але й усім його підлеглим.

В ефективному управлінні основна увага приділяється контролю за одержаними результатами. Контроль повинен здійснюватися у формі взаємодії підлеглого та керівника. Це завжди спілкування, взаємний пошук кращих способів виконання завдань.

У психолого-педагогічному аспекті функція контролю складає найнапруженішу частину праці керівника. Тут необхідно зберігати та дотримуватись тактовності, культури спілкування, враховувати вимогливість до підлеглого з готовністю надати йому допомогу у виконанні роботи. Лише за цих умов функція контролю буде виправдовувати своє призначення. При цьому не приділяється увага тому, що могло б бути, має значення лише те, що є, що одержано відповідно до поставлених цілей. Здійснення функції контролю – це постійне порівняння того, що є, з тим, що має бути. Проте контролювати може тільки той, хто знає, що в дійсності повинно бути, і своєчасно робить це досягненням інших.

Об'єктами контролю є оцінка досягнутих результатів діяльності; оцінка персоналу, здатного досягнути визначних результатів діяльності; визначення ефективності заходів, включених у плани організації; загальна оцінка успіхів діяльності організації з подальшими висновками; використання зворотних зав'язків для оцінювання та інформування персоналу організації.

За правильного контролю можна швидко отримати дані про успіхи чи невдачі і зробити висновки на майбутнє. Контроль за результатами діяльності є дуже важливим, оскільки саме він визначає успіх організації. Оцінка основних результатів виконання поставлених завдань організації є передумовою цілеспрямованого контролю.

Під час проведення контролю керівник повинен керуватись етичними нормами. Керівник не може й не повинен використовувати контроль для перевірки своїх необґрунтованих підозр щодо дій та рішень співробітника, якщо вони діють у рамках наданих їм повноважень. Здійснення контролю

має бути можливим до виконання для кожної зі сторін. Проводитись він повинен у звичайних робочих умовах з використанням відомих критеріїв [6].

Контроль за роботою підлеглих є одночасно формою їх навчання, розвитку професійних вмінь і навиків. Коли керівник планує і організовує роботу підлеглих, то зазвичай не тільки передбачає результат, але й визначає, якими методами, яким чином буде виконано завдання. Звичайно, вже на етапі постановки завдання краще підказати підлеглому найбільш раціональні способи його виконання, але трапляється, що працівник такою підказкою нехтує, що призводить до відхилень у роботі, зниження її якості. Отже, в процесі контролю необхідно знову повернутись до того, чого працівника навчали, і перевірити на справі, чи добре він все засвоїв, чи дотримується він цього на практиці.

Також контроль є формою виховання у підлеглих ініціативного і відповідального ставлення до дорученої справи. Відповідальність у підлеглого виховується вимаганням високої ефективності управління, суворістю дотримання технологій і термінів виконання завдань – наданням можливості самостійно визначити способи планування і організації особистої управлінської діяльності.

Таким чином, контроль – це процес забезпечення досягнення організацією своєї мети, за допомогою якого керівництво організації визначає, чи правильними є його рішення і чи не потребують вони коригування. У процесі контролю керівнику необхідно аналізувати як власні організаторські дії, так і роботу підлеглого з реалізації його вказівок, порад і розпоряджень. Фактично це взаємний контроль. Якщо негативний результат виявиться наслідком помилок планування або організаторської роботи керівника, потрібно визнати це і вже разом з підлеглими розробити і новий план, і способи його реалізації.

**Висновки.** Отже, публічне адміністрування та управління передбачає реалізацію управлінцем певних специфічних функцій.

Прогнозувати та планувати. Це вимагає від менеджерів уміння оцінювати майбутнє й підготуватися до нього.

Організовувати та координувати. Це означає створення формальної системи взаємин працівників та узгодження дій підлеглих із загальним завданням та цілями організації.

Спонукати та мотивувати. Полегшувати складання та реалізацію планів; давати інструкції, роз'яснювати, доносити сенс завдань, об'єднувати та розподіляти зусилля співробітників під час виконання ними спільної справи, бути прикладом для своїх підлеглих, надихати та стимулювати їх.

Контролювати. Зіставляти, наскільки отримувані результати відповідають запланованим, вчасно допомагати у формі взаємодії підлеглого та керівника.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Данчева О., Швалб Ю. Практична психологія в економіці та бізнесі. Київ: Лібра, 1998. 270 с.

2. Дзвінчук Д. Психологічні основи ефективного управління. Київ: ЗАТ «НІЧЛАВА», 2000. 280 с.

3. Дуткевич Т. Конфліктологія з основами психології управління: навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 456 с.

4. Лозниця В. Психологія менеджменту: навчальний посібник. Київ: ТОВ «УВПК ЕксСб», 2000. 512 с.

5. Мельник Л. Психологія управління: курс лекцій. Київ: МАУП, 1999. 176 с.

6. Орбан-Лембрик Л. Психологія управління. Київ: Академвидав, 2003. 568 с.

7. Савельєва В. Психологія управління: навчальний посібник. Київ: ВД «Професіонал», 2005. 320 с.

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 15.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АРХЕТИПІВ У БІЗНЕСОВИХ СТРУКТУРАХ: ТЕОРЕТИЧНИЙ КОНЦЕПТ

# PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ARCHETYPES IN BUSINESS STRUCTURES: THEORETICAL CONCEPT

*У статті розглянуто психологічні особливості архетипів у бізнесових структурах як чинників формування організаційної культури, стилів лідерства та колективної ідентичності. Виходячи з юнгіанської концепції колективного несвідомого, архетипи розуміються як універсальні символічні моделі, що впливають на поведінку, ціннісні орієнтири та способи прийняття рішень у корпоративному середовищі. Проаналізовано основні механізми закріплення архетипів у структурі організації: проєкцію та ідентифікацію у взаєминах «лідер – послідовники», роль корпоративних історій, міфів і ритуалів, вплив особистості засновника, процес соціалізації нових членів колективу, а також свідоме конструювання корпоративної міфології. Окрему увагу приділено феномену підсвідомого групового тяжіння до певних архетипів у кризових ситуаціях (колективні комплекси), що зумовлюють поведінку групи та її реакції на зовнішні виклики.*

*Показано, що архетипи не є статичними утвореннями: вони постійно взаємодіють і трансформуються під впливом управлінських дій, соціокультурного контексту та досвіду організації. Підкреслено роль лідера як носія архетипічного сценарію, який задає ціннісні орієнтири, формує символічну основу корпоративної культури й визначає моделі поведінки персоналу. Доведено, що свідоме використання архетипів у менеджменті, HR-стратегіях і брендингу сприяє посиленню мотивації працівників, зміцненню корпоративної згуртованості та формуванню спільної місії компанії.*

*Зроблено висновок, що архетипи виконують функцію психологічного «коду» організації, який забезпечує єдність смислів, спадкоємність традицій і стабільність розвитку. Врахування архетипної динаміки в управлінні дає змогу гармонізувати взаємини в колективі, запобігати кризам і підвищувати ефективність бізнесових структур. Результати дослідження можуть бути використані в організаційній психології, менеджменті, корпоративному консалтингу, брендингу та підготовці управлінських кадрів.*

**Ключові слова:** *архетип, колективне несвідоме, корпоративна культура, організаційна поведінка, лідерство, міфологія бізнесу, ритуали, символи, соціалізація, колективні комплекси.*

*The article examines the psychological features of archetypes in business structures as factors in the formation of organizational culture, leadership styles, and collective identity. Based on the Jungian concept of the collective unconscious, archetypes are understood as universal symbolic models that influence behavior, value orientations, and decision-making methods in the corporate environment. The main mechanisms for consolidating archetypes in the structure of the organization are analyzed: projection and identification in the "leader-follower" relationship, the role of corporate stories, myths, and rituals, the influence of the founder's personality, the process of socialization of new team members, and the conscious construction of corporate mythology. Special attention is paid to the phenomenon of subconscious group attraction to certain archetypes in crisis situations (collective complexes), which determine the behavior of the group and its reactions to external challenges.*

*It is shown that archetypes are not static entities – they constantly interact and transform under the influence of managerial actions, socio-cultural context and experience of the organization. The role of the leader as a carrier of the archetypal scenario, which sets value guidelines, forms the symbolic basis of corporate culture and determines the behavior models of personnel, is emphasized. It is proven that the conscious use of archetypes in management, HR strategies and branding contributes to increasing employee motivation, strengthening corporate cohesion and forming a common mission of the company.*

*It is concluded that archetypes perform the function of a psychological "code" of the organization, which ensures unity of meanings, continuity of traditions and stability of development. Taking into account archetypal dynamics in management makes it possible to harmonize relations in the team, prevent crises and increase the efficiency of business structures. The results of the study can be used in organizational psychology, management, corporate consulting, branding and training of managerial personnel.*

**Key words:** *archetype, collective unconscious, corporate culture, organizational behavior, leadership, business mythology, rituals, symbols, socialization, collective complexes.*

УДК 159.923.2:005.32
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.29
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Новіцький В.Г.**
аспірант
Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Актуальність дослідження.** Сучасні бізнесові структури функціонують у динамічному, глобалізованому та висококонкурентному середовищі, де успіх організації дедалі більше визначається не лише економічними чи технологічними факторами, але й психологічними – зокрема, колективними уявленнями, цінностями, символами та архетипами, що формують організаційну культуру. Архетипи як універсальні моделі поведінки, мислення та взаємодії, описані К.Г. Юнгом, виступають важливим підґрунтям для розуміння глибинних мотивацій, сценаріїв прийняття рішень та моделей лідерства в бізнесі.

У контексті сучасного менеджменту архетипи проявляються у стилях керівництва, корпоративній ідентичності, брендингу, способах комунікації та системі взаємодії між працівниками. Їх вивчення дає змогу пояснити, чому певні бізнесові структури досягають високого рівня згуртованості, інноваційності та стійкості, тоді як інші виявляють конфліктність, деструктивні сценарії чи кризу довіри.

В Україні, в умовах воєнних і соціально-економічних викликів, питання архетипічних основ організаційної поведінки набуває особливої актуальності. Бізнесові структури не лише виконують економічну функцію, але й стають носіями культурних і ціннісних моделей, що відображають національні архетипи – Героя, Захисника, Майстра, Провідника. Усвідомлення й використання цих архетипів сприяє формуванню адаптивного та відповідального лідерства, підвищенню мотивації персоналу, побудові корпоративної культури, орієнтованої на розвиток і тривале партнерство.

Таким чином, дослідження психологічних особливостей архетипів у бізнесових структурах є важливим не лише для теоретичного розвитку організаційної психології, але й для практики управління, брендингу та HR-менеджменту. Воно відкриває можливості глибшого розуміння внутрішньої динаміки організацій, механізмів формування лідерства, а також шляхів гармонізації взаємин у професійному середовищі.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблематика архетипів у бізнесових структурах відображена в численних дослідженнях, які ґрунтуються на юнгіанській концепції колективного несвідомого. К.Г. Юнг розглядав архетипи як універсальні моделі мислення та поведінки, що впливають на групову динаміку, лідерство й культурні сценарії організацій. Сучасні автори (М. Марк, К. Пірсон, Р. Квін, К. Камерон) адаптували архетипний підхід до аналізу корпоративної культури, брендингу та стилів управління [6; 7; 9]. Дослідження останніх років (2018–2025) засвідчують, що архетипи визначають не лише імідж бренду, але й ціннісну основу взаємодії в колективах, формуючи моделі довіри, мотивації та комунікації. У світовій практиці архетипні моделі активно використовують у HR-менеджменті та бренд-стратегіях, тоді як в українській науці цей напрям лише розвивається. Вітчизняні дослідники (О. Донченко, Т. Драгунова, І. Пасічник та ін.) аналізують архетипи в контексті національної ідентичності, управлінських стилів і соціально-психологічної адаптації бізнесових структур до кризових умов [2; 3]. Однак більшість робіт має теоретичний характер і потребують емпіричного підтвердження зв'язку архетипів з ефективністю організаційної культури. Отже, спостерігається наукова потреба у поглибленому вивченні психологічних особливостей архетипів у сучасному бізнес-середовищі з урахуванням національного контексту та трансформацій українського суспільства.

**Метою дослідження** є виявлення та аналіз психологічних особливостей архетипів у бізнесових структурах, а також визначення їхнього впливу на формування організаційної культури, стилів лідерства, міжособистісної взаємодії та ефективність управлінських процесів.

Дослідження спрямовано на з'ясування того, яким чином архетипічні моделі проявляються у поведінці керівників і працівників, як вони формують ціннісні орієнтири колективу та впливають на мотивацію, корпоративну ідентичність і стратегії розвитку організації.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Архетипи, за К.Г. Юнгом, становлять універсальні моделі колективного несвідомого, які визначають спосіб сприйняття, мислення та поведінки людини. У контексті бізнесових структур архетипи виступають психологічними схемами, що відображають глибинні цінності, рольові позиції та сценарії взаємодії між членами організації. Вони проявляються у стилях керівництва, системі корпоративних цінностей, організаційній культурі, комунікації та процесах прийняття рішень [4].

У сучасних умовах розвитку підприємництва архетипи стають важливим інструментом розуміння організаційної динаміки. Кожна бізнес-структура, незалежно від галузі, має свій «провідний архетип», який задає тон корпоративній культурі. Наприклад, архетип **Героя** характеризується орієнтацією на досягнення, конкуренцію та силу волі; архетип **Мудреця** – на знання, аналітичність та стратегічне мислення; архетип **Опікуна** – на підтримку, соціальну відповідальність і турботу про персонал. У практиці сучасного менеджменту поєднання архетипів дає змогу створювати гармонійні команди, де цінності та ролі взаємодоповнюють одна одну.

Застосування архетипного підходу в управлінні персоналом сприяє розумінню мотиваційних чинників, особливостей комунікації та формуванню ефективного стилю лідерства. Лідери, які усвідомлюють власний архетип (наприклад, Правитель, Герой, Творець, Маг), можуть краще прогнозувати реакції підлеглих, уникати конфліктів і сприяти розвитку корпоративної ідентичності. Водночас невідповідність архетипу керівника цінностям організації може спричинити деструктивні тенденції – втрату довіри, опір змінам, емоційне вигорання працівників.

Архетипи також широко застосовуються у брендингу, де вони допомагають створити емоційний зв'язок між компанією та споживачем. Модель дванадцяти архетипів (за М. Марк і К. Пірсон) дає змогу визначити позиціонування бренду відповідно до очікувань цільової аудиторії [9]. Наприклад, архетип **Друга** апелює до партнерських взаємин і довіри, тоді як архетип **Бунтаря** підкреслює прагнення до свободи та змін (рис. 1).

У бізнесових структурах найчастіше проявляються універсальні архетипи, адаптовані до організаційного контексту – зокрема, в образах брендів, стилях лідерства та моделях корпоративної культури. Маркетологи і психологи виокремлюють принаймні дванадцять базових архетипів, які використовуються для побудови брендів і позиціонування компаній на ринку. До них належать, наприклад: Герой, Бунтар, Правитель, Опікун, Творець, Маг, Дослідник (Мандрівник), Мудрець, Закоханий, Блазень, Звичайна людина (Everyman) та Невинний. Кожен з цих архетипів уособлює певний набір

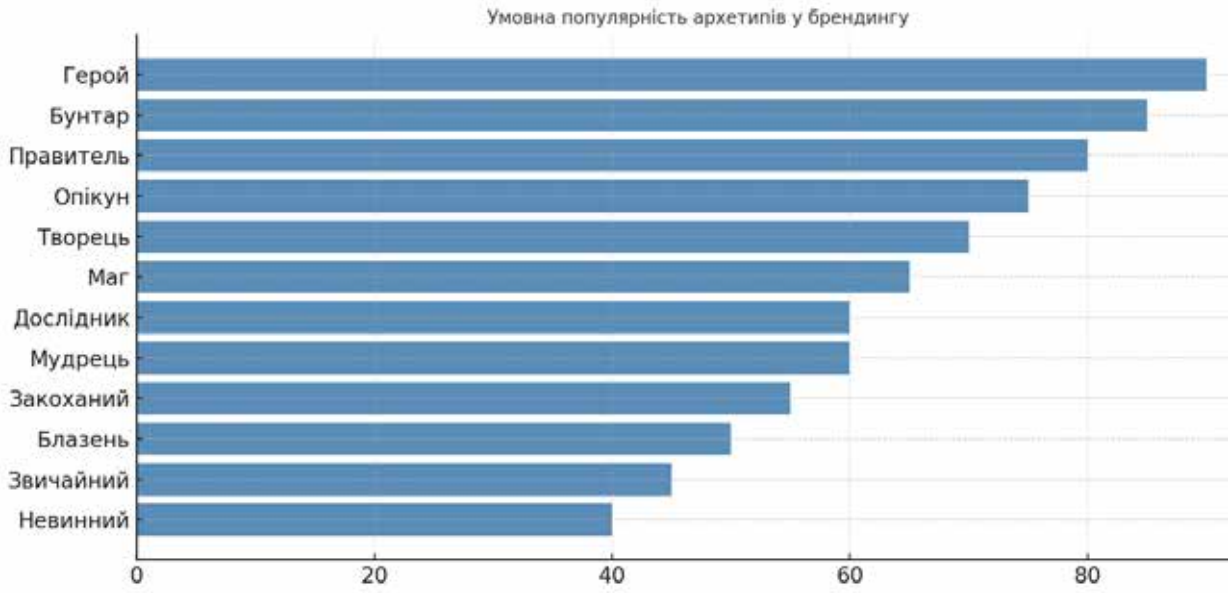


**Рис. 1. Популярність архетипів у брендингу**

рис, цінностей і сюжетів: Герой прагне подвигів і перемог, Опікун піклується та захищає, Бунтар кидає виклик правилам, Мудрець шукає знання та істину тощо. Вважається, що бренди, побудовані на таких архетипових образах, встановлюють глибший емоційний зв'язок зі споживачами, оскільки звертаються до універсальних людських переживань і мотивів [9].

Архетипні сюжети та образи проникають у корпоративне середовище як природним шляхом, так і завдяки цілеспрямованій діяльності керівництва, закріплюючись у культурі організації, моделях поведінки лідерів і спільних практиках колективу. Формування архетипів у бізнесових структурах – це багаторівневий процес взаємодії індивідуальної психіки, колективного несвідомого та свідомої управлінської роботи зі створення спільних смислів. Одним з головних психологічних механізмів цього процесу є *проєкція та ідентифікація у взаєминах між лідером і послідовниками*. Колектив несвідомо переносить на керівника архетипні образи, які відповідають очікуванням і потребам групи. Часто співробітники сприймають керівника як «батька-захисника», «героя-рятівника» або «мудрого наставника», відображаючи в цьому колективну потребу у підтримці, стабільності та натхненні. Водночас сам лідер може ототожнювати себе з певним архетипом і несвідомо будувати власну поведінку відповідно до нього – наприклад, діяти як Воїн, який веде команду до перемоги, або як Мудрець, який спрямовує розвиток через знання. Як зазначає М.Ф.Р. Кетс де Фріс, стиль керівництва багато в чому визначається «внутрішнім театром» особистості, сформованим дитячим досвідом і значущими фігурами, що часто мають архетипне походження. Так створюється коло взаємної проєкції та ідентифікації, у межах якого лідер і колектив спільно вибудовують символічний образ керівника – «героя», «батька», «мудреця» чи «жартівника», що згодом стає частиною організаційного міфу та передається новим членам команди.

Другим важливим механізмом закріплення архетипів є *корпоративні історії, легенди та ритуали,* які формують спільне символічне поле організації. Як зазначали П. Бергер і Т. Лукман, соціальна реальність вибудовується через спільно поділювані смисли. У бізнес-контексті такими смислами стають корпоративні наративи – оповіді про заснування компанії, подолання труднощів, досягнення видатних працівників чи ключові етапи розвитку. Вони перетворюють факти історії організації на метафоричні «притчі» про цінності, місію та сенс спільної діяльності. Ці історії набувають особливої сили, коли збігаються з архетиповими сюжетами, зрозумілими на глибинному рівні: наприклад, популярна оповідь про стартап, що виріс із «гаража двох друзів» у глобальну компанію, повторює універсальний сюжет Шляху Героя – від скромного початку через випробування до успіху. Саме завдяки таким архетипним наративам організаційна культура здобуває емоційний вимір, що забезпечує її сталість і внутрішню згуртованість.

Отже, нові співробітники, знайомлячись з легендою про засновників-ентузіастів, сприймають її не лише як факт з минулого компанії, але й як символічний орієнтир – приклад для наслідування. На несвідомому рівні вони переймають архетип Героя-піонера, закладений у цей наратив, і починають ототожнювати власну діяльність з образом подолання труднощів і досягнення мети. Окрім вербальних історій, важливу роль у закріпленні архетипів відіграють *ритуали та символи*: колек-

тивні збори, церемонії визнання заслуг, корпоративні свята, а також елементи фірмового стилю – емблеми, гасла, кольори. Як довів Е. Дюркгейм, спільні ритуали та свята сприяють формуванню групової єдності, викликають колективні емоції та підтримують символічну систему цінностей, яка є основою згуртованості спільноти.

Сучасні корпорації, хоча формально залишаються світськими інституціями, активно впроваджують ритуали, які виконують психологічну та символічну функцію. Щотижневі наради, святкування досягнення цілей чи запуску нових продуктів – усе це має архетипне підґрунтя, пов'язане з темами ініціації, перемоги над хаосом, жертви заради спільної мети. Так, практика відзначення «співробітника місяця» втілює архетип Героя, який своїми досягненнями надихає колектив, тоді як щорічні корпоративні зльоти з нагородженнями й виступами керівництва нагадують племінні обряди, що зміцнюють відчуття єдності, спільних цінностей і рольових моделей. Через повторення таких ритуалів колектив несвідомо засвоює певну систему образів: хто є героєм, які цінності вшановуються, хто сприймається як «ворог» (наприклад, конкурент як уособлення зовнішнього зла, що згуртовує групу через архетип боротьби Добра зі Злом). В. Тернер у своїх дослідженнях наголошував на тому, що регулярне символічне відтворення міфу у ритуалі сприяє оновленню соціальної структури й підсилює солідарність спільноти. Для організації це означає, що ритуали не лише формалізують корпоративну культуру, але й оживлюють архетипи, роблячи їх частиною щоденного досвіду співробітників.

Вагомий вплив на архетипічний код організації справляє *особистість засновника та перших керівників,* які задають «первинну філософію» компанії. Як зазначає Едгар Шейн, саме вони формують базові припущення, цінності та поведінкові зразки, що з часом стають традицією. Особистість лідера нерідко стає джерелом архетипного сюжету: якщо засновник уособлює архетип Винахідника-Мага, що створює нові ідеї й «перетворює» реальність, то такий дух інновацій надовго закріплюється у корпоративній культурі (як у випадку Стіва Джобса в Apple). Якщо ж керівник проявляє архетип Опікуна, його турбота і довіра формують атмосферу «великої родини». Лідери передають свої цінності через власний приклад, критерії винагород, стиль комунікації, систему відбору та просування кадрів, тобто через символічні управлінські дії, що підкріплюють архетипічну основу культури. Наприклад, керівник-Воїн заохочує сміливість і конкуренцію, формуючи архетип боротьби, тоді як Мудрець інвестує у навчання й розвиток, створюючи образ організації як академії знань. Згодом постать лідера перетворюється на еталон: його вислови стають девізами, стиль – моделлю для наслідування, а рішення – легендами, що формують корпоративну пам'ять. Колектив починає діяти за принципом «як би вчинив засновник», зберігаючи архетип навіть після зміни керівництва. Однак якщо старий архетип перестає відповідати новим умовам, може настати криза, що вимагає «розміфологізації» та переосмислення культурного коду компанії.

Не менш важливим механізмом є *соціалізація нових співробітників*, яка передбачає засвоєння не лише формальних правил, але й неявних архетипних установок. Новачки проходять своєрідну ініціацію: від випробувального терміну до символічного прийняття в команду, що може супроводжуватись врученням корпоративних атрибутів, спільними жартами чи ритуальними посвятами. Як зазначає Н. Медведєва, творче сприйняття професійного середовища завжди проходить крізь архетипні структури, які формують бачення й ціннісні орієнтири людини. Таким чином, соціалізація в корпоративному середовищі – це процес передачі архетипів, що забезпечує спадкоємність культурного коду.

Окрім стихійного формування, у сучасному бізнесі все більшого значення набуває *свідоме конструювання корпоративної міфології та брендових історій.* Маркетологи й топ-менеджмент цілеспрямовано використовують архетипові сюжети, створюючи узгоджену систему символів, наративів і цінностей, що формують як внутрішню культуру компанії, так і її зовнішній образ.

У корпоративному середовищі не всі архетипи діють постійно – деякі з них активізуються лише в особливих обставинах, зокрема під час криз чи змін. Це явище пояснюється феноменом *культурних або колективних комплексів*, описаним Т. Сінгером і С. Кімблзом: група людей може несвідомо підпадати під вплив спільного емоційно насиченого образу, що походить з архетипу. В організаціях це проявляється, наприклад, коли під час загрози чи зовнішнього тиску колектив об'єднується навколо архетипу **Воїна-Захисника**, відчуваючи себе «єдиною фортецею», готовою боротися за виживання. Така мобілізація може бути конструктивною, проте іноді група впадає в комплекс жертви, сприймаючи труднощі як фатальні, шукаючи винних зовні й формуючи образ **Безпомічної Жертви** або **Цапа-відбувайла**. У подібних ситуаціях раціональні аргументи поступаються несвідомим емоційним сценаріям – страху, гніву чи безсиллю, що підживлюють архетипічні сюжети.

Усвідомлення цих динамік дає керівникам змогу своєчасно виявляти деструктивні комплекси та спрямовувати їх у конструктивне русло. Так, якщо команда переживає відчуття поразки або зневіри, лідер може активізувати архетип **Відродження** чи **Перетворення**, розповівши історію успіху після кризи або метафору «фенікса, що постає з попелу». Такі **редемптивні наративи** (як підкреслює Д. Мак-Адамс) допомагають змінити колективну установку з «ми жертви» на «ми герої, які долають труднощі». Вони виступають потужним психологічним інструментом відновлення віри в себе, мотивації та згуртованості.

Отже, формування архетипів у бізнесових структурах – це динамічний процес взаємодії

несвідомих образів і свідомих управлінських стратегій. Архетипи можуть народжуватися спонтанно, через емоційне переживання спільного досвіду, або ж бути цілеспрямовано впровадженими керівництвом через символіку, історії та ритуали. Коли архетип вкорінюється у корпоративній культурі, він стає її смисловим ядром, надає колективу орієнтири, створює спільний міф і підтримує відчуття мети. Як зазначав В. Франкл, люди здатні долати труднощі, якщо бачать у них сенс і відчувають, що служать вищій меті. Так само і в організації – архетипічна система надає роботі глибшого смислу, перетворюючи її на спільний шлях, де кожен учасник бачить себе частиною більшої історії.

**Висновки.** У процесі дослідження встановлено, що архетипи є важливим психологічним механізмом формування цінностей, норм і поведінкових моделей у бізнесових структурах. Вони визначають не лише характер взаємодії між керівниками та підлеглими, але й загальний стиль управління, символічну ідентичність організації та спосіб осмислення її місії. Архетипи пронизують корпоративну культуру через історії, ритуали, символи, традиції та соціалізаційні практики, надаючи організації глибинного смислу й емоційної згуртованості.

Виявлено, що архетипні образи в організаційному середовищі формуються як стихійно – під впливом колективного несвідомого, так і свідомо – через управлінські дії, лідерські приклади та бренд-стратегії. Особистість засновника або керівника нерідко стає джерелом архетипного сценарію, який визначає розвиток компанії та передається наступним поколінням співробітників. Водночас архетипи можуть активізуватися ситуативно – у кризових періодах чи під час трансформацій, набуваючи форми колективних комплексів, що впливають на групову поведінку.

Практичне значення архетипного підходу полягає в тому, що усвідомлення діючих архетипів дає змогу керівникам ефективніше управляти командою, підтримувати мотивацію, формувати автентичне лідерство та створювати корпоративну культуру, засновану на спільних смислах. Цілеспрямоване використання архетипів у внутрішніх і зовнішніх комунікаціях сприяє зміцненню ідентичності бренду, підвищенню лояльності персоналу й клієнтів.

Отже, архетипи виступають своєрідним «психологічним кодом» організації, що об'єднує людей спільною метою, забезпечує спадкоємність цінностей і надає діяльності глибшого змісту. Їх дослідження є перспективним напрямом розвитку організаційної психології, оскільки відкриває нові можливості для розуміння несвідомих процесів, які впливають на ефективність, стабільність і розвиток сучасних бізнесових структур.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Гордійчук О. Архетипи української ментальності: соціально-філософський аналіз. *Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка. Філософські науки*. 2018. Вип. 1 (84), С. 15–19.

2. Донченко О. Архетиповий менеджмент: монографія. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2012. 264 с.

3. Донченко О. Архетипи – спільне в нашому житті (розпізнавання архетипів як шлях до унікальності). *Психологія особистості*. 2011. № 1 (2). С. 170–179.

4. Юнг К.Ґ. Психологічні типи. Київ: Центр навчальної літератури, 2024. 680 с.

5. Jung K.G. Four Archetypes: Mother, Rebirth, Spirit, Trickster. London: Routledge, 2006. 168 p.

6. Cameron K.S., Lavine M. Making the Impossible Possible: Leading Extraordinary Performance. San Francisco: Berrett-Koehler, 2006. 272 p.

7. Cameron K.S., Quinn R.E. Diagnosing and Changing Organizational Culture. 3rd ed. San Francisco: Jossey-Bass, 2011. 256 p.

8. Campbell J. Myths to Live By. New York: Penguin Books, 2011. 288 p.

9. Mark M., Pearson C. S. The Hero and the Outlaw: Building Extraordinary Brands Through the Power of Archetypes. New York: McGraw-Hill, 2001. 384 p.

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 09.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГА ДО РОБОТИ У СФЕРІ СІМЕЙНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ: КЕЙС-АНАЛІЗ

# SPECIFICS OF PROFESSIONAL TRAINING OF PSYCHOLOGISTS FOR WORK IN FAMILY COUNSELING: CASE ANALYSIS

УДК 159.9.07
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.30
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Проскурня А.С.**
к.психол.н., доцентка кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
ORCID ID: 0000-0002-7674-5602

**Гуренко Т.М.**
здобувачка вищої освіти
Інституту післядипломної освіти
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
ORCID ID: 0009-0001-7302-5474

*Стаття присвячена глибокому аналізу особливостей професійної підготовки психолога до роботи у сфері сімейного консультування, що розглядається на прикладі практичного досвіду діяльності фахівця в умовах підприємства, де відсутня штатна психологічна служба. У центрі уваги – питання формування професійних компетентностей, адаптації психолога до специфіки організаційного середовища та пошук ефективних методів взаємодії із клієнтами в контексті сімейних і партнерських стосунків.*

*У дослідженні застосовано комплекс сучасних якісних і кількісних методів: кейс-аналіз, напівструктуровані інтерв'ю, психодіагностичне тестування (зокрема, шкала емпатії Бойка в адаптації Іващенко), а також метод спостереження і використання широкого спектра консультувальних технік – активного слухання, «Я-повідомлень», складання сімейного контракту, технік фасилітації діалогу та підтримки емоційної регуляції.*

*Результати дослідження дозволили виокремити провідні запити клієнтів у процесі сімейного консультування: труднощі в міжособистісній комунікації, проблеми з визначенням і дотриманням особистих кордонів, адаптаційні кризи, а також зниження рівня емоційної близькості. Емпіричні дані засвідчили наявність дисбалансу емпатії між партнерами, що істотно впливає на якість і стабільність взаємин. Найефективнішими підходами виявилися ті, що сприяють розвитку емоційної чутливості, формуванню навичок усвідомленого спілкування та підтриманню здорових психологічних меж у парі. Отримані результати підтверджують, що підготовка психолога до сімейного консультування має базуватися на практико-орієнтованій моделі навчання, яка поєднує теоретичні знання з активною професійною рефлексією, етичністю та міждисциплінарним підходом. Робота в умовах автономної практики, без інституційної підтримки, продемонструвала важливість розвитку гнучкості, емоційної стійкості та здатності до саморегуляції. Такий досвід є цінною платформою для становлення професійної ідентичності психолога, формування його компетентності, емпатійності та здатності ефективно діяти у кризових ситуаціях.*

**Ключові слова:** *професійна ідентичність, консультування подружніх пар, емоційна чутливість, етична компетентність, кейс-аналіз.*

*The article is devoted to an in-depth analysis of the specifics of professional training of psychologists for work in the field of family counselling, considered on the basis of practical experience of a specialist working in an enterprise where there is no full-time psychological service. The focus is on the formation of professional competencies, the adaptation of psychologists to the specifics of the organisational environment, and the search for effective methods of interacting with clients in the context of family and partner relationships.*

*The study uses a combination of modern qualitative and quantitative methods: case analysis, semi-structured interviews, psychodiagnostic testing (in particular, Boiko's empathy scale adapted by Ivashchenko), as well as observation and the use of a wide range of counselling techniques – active listening, "'self-messages", drawing up a family contract, dialogue facilitation techniques and emotional regulation support.*

*The results of the study allowed us to identify the leading client requests in the process of family counselling: difficulties in interpersonal communication, problems with defining and maintaining personal boundaries, adaptation crises, and a decrease in emotional intimacy. Empirical results showed an imbalance of empathy between partners, which significantly affects the quality and stability of relationships. The most effective approaches were those that promote the development of emotional sensitivity, the formation of conscious communication skills, and the maintenance of healthy psychological boundaries in a couple. The results confirm that the training of psychologists for family counselling should be based on a practice-oriented learning model that combines theoretical knowledge with active professional reflection, ethics, and an interdisciplinary approach. Working in an autonomous practice, without institutional support, demonstrated the importance of developing flexibility, emotional stability, and the ability to self-regulate. Such experience is a valuable platform for the formation of a psychologist's professional identity, competence, empathy, and ability to act effectively in crisis situations.*

**Key words:** *professional identity, couple counseling, emotional sensitivity, ethical competence, case analysis.*

Сучасна соціальна ситуація в Україні супроводжується зростанням числа розлучень, посиленням психологічних труднощів у родинах і нестабільністю соціальних зв'язків. За даними Державної служби статистики України, у 2024 р. було зареєстровано приблизно 120 тис. шлюбів і понад 54 тис. розлучень, а за прогнозами на 2025 р. кількість офіційних розлучень може перевищити 60 тис. Ці показники не охоплюють розпаду цивільних (незареєстрованих) шлюбів, які, за оцінками соціологів, становлять до 25–30% партнерських союзів і демонструють подібні динаміки розривів. Узагальнені дані свідчать, що з кожних 100 створених пар (офіційних чи неофіційних) приблизно 60 розпадаються протягом перших 10 років спільного життя [3].

У зв'язку із цим підвищується потреба у кваліфікованих фахівцях у сфері сімейного консультування, здатних надавати ефективну допомогу партнерам у подоланні кризових ситуацій. Осо-

бливу актуальність проблема набуває в умовах, де психологічна підтримка не є інституціоналізованою, наприклад у виробничих колективах без штатних психологів. У таких умовах майбутні фахівці мають змогу отримати унікальний досвід, реалізовуючи професійні функції самостійно.

Метою статті є наукове узагальнення результатів практичної діяльності із сімейного консультування в умовах виробничого середовища, а також аналіз ключових компонентів професійної підготовки психолога до такої діяльності. Представлено поєднання теоретичних положень і практичного аналізу кейсів, а також кількісних результатів психодіагностики (зокрема, за шкалою емпатії Бойка в адаптації Іващенко).

**Теоретичне обґрунтування проблеми.** Професійна підготовка психолога до роботи у сфері сімейного консультування охоплює як фундаментальні знання загальної психології, так і спеціалізовані компетенції, орієнтовані на роботу з парою або сімейною системою. Особливості такої підготовки пов'язані з високим рівнем емоційної складності консультування, необхідністю системного бачення проблеми, а також готовністю до роботи з конфліктними та травматичними темами.

Сучасні дослідження підкреслюють важливість комплексної підготовки психологів до роботи з подружніми парами, що включає розвиток емпатії, етичної рефлексії та інтеграцію теорії із практикою. Зокрема, Г. Франк [12] доводить, що найбільш ефективними моделями навчання є ті, що поєднують теоретичну базу із супервізією та підтримкою після навчання. К. Фаєрборн [13, с. 373–378] також зазначає, що рівень терапевтичної компетентності прямо впливає на якість психологічної допомоги. Методологічну цінність кейс-стаді як інструменту аналізу у сфері сімейного консультування підтверджують Дж. Сміт [14, с. 457–474] та Р. Робінсон [15, с. 66–83], які демонструють глибину дослідження міжособистісної динаміки в межах конкретних випадків. Це узгоджується з позицією Т. Едвардса [16, с. 66–78], що вказує на значущість індивідуального кейсу як джерела наукового узагальнення в системній терапії.

Отже, така підготовка має міждисциплінарний характер і охоплює знання із загальної психології, психотерапії, етики, педагогіки, конфліктології та права.

До ключових компетенцій сімейного психолога належать:

– організаційні (планування процесу консультування, ведення документації, узгодження цілей і форм роботи та структурування динаміки сесій загалом);

– психодіагностичні (підбір і застосування валідних методик), інтерпретація даних;

– інтервенційні (техніки фасилітації, активного слухання, «Я-повідомлень», «тайм-аутів», «діалог про очікування», метод «сімейного контракту» та інші);

– комунікативні (активне слухання та вміння будувати довірливий діалог, модерація конфліктів, вербальна/невербальна чутливість);

– етичні (конфіденційність, нейтральність, етичне скерування та прозорість у межах професійних ролей);

– просвітницькі (проведення лекцій і тренінгів, формування психологічної культури та створення освітніх матеріалів для клієнтів).

Особливої ваги набуває опанування системного підходу, який дозволяє психологу бачити сім'ю як єдину комунікативну систему, а не як набір індивідів. Основні принципи цього підходу – гіпотетичність, циркулярність, нейтральність, акцент на взаємодії та змінах у патернах поведінки – визначають суть сімейного консультування.

Отже, ефективна підготовка сімейного психолога має забезпечити інтеграцію теоретичних знань, практичних навичок і етичних орієнтирів у єдиній професійній системі, що дозволяє ефективно реагувати на складні запити клієнтів у сімейному контексті.

**Методологія та методи.** Емпіричне дослідження здійснювалося на базі ТОВ «НВО «Точні механізми»», де відсутня штатна психологічна служба. У дослідженні брали участь 18 осіб – 9 працівників підприємства та 9 представників їхніх сімей, які погодилися на психологічне консультування. За методологічний інструментарій було використано:

– напівструктуровані інтерв'ю для виявлення запиту й особливостей міжособистісної взаємодії;

– невербальне спостереження під час взаємодії (мова тіла, зоровий контакт, рівень напруги);

– психодіагностичну методику: шкалу емпатії Бойка в адаптації Іващенко;

– комплекс психологічних технік: «Я-висловлювання», «тайм-аут», «сімейний контракт», «сенсорна десенсибілізація», «діалог очікувань», «колесо життєвого балансу», методику фасилітації розмови про втрати та ресурси тощо;

– елементи кейс-аналізу сімейних ситуацій.

Форма роботи: індивідуальні та парні консультації. Фіксація динаміки змін здійснювалася за допомогою робочих щоденників, інтерпретації тестових результатів і аналізу змін у самоподачі й комунікації партнерів. Збір кількісних і якісних даних дозволив поєднати суб'єктивну рефлексію з об'єктивними емпіричними показниками.

Короткий опис кейсів:

Кейс 1. Відновлення зв'язку: коли мовчання роз'єднує. Подружжя, що жило поруч без тепла. Застосування методик відновлення довіри, пошуку «мов любові» та вправ на встановлення кордонів допомогло відновити близькість через діалог, рефлексію та емпатію.

Кейс 2. Батьки vs підліток: війна ґаджетів і стратегій. Конфлікти у вихованні доньки через відсутність єдиної команди. Сімейний контракт, активне слухання та встановлення правил змінили атмосферу, перетворивши батьків на союзників.

Кейси 3–5. Повернення з війни: як не принести війну додому. Історії чоловіків, які повернулись із фронту та зіткнулися з агресією, роздратуванням і замиканням у собі. Робота з родинами включала техніки саморегуляції, сенсорної десенсибілізації та розмежування ролей, підкреслюючи важливість сім'ї як тилу та необхідність захисту ментального здоров'я ветеранів.

Кейс 6. Порожнеча після дітей: коли життя втрачає сенс. Жінка, яка присвятила життя дітям, відчувала себе непотрібною. Спільний пошук ресурсів, смислів і нових цілей допоміг їй відкрити для себе нову свободу та потенціал.

Кейс 7. Коли мама не відпускає. Класичний кейс української сім'ї, де син не міг вийти з ролі підлітка через вплив матері. Робота з розмежуванням ролей, асертивністю та діалогом про пріоритети пари допомогла чоловіку взяти відповідальність за своє подружжя.

Кейс 8. Бюджет як поле бою. Гроші як засіб контролю в сім'ї. Відкритий діалог, спільне планування та переосмислення ролей сприяли побудові рівноправних стосунків, де кожен партнер мав право голосу.

Кейс 9. Інтимність і згода: де межа? Кейс, що торкнувся делікатних тем особистих кордонів, згоди та сексуальності в подружжі. Навчання асертивної комунікації та відновлення емоційного зв'язку допомогли парі налагодити близькість без примусу, підтверджуючи, що психологічна робота, хоч і не завжди комфортна, завжди ґрунтується на повазі.

**Результати та дискусії.** Аналіз кейсів показав, що сімейне консультування – це подвійна відповідальність і подвійна глибина, оскільки психолог працює із двома людьми, двома поглядами на проблему та двома різними світами. Це вдвічі більше інформації, емоцій і викликів, що робить його найкращою школою для становлення сімейного консультанта.

Важливим спостереженням під час аналізу кейсів стала часта поява питань дотримання особистих кордонів у більшості звернень – від проблем інтимності до контролю з боку батьків або партнерів. Це спонукало до проведення просвітницького заходу на тему особистих кордонів для працівників підприємства, з використанням, зокрема, принципів, викладених у праці Недри Гловер Тавваб [8, с. 247–250].

Проаналізовані кейси демонструють розмаїття викликів, з якими стикаються сучасні сім'ї (див. табл. 1).

Як видно з таблиці, проблеми комунікації та емоційного зв'язку є найбільш поширеними, пронизують більшість кейсів. Це підкреслює їхню центральну роль у дисфункції сімейних систем. Значну частку також становлять адаптаційні кризи, пов'язані зі змінами життєвого циклу сім'ї та зовнішніми чинниками (війна, вихід дітей).

Для роботи із цими проблемами застосовувався інтегрований підхід, що поєднував різні психологічні школи та конкретні методики. Основу становили системний, гуманістичний і психодинамічний підходи, що дозволяє бачити сім'ю як цілісну систему, зберігати емпатію та враховувати глибинні мотиви поведінки (див. табл. 2).

Отже, комунікативні та діалогові техніки є основними інструментами в роботі сімейного

Таблиця 1

**Найпоширеніші запити в умовах сімейного консультування**

| Проблемна зона | Кейси, де проявляється | Кількість кейсів |
|---|---|---|
| Комунікація та емоційний зв'язок | 1, 3, 4, 6, 7, 8, 9 | 7 |
| Виховання дітей та конфлікти батьки – діти | 2, 4, 6, 7 | 4 |
| Адаптація до змін/життєвих криз | 3, 4, 5, 6, 7 | 5 |
| Втрата ідентичності/сенсу життя | 6, 7 | 2 |
| Проблеми довіри, контролю та ревнощів | 6, 7, 8, 9 | 4 |
| Фінансова нерівність/залежність | 8 | 1 |
| Інтимні стосунки та тілесні кордони | 9 | 1 |
| Міжгенераційні конфлікти | 7 | 1 |

Таблиця 2

**Техніки, що використовувалися у процесі сімейного консультування**

| Категорія технік | Приклади технік | Кількість кейсів, де застосовувались |
|---|---|---|
| Когнітивно-поведінкові й орієнтовані на рішення | Сімейний договір, система заохочень/наслідків, саморегуляція, тайм-аут | 4 |
| Робота з кордонами та ролями | Встановлення особистих кордонів, розмежування ролей, асертивність | 5 |
| Гуманістичні й емоційно фокусовані | «П'ять мов любові», відновлення емоційного зв'язку, прийняття, пошук ресурсів | 4 |
| Специфічні (залежно від проблеми) | Сенсорна десенсибілізація (для чутливості до звуків), фінансове планування, планування самореалізації, діалог про згоду | 3 |

психолога, що цілком логічно, зважаючи на поширеність комунікаційних проблем. Техніки, пов'язані з особистими кордонами, ролями й адаптацією, також становили значну частку, що відображає важливість структурної та адаптаційної роботи в сімейній терапії, були дуже важливими.

У процесі консультацій парам було запропоновано пройти тест на емпатію. Адже емпатія є важливою умовою ефективного сімейного консультування, оскільки впливає на здатність розуміти й підтримувати партнера. Метою було визначення когнітивної та емоційної емпатії в кожного з учасників за допомогою шкали емпатійних тенденцій. Вибірка охопила 18 осіб – 9 працівників і 9 партнерів, які представляють ситуації, описані в кейсах. Отримані результати дозволяють виявити дисбаланс емпатійних рівнів у парах і сформувати рекомендації щодо підвищення емоційної чутливості в родинному та робочому середовищі (див. табл. 3).

У процесі діагностики встановлено, що середній бал серед працівників: когнітивна емпатія: 10,0; емоційна емпатія: 10,7; загальний бал: 20,7. Середній бал серед «партнерів»: когнітивна емпатія: 11,8; емоційна емпатія: 13,1; загальний бал: 24,9.

Узагальнений аналіз показує, що працівники, які демонструють деструктивні або авторитарні патерни (кейси 1, 6, 9), мають значно нижчі прогнозовані показники емпатії. Їхні партнери, навпаки, – здебільшого емоційно чутливі, що створює конфлікт емпатійних рівнів у парі. Найбільший контраст спостерігається в кейсах з порушенням тілесних меж, батьківським втручанням і патерналізмом.

**Висновки.** Аналіз результатів емпіричного дослідження дозволяє сформувати узагальнене

Таблиця 3

**Вираженість когнітивної та емоційної емпатії досліджуваних**

| № | Роль | Кейс | Когнітивна емпатія | Емоційна емпатія | Загальний бал | Коментар відповідальності кейсу |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Працівник | 1 | 8 | 9 | 17 | Авторитарність, низька емпатія (прогнозовано) |
| 2 | Дружина | 1 | 11 | 13 | 24 | Жертва контролю, чутливість (прогнозовано) |
| 3 | Працівник | 2 | 12 | 13 | 25 | Активна участь у конфлікті (прогнозовано) |
| 4 | Дружина | 2 | 11 | 12 | 23 | Занепокоєння через дитину (прогнозовано) |
| 5 | Працівник | 3 | 10 | 10 | 20 | Вигорання, низька чутливість (прогнозовано) |
| 6 | Дружина | 3 | 13 | 13 | 26 | Співпереживання, висока емпатія (прогнозовано) |
| 7 | Працівник | 4 | 11 | 12 | 23 | Батько, шукає контакт (прогнозовано) |
| 8 | Дружина | 4 | 10 | 14 | 24 | Тривожність, емоційність (прогнозовано) |
| 9 | Працівник | 5 | 13 | 13 | 26 | Структурує сім'ю (прогнозовано) |
| 10 | Дружина | 5 | 12 | 14 | 26 | Підтримує зміни (прогнозовано) |
| 11 | Працівник | 6 | 12 | 13 | 25 | Чоловік з історією зрад і авторитарності, шукає вихід з напруги (прогнозовано) |
| 12 | Дружина | 6 | 11 | 12 | 23 | Дружина, що страждає від зрад і «порожнього гнізда», емоційно виснажена (прогнозовано) |
| 13 | Працівник | 7 | 10 | 9 | 19 | Мати-ревнителька (прогнозовано) |
| 14 | Невістка | 7 | 13 | 14 | 27 | Захищає межі (прогнозовано) |
| 15 | Працівник | 8 | 10 | 11 | 21 | Не визнає ролі дружини (прогнозовано) |
| 16 | Дружина | 8 | 12 | 13 | 25 | Бореться за рівність (прогнозовано) |
| 17 | Працівник | 9 | 8 | 9 | 17 | Ігнорує згоду, тиск (прогнозовано) |
| 18 | Дружина | 9 | 13 | 14 | 27 | Вразливість, тілесна чутливість (прогнозовано) |

уявлення про ключові особливості професійної підготовки психолога до роботи у сфері сімейного консультування. Порівняння даних із літературних джерел, кейс-аналізів та інструментального дослідження емпатії дозволяє зробити такі висновки:

– 60% потенційних звернень (на основі аналізу кейсів) демонструють середній рівень емпатії у взаємодії між партнерами;

– 70% ситуацій характеризуються невмінням розмежовувати особисті судження та професійну роль**,** що ускладнює конструктивну взаємодію в парі;

– 80% кейсів вказують на потребу у тренінгах із конфліктології, встановлення та дотримання особистих кордонів, що є надзвичайно актуальним для працівників і членів їхніх родин.

Ці дані засвідчують потребу в розширенні психолого-педагогічної освіти в напрямі роботи з подружніми парами, розлученнями та міжпоколіннєвими конфліктами. Досвід практичної роботи підтвердив: саме поєднання емпатії, етичного скерування та системного підходу створює ефективну основу для якісного сімейного консультування.

Інтерпретація отриманих результатів свідчить, що базової університетської підготовки, хоч вона й забезпечує фундаментальні знання, не досить для повноцінної роботи сімейного психолога.

Консультування подружніх пар потребує:

– глибшого розуміння системних процесів у сім'ї;

– здатності працювати з етичними дилемами;

– розвитку особистісних якостей: емпатії, саморегуляції, адекватної самооцінки**.**

Ефективна підготовка має включати не лише теоретичні курси, а й інтенсивні практичні модулі, супервізію, тренінги емоційної чутливості та комунікаційної компетентності**.**

На основі аналізу кейсів можна виділити кілька ключових висновків щодо ефективності застосованих методик:

універсальність комунікативних навичок. Техніки «активного слухання», «Я-повідомлень» застосовувались майже в кожному кейсі, що засвідчує їхню центральну роль у сімейному консультуванні;

адаптивність до запиту. Успішно адаптувати методики під конкретні ситуації:

а) «Сімейний договір» – у разі конфліктів виховання;

б) «Сенсорна десенсибілізація» – для ветеранів із ПТСР;

в) «Фінансове планування» – у разі конфліктів щодо бюджету;

г) «Діалог про згоду» – в інтимних сферах;

– етична чутливість. Усі випадки вимагали нейтральності, тактовності та дотримання меж, особливо в роботі з ревнощами, зрадою, емоційною відстороненістю (наприклад, Кейси 6 і 9).

Виявлено, що найпоширенішою проблемою була комунікація між партнерами. Комунікативні труднощі, зокрема емоційне віддалення, непорозуміння та мовчазна напруга, спостерігались у 7 із 9 кейсів.

Найефективнішими техніками виявились ті, що працюють з емоційним зв'язком і особистими межами. Проблема особистих кордонів, злиття ролей або, навпаки, жорсткої дистанції спостерігалась у 77% випадків.

Найгострішим викликом стала відсутність диференціації між суб'єктивними емоціями й об'єктивним аналізом ситуації. Клієнти часто ототожнювали власні емоції (страх, образа, злість) з реальністю, що спричиняло конфлікти, взаємні звинувачення і захисні реакції.

Отже, для забезпечення якісної підготовки сімейних психологів в умовах сучасних соціальних викликів варто посилювати практичний складник навчання, упроваджувати інтервізійні та супервізійні модулі**,** а також формувати у студентів навички роботи у кризових, непередбачуваних умовах**,** як-от на підприємствах без штатної психологічної служби.

Таким чином, ефективна підготовка сімейного психолога – це не лише передача знань, а й формування професійної чутливості, готовності до складних етичних виборів і впевненості в роботі із сім'єю як найделікатнішою формою психотерапевтичної взаємодії.

Результати дослідження можуть бути використані для вдосконалення навчальних програм із сімейного консультування, зокрема в розділах практичної підготовки, супервізії та інтервенційних технік, структурування практичної підготовки в ЗВО.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Васильєва Н.І. Психологія сім'ї. Київ, 2019. 236 с.

2. Гуменюк І.О. Сімейне консультування: теорія і практика. Київ, 2021. 248 с.

3. Кількість зареєстрованих шлюбів та розлучень в Україні. *Державна служба статистики України.* 2024. URL: https://www.ukrstat.gov.ua

4. Про психологічну допомогу : Закон України № 1234–VIII від 01.01.2021 р. *Офіційний вісник України.* 2021. 9 с.

5. Іващенко Л.Ю. Психодіагностика емпатії: адаптація шкали В. Бойка. *Психологічний журнал.* 2012. Т. 3. № 1. С. 45–51.

6. Прогноз динаміки шлюбно-розлучних процесів на 2025 р. : аналітична записка / Інститут демографії НАН України. Київ, 2024.

7. Професійний стандарт сімейного консультанта / Національна асоціація сімейних психологів України. Київ, 2022.

8. Недра Гловер Тавваб Н. Особисті кордони. Посібник зі спокійного життя без травм і комплексів. Харків : Vivat, 2023. 304 с.

9. Соловей І.І. Динаміка стабільності партнерських відносин в Україні: шлюб, розлучення, співжиття. *Науковий вісник Східноєвропейського університету*. 2023. № 4. С. 21–29.

10. Цільмак О.М., Лєфтеров В.О. Психологія сім'ї та шлюбу: таблиці, схеми, коментарі : навчально-наочний підручник. Київ : Ліра-К, 2020.

11. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice. New York : Jason Aronson, 1978. 584 p.

12. Frank H.E., Becker-Haimes E.M., Kendall P.C. Therapist training in evidence-based interventions for mental health: A systematic review of training approaches and outcomes. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2020. Vol. 27. №. 3. Art. e12330.

13. Fairburn C.G., Cooper Z., O'Connor M.E. Therapist competence, therapy quality, and therapist training. *Behaviour Research and Therapy*. 2011. Vol. 49. № № 6–7. P. 373–378.

14. Smith J.A., Adlam J., Bevington D. A case study of virtually delivered emotion-focused family therapy: Clinical and relational change through digital means. *Journal of Marital and Family Therapy.* 2023. Vol. 49. № 2. P. 457–474.

15. Robinson R. Systemic family therapy through the eyes of a clinical psychologist in training: A reflexive case account. *Journal of Family Therapy*. 2025. Vol. 47. № 1. P. 66–83.

16. Edwards T.M., Wetchler J.L. Bridging systemic research and practice: Evidence-based case study methods in couple and family psychology. *Couple and Family Psychology: Research and Practice.* 2012. Vol. 1. № 1. P. 66–78.

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 10.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ

# THE MOTIVATIONAL COMPONENT OF PROFESSIONAL TRAINING FOR PSYCHOLOGISTS

УДК 378.015.3:005.32:159.9
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.31
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Тимченко А.А.**
к.пед.н., доцент, доцент кафедри початкової освіти
Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
ORCID ID: 0000-0002-2483-4320

*Стаття присвячена мотивації досягнень особистості з позиції філософії, акмеології, психології. У статті зазначається, що мотивація – це комплекс зовнішніх і внутрішніх чинників, які спонукають людину до активності, визначають її межі та способи реалізації, а також задають їй напрям, спрямований на досягнення очікуваних результатів. Підкреслюється, що саме потреби формують мотиви діяльності.*

*Автор наголошує, що відчуття захищеності, комфорту й радості, створення позитивного мікроклімату й інтересу до творчих завдань є невід'ємними умовами для ефективного освітнього процесу й формування належної мотивації в майбутніх психологів до професійної роботи. Дослідниця підкреслює, що важливим компонентом мотивації (за концепціями Т. Еллерса, Д. Мак-Клелланда, Х. Хекхаузена) виступає прагнення до досягнень і одночасне намагання уникати невдач.*

*Також у статті розглядається мотивація професійної підготовки психологів як наслідок поєднання освіти та самоосвіти. Вона визначається рівнем знань, практичних умінь, досвідом, особистісними здібностями, прагненням до постійного розвитку й креативним ставленням до роботи. Доведено існування синергетичного взаємозв'язку між самоактуалізацією та компетентністю: чим вищий рівень самоефективності, тим більшою є зацікавленість у нових знаннях і діяльності, які формують досвід і професійну компетентність; зі зростанням компетентності підвищується самооцінка, отже, і самоефективність.*

*Підкреслюється, що потенціал професійної підготовки психологів відображає рівень розкриття сутнісних сил особистості та ціннісних орієнтацій, яких вона дотримується (усвідомлення власної позиції, засвоєння найкращих надбань людської культури й практики, підвищення соціальної відповідальності тощо). Акцентовано спрямованість майбутнього фахівця на саморозвиток, засвоєння суб'єктивного ціннісного досвіду співпраці, рефлексії, конструктивної міжособистісної взаємодії, що базується на толерантності. Для цього потрібні ґрунтовні психологічні знання та вміння застосовувати їх на практиці в різних інноваційних формах і в нових умовах виконання професійних завдань.*

**Ключові слова:** *особистість, мотивація, самоактуалізація, психолог, професійна діяльність, успіх, мотивація досягнень.*

*The article is devoted to the motivation of personal achievements from the perspective of philosophy, acmeology, and psychology. The article clarifies that motivation is a combination of internal and external factors that prompt a person to act, determine the limits and forms of their actions, and give them a direction focused on achieving certain goals. It has been proven that needs generate motives for activity.*

*The author of the article determines that feelings of comfort, security and joy, a positive microclimate and interest in creative activity are the characteristics without which effective educational activity and optimal motivation of future psychologists to engage in professional activity are impossible. The researcher notes that an important aspect of motivation (according to T. Ellers, D. McClelland, and H. Heckhausen) is the desire for success and the desire to avoid failure.*

*The article also reveals that the motivation for professional training of psychologists is considered as a result of professional education and self-education, characterised by the level of relevant knowledge and skills, experience, individual abilities, the desire for continuous self-improvement, and a creative approach to work. It has been proven that there is a certain synergistic relationship between self-actualisation and competence, since the higher the self-efficacy of a person, the greater their thirst for knowledge and actions that provide them with experience and competence; the greater the competence of a person, the higher their self-esteem and, consequently, their self-efficacy.*

*The article states that the potential of professional training of psychologists qualitatively reproduces the level of realisation of the essential forces of the personality, the system of values that it professes (the formation of a personal position, the study and reproduction of the best examples of human activity, the increase of social responsibility, etc.), reflects their focus on self-improvement, mastery of the subjective value experience of cooperation, reflection, effective interpersonal interaction based on the establishment of tolerant relations, which requires deep psychological knowledge and the ability to use it in practice in various innovative forms and in new conditions while performing their professional tasks.*

**Key words:** *personality, motivation, self-actualisation, psychologist, professional activity, success, achievement motivation.*

**Актуальність.** Серед ключових чинників, що стимулюють людину до активності в різних сферах життя, провідну роль відіграють саме мотиваційні. Вони мають особливе значення і у професійній діяльності особистості. Саме мотивація визначає рівень професіоналізму, результативність та ефективність роботи.

Проблема мотивації вже тривалий час привертає увагу вітчизняних і зарубіжних дослідників. Її вивченню присвячені праці А. Альберта, Л. Безтелесної, У. Бреддіка, О. Виханського, Ф. Герцберга, С. Каверіна, Л. Карамушки, А. Карпова, Р. Кричевського, М. Мескона, Е. Молла, А. Наумова, В. Олійника й інших учених.

Навчання на спеціальності «Психологія» вимагає від студентів якісних знань з анатомії та фізіології, філософії та соціології, культурології. Водночас майбутній психолог має бути милосердним

і чуйним, володіти високим рівнем емпатії, емоційним інтелектом і креативністю. Психолог має бути нейтральним, пропонувати майбутнім клієнтам альтернативні шлях виходу із криз, уміти підтримати й надати слушні рекомендації. Проте найголовнішою домінантою, безумовно, є мотиваційний складник професійної підготовки психологів.

**Метою** статті є обґрунтування ролі та сутності мотиваційних складників у професійній підготовці майбутніх психологів.

**Виклад основного матеріалу.** До провідних характеристик особистості належать свобода, відповідальність і творчість. Саме вони визначають її внутрішній світ, емоційно-почуттєву сферу й водночас виконують функцію регуляторів поведінки. Ми вважаємо, що особистість – це передусім людина, яка має творчий потенціал. Абсолютною цінністю людина є від початку, однак спершу лише в потенційному вимірі. З розвитком історії вона утверджується як абсолютна цінність у реальному сенсі. Звідси випливає, що самореалізація все частіше виявляється саме у професійній сфері чи в її окремих проявах.

Зарубіжні психологи здебільшого переконані, що сутність особистості найповніше розкривається у процесі соціальної взаємодії та широкого міжособистісного спілкування. Життя індивіда неможливо уявити без комунікації – як внутрішньої (із самим собою), так і зовнішньої (з іншими). Саме тому формування мотиваційної сфери у структурі особистості відіграє ключову роль у досягненні нею значущих результатів.

У філософському аспекті Г. Оллпорт наголошував: «Особистість визначається основними життєвими цілями, які надають сенсу її існуванню та спрямовують поведінку; сталі цілі забезпечують стійкість до негативних впливів і допомагають долати труднощі» [1, с. 75].

Ми поділяємо цю думку, оскільки переконані: людина не лише живе, але й здатна оцінювати своє життя загалом і власне зокрема. Сенс буття виступає фундаментальним атрибутом особистості. Він не сумісний з егоїзмом чи відмовою від відповідальності перед світом та іншими людьми. Якщо ж життєві інтереси зводяться лише до власної персони, сенс втрачається, настає відчуття порожнечі й песимізму. Чим ширші зв'язки особистості з іншими людьми та суспільством, тим повніше її існування. Як слушно відзначав А. Ейнштейн, людина, що не відчуває сенсу життя, є не лише нещасливою, але й малоенергійною [6, с. 33].

Отже, сенс життя знаходить вираження у світогляді. Кожна людина повинна мати власну мету, до якої прагне. «Той, хто має для чого жити, витримає майже будь-які умови», – зазначав Ф. Ніцше [6, с. 89]. Тобто чим більше людина сприймає життя як шлях до реалізації поставлених завдань, тим цікавішим воно для неї є.

Значним чинником смисложиттєвої сфери виступає рівень домагань у професійній діяльності, де кожен проявляє власну унікальність. І. Бех стверджує, що особистість може розвиватися лише самостійно. Усе здобуте нею проходить крізь призму індивідуальної своєрідності, а тому ніхто не здатен «створити» чи «сформувати» її зовні. Можна лише активізувати власну активність і діяльність людини [2, с. 43].

У процесі досліджень мотивації досягнень зарубіжні науковці (Т. Еллерс, Д. Мак-Клелланд, Х. Хекхаузен) виокремили дві незалежні тенденції: прагнення до успіху й прагнення уникнути поразки. Завдяки експериментам вони дійшли висновку, що «результативність діяльності людини визначається трьома факторами: силою мотивації (прагненням до успіху), наявністю цінностей досягнення в системі цінностей особистості й оволодінням необхідними знаннями й уміннями» [1].

Щоб краще зрозуміти сутність поняття «мотивація», звернемося до його походження. Уперше цей термін застосував А. Шопенгауер, пояснюючи причини поведінки людини. Він зазначав: «Мотиви – це причини, видимі зсередини», адже кожен із нас, коли ухвалює рішення, відчуває їх як внутрішню волю, яка проявляється в учинках і діях [7, с. 16]. У загальному сенсі мотивація трактується як «сила, стимул чи вплив», що спонукає особистість або її організм діяти та реагувати.

Визначати мотивацію – означає з'ясувати, яким чином людина сприймає навколишню дійсність та власну роль у ній, як внутрішньо вибудовує ситуацію, які має потреби, цілі, ціннісні орієнтири, особливості мислення й сприйняття, емоційні стани тощо. Мотиваційна сфера особистості є складним явищем, пов'язаним насамперед із багатогранністю психічної організації та перебігом психічних процесів, що впливають на всі прояви активності індивіда. Водночас вони не завжди безпосередньо відображаються у зовнішньо спостережуваних учинках, а часто існують у формі внутрішніх переживань, мисленнєвих актів, ухвалення рішень, окремих моделей поведінки чи навіть бездіяльності.

Людська природа поєднує в собі суперечності, тому мотиви діяльності нерідко виглядають нелогічними або цілковито ірраціональними. Водночас індивід є соціальною істотою із власними потребами, особистісно-психологічними характеристиками, настановами, ціннісними орієнтаціями та світоглядом. Усі ці складники суттєво впливають на природу мотивації досягнень. З погляду психології мотивація постає ключем до глибшого розуміння особистості, її внутрішнього світу й емоційного супроводу, що виникає на шляху до поставленої мети. Водночас мотивація розглядається і як процес, який пояснює актуальну поведінку людини.

У сучасному тлумачному психологічному словнику мотивація визначається як «процес спонукання індивіда до виконання певних дій чи вчинків, що є складним актом, який передбачає аналіз та оцінку можливих варіантів вибору й ухвалення рішень» [8, с. 91].

Уважаємо вдалою і слушною для нашого дослідження теорію мотивації німецького психолога

Х. Хекхаузена, який наголосив, що «мотиви формуються у процесі індивідуального розвитку як стійкі оцінювальні диспозиції, тому в різних людей можливі різні ієрархії мотивів, але поведінка мотивується найсильнішими, тобто смислоутворювальними» [7]. Варто наголосити, що на різних вікових етапах розвитку особистості домінують різні мотиви. Отже, домінування одних мотивів над іншими зумовлює спрямованість особистості.

На думку американського дослідника Дж. Аткінсона, рівень мотивації визначається трьома основними чинниками:

– активізацією базових мотивів чи потреб;

– особистісними очікуваннями щодо досягнення успіху;

– привабливістю та значущістю поставлених цілей [4, с. 34].

Проблематика професійної мотивації особистості охоплює опис її структури, механізмів і динаміки функціонування мотивації досягнення. Це явище як мотиваційно-смислове утворення виявляється у спрямованості на результат і успіх, у вірі людини у власні сили, в усвідомленні значущості будь-якої діяльності, у наполегливості на шляху до мети, здатності до самокритики та самостійності [4, с. 44].

Мотивація досягнень сприяє реалістичному визначенню цілей, підтримує надію на позитивний результат, стимулює постійне самовдосконалення та підвищення ефективності праці завдяки розвитку пізнавальної активності та зростанню працездатності. Відомо, що життєві результати людини лише на 20–30% залежать від рівня інтелекту, тоді як 70–80% зумовлені мотивами, які регулюють її поведінку [5].

Концепт «мотивація досягнень» уперше був уведений Г. Мюрреєм, який визначав його як «узагальнену потребу», що виявляється у прагненні спрямовувати зусилля на досягнення мети. Учений наголошував, що йдеться саме про процес: одні індивіди наполегливо рухаються до результату, інколи навіть за допомогою сумнівних чи негуманних засобів, тоді як інші постійно вагаються та втрачають можливості [5, с. 89]. У цьому контексті доречно згадати поняття «каузальної атрибуції» – висновків людини щодо причин власних чи чужих учинків, які пояснюють як успіхи, так і невдачі.

Серед провідних концепцій вивчення мотивації традиційно виокремлюють три підходи:

– традиційну модель (мотивація як мета);

– модель «Школи людських відносин»;

– модель «Школи людських ресурсів».

Ми поділяємо позицію Е. Десі, який уважає, що важливим різновидом мотивації, необхідної для гармонійного розвитку особистості, є внутрішня мотивація [9]. І це справді так, адже саме внутрішня мотивація виступає основним рушієм процесу самоактуалізації. Не менш значущою для розуміння сутності мотиваційних процесів є Піраміда потреб А. Маслоу. Очевидно, що лише та особистість, яка має високий рівень внутрішньої мотивації, здатна до повноцінного саморозвитку та вдосконалення власного образу «Я». У кожної людини існують різні способи реалізації «Я-образу», різні стратегії засвоєння дійсності шляхом віднесення її до себе як до джерела активності.

У цьому контексті варто зазначити, що самосвідомість – відносно пізній продукт розвитку свідомості. Учені виокремлюють низку щаблів розвитку індивіда – від «наївного невідання щодо себе до поглибленого самопізнання, саморозвитку й самооцінки». Структурне ядро самосвідомості – ціннісні орієнтації, які формуються на різних етапах онтогенезу й спрямовують структурні ланки самосвідомості. Позитивним моментом загальної концепції мотивації є спроба розглядати становлення «образу-Я» як цілісності, визначення зв'язку «образу-Я» із ціннісними орієнтаціями (які, щоправда, розглядаються тільки в ментальному аспекті).

Мотивація досягнень, подібно до творчого процесу, посилюється в умовах психологічного комфорту, підтримки та позитивних емоційних стимулів (за концепцією Е. Берна). Справді, людині складно прагнути до самореалізації та відчувати впевненість, якщо немає відчуття безпеки. Американський психолог А. Маслоу у своїй мотиваційній теорії наголошував, що потреба в безпеці належить до базових людських потреб. Дружня атмосфера, відкрите спілкування без упереджень, чітко встановлені вимоги та високий рівень зацікавленості у професійній діяльності сприяють створенню захищеного освітнього простору та посилюють його охоронну функцію [4].

Загалом проблема мотивації досягнень у професійній сфері й досі залишається не досить розробленою, хоча сучасне суспільство гостро потребує спеціалістів, які здатні адекватно оцінювати власні можливості, бути впевненими у формуванні й досягненні цілей, ефективно реалізовувати їх у професійній діяльності.

У численних наукових працях, присвячених вивченню структури та складників професійної мотивації, як базових чинників для визначення конструктивних або компенсаційно-конструктивних характеристик майбутнього психолога, особлива увага приділяється феномену професійної самоефективності. Від часу формування цієї концепції А. Бандурою подальші дослідники конкретизували її зміст і прояви, розглядаючи крізь категорії самоконтролю, самовизначення, компетентності й здібностей (К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова, А. Брушлинський, Ж. Вірна, Ю. Козелецький, Т. Титаренко й інші). Важливо наголосити, що самоефективність є вагомим чинником успішності психолога, оскільки безпосередньо впливає на його професійну реалізацію [7, с. 52].

Цінним для нашого дослідження є також сучасний феномен професійного самоздійснення психолога, який розробляли В. Клочко й О. Кокун. Професійне самоздійснення визначають як одну з «найсуттєвіших форм життєвої реалізації, що виражається у високому рівні розкриття потен-

ціалу психолога, розвитку його кваліфікації та широкому застосуванні професійних напрацювань іншими фахівцями» [4]. Його показниками є: постійна потреба у професійному зростанні, максимальна реалізація особистісного потенціалу, досягнення визначених професійних цілей, відчуття задоволення від власних результатів, креативність у роботі та формування індивідуального «життєво-професійного досвіду» [3].

Близьким нам видається підхід А. Бандури, автора соціально-когнітивної теорії особистості й представника необіхевіоризму. Він підкреслював, що класична формула S = R ефективно відображає поведінку людини, яку можна пояснити через соціальні ситуації, що її викликають та підкріплюють наслідками. Відповідно до його теорії та принципу детермінізму, діяльність людини визначається постійною взаємодією її поведінки, когнітивної сфери та середовища [3, с. 31].

Дослідження А. Бандури довели, що людська поведінка спрямовується і регулюється відчуттям відповідності власним стандартам. Учений зазначав, що люди з високою оцінкою особистої ефективності менше схильні до надмірного контролю за собою і оточенням та водночас досягають більших успіхів у спілкуванні й професійній кар'єрі. Навпаки, низький рівень самоефективності формує пасивність, труднощі в подоланні перешкод і слабкий вплив на інших. Окрім того, і дорослі, і діти з відчуттям високої самоефективності вирізняються стійкістю до стресу, продуктивністю та оптимізмом.

Якщо застосувати ці висновки до мотивації майбутніх психологів, можна простежити закономірність: чимало з них, за допомогою використання власних знань та навичок не завжди етично, схильні до маніпуляцій. Це свідчить про низьку самооцінку власної ефективності або наявність «афекту неадекватності», що виявляється у взаємодії психолог – клієнт.

На нашу думку, сприяти мотивації майбутніх психологів може написання індивідуальних творів на такі теми:

1. «Який Я? Хто Я? Мої позитивні риси».
2. «Самохарактеристика».
3. «Як до мене ставляться інші. Чому саме так?».

Також одним із методів розвитку мотивації психологів є складання програми самовиховання за такою схемою (див. табл. 1).

Цікавим методом розвитку мотивації у студентів-психологів є складання стратегічного плану

Таблиця 1

| Фактори, що стимулюють до розвитку | Мої професійні риси | Що сформовано | Що потрібно сформувати | Правила, вправи з формування рис і вмінь | Труднощі у професійній діяльності |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |

життя, малювання мандали, робота з методом вільних асоціацій, метафорами та притчами.

**Висновки.** Отже, основою мотивації досягнень виступає індивідуальне уявлення людини про власне «Я», система ціннісних орієнтацій і особистісних смислів, а також прийняття внутрішньої позиції дорослої особистості, яка виявляється у прагненні до самоактуалізації та самореалізації. Це забезпечує розвиток уміння формувати психологічну перспективу та здатність конструювати життєві плани. Ключовим механізмом професійної мотивації варто вважати рефлексію, що постає як інтегральна здібність, включена до когнітивної підструктури психіки, і виконує регулятивну роль у функціонуванні всієї мотиваційної системи.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Актуальні проблеми управління закладами освіти в контексті стратегії модернізації освітньої галузі : колективна монографія / за заг. ред. В. Кравця, Г. Мешко. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. 310 с.

2. Бех І. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ ; Чернівці : Букрек, 2018. 320 с.

3. Балл Г. Категорія гармонії в аналізі проблем освіти. *Педагогічна майстерність академіка Івана Зязюна :* збірник наукових праць / гол. редкол. Н. Ничкало. Київ : Богданова А.М., 2017. С. 114–120.

4. Кокун О. Професійне самоздійснення особистості: змістовні та емпіричні аспекти. *Особистість у сучасному світі :* матеріали III Всеукраїнського психологічного конгресу з міжнародною участю. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014. С. 394–398.

5. Кревська О. Самоефективність як одна з основ мотивації політичної компетентності особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету.* Серія «Психологічні науки». 2016. Вип. 5. Т. 1. С. 86–91.

6. Кремень В. Філософія: мислителі, ідеї, концепції. Київ : Книга, 2005. 528 с.

7. Лютко О. Запровадження мотиваційного менеджменту в закладі освіти. Рівне : РОІППО, 2018. 180 с.

8. Шапар В. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харкі в: Прапор, 2007. 640 с.

9. Deci E.L. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior / E.L. Deci, R.M. Ryan ; University of Rochester. Rochester ; New York : Plenum Press, 1985. 375 p.

*Стаття надійшла у редакцію: 30.09.2025*
*Стаття прийнята: 15.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# СЕКЦІЯ 7
# ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

## КЛІНІЧНІ ТА ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ В УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ: КОМПЛЕКСНИЙ АНАЛІЗ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

## CLINICAL AND PSYCHOSOCIAL FEATURES OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER IN UKRAINIAN SOCIETY: COMPREHENSIVE ANALYSIS AND PERSPECTIVES

УДК 159.9:616.89:316 (477)
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.32
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Приходькіна Н.О.**
д.пед.н., професор,
професор кафедри педагогіки, адміністрування і спеціальної освіти
Державний заклад вищої освіти «Університет менеджменту освіти» Національної академії педагогічних наук України
ORCID ID: 0000-0001-9965-6912

*Стаття присвячена кризі, що зростає, посттравматичного стресового розладу (ПТСР) в Україні, зумовленій повномасштабним збройним конфліктом. У статті надано вичерпний експертний аналіз клінічних і психосоціальних особливостей посттравматичного стресового розладу в українському суспільстві, у ній інтегровано сучасні діагностичні рамки, епідеміологічні дані, індивідуальні та суспільні фактори ризику/захисту, наявні бар'єри на шляху до отримання допомоги та сучасні доказові підходи до лікування та підтримки. Детально розглядаються ключові клінічні прояви посттравматичного стресового розладу, спираючись на діагностичні критерії DSM-5 та ICD-11, а також підкреслюється особлива актуальність комплексного посттравматичного стресового розладу (КПТСР) в українському контексті. Дослідження охоплює психосоціальні фактори, що впливають на розвиток та перебіг посттравматичного стресового розладу, зокрема й критично важливе поняття моральної травми, підкреслено захисну роль міцних систем соціальної підтримки. Авторкою наголошується на нагальній потребі в інтегрованих, доказових інтервенціях у поєднанні зі стратегічними рекомендаціями щодо політики, спрямованими на формування стійкості психічного здоров'я та сприяння відновленню суспільства в Україні. Дослідження розкриває критичну проблему недіагностованого посттравматичного стресового розладу, що виникає внаслідок значного розриву між офіційними статистичними даними та реальною поширеністю розладу в суспільстві. Авторкою систематизовано сучасні доказові терапевтичні підходи, що адаптуються до українських умов: травмафокусовану когнітивно-поведінкову терапію (TF-CBT), десенсибілізацію та переробку рухом очей (EMDR), пролонговану експозиційну терапію (PET), терапію прийняття та зобов'язання (TF-ACT) та реконсолідацію травматичних спогадів (RTM). Авторка формулює комплексну стратегію подолання кризи психічного здоров'я, що включає: масштабну підготовку кваліфікованих фахівців, інтеграцію послуг психічного здоров'я в первинній медичній допомозі, широкомасштабну інформаційно-просвітницьку роботу для подолання стигматизації та розвиток системи соціальної підтримки як ключового чинника резильєнтності.*
**Ключові слова:** *посттравматичний стресовий розлад, ПТСР, комплексний ПТСР, психічне здоров'я, збройний конфлікт, травма війни, діагностика, психотерапія, соціальна підтримка, резильєнтність, стигматизація, Україна.*

*This article addresses the growing crisis of post-traumatic stress disorder (PTSD) in Ukraine caused by the full-scale military conflict. The article provides a comprehensive, expert analysis of the clinical and psychosocial characteristics of PTSD in Ukrainian society, integrating contemporary diagnostic frameworks, epidemiological data, individual and societal risk/protective factors, existing barriers to accessing help, and current evidence-based approaches to treatment and support. Key clinical manifestations of PTSD are examined in detail, drawing on DSM-5 and ICD-11 diagnostic criteria, while emphasizing the particular relevance of complex PTSD (C-PTSD) in the Ukrainian context. The study covers psychosocial factors affecting the development and course of PTSD, including the critically important concept of moral injury, and highlights the protective role of strong social support systems. The author emphasizes the urgent need for integrated, evidence-based interventions combined with strategic policy recommendations aimed at building mental health resilience and promoting societal recovery in Ukraine. The research reveals the critical problem of undiagnosed PTSD resulting from a significant gap between official statistical data and the actual prevalence of the disorder in society. The author systematizes current evidence-based therapeutic approaches adapted to Ukrainian conditions: trauma-focused cognitive-behavioral therapy (TF-CBT), eye movement desensitization and reprocessing (EMDR), prolonged exposure therapy (PET), trauma-focused acceptance and commitment therapy (TF-ACT), and reconsolidation of traumatic memories (RTM). The author formulates a comprehensive strategy for addressing the mental health crisis, including: large-scale training of qualified specialists, integration of mental health services into primary healthcare, widespread educational and awareness work to combat stigmatization, and development of social support systems as a key factor in resilience.*
**Key words:** *post-traumatic stress disorder, PTSD, complex PTSD, mental health, military conflict, war trauma, diagnosis, psychotherapy, social support, resilience, stigmatization, Ukraine.*

Повномасштабне вторгнення в Україну глибоко вплинуло на психічне здоров'я українців, що призвело до зростання травматичних розладів, зокрема посттравматичного стресового розладу (далі – ПТСР). Це суспільна проблема з наслідками для індивідуального добробуту, соціальної згуртованості та національного відновлення. Довгострокові наслідки такого поширеного травматизму потребують негайної та всебічної уваги.

Офіційні дані Національної служби здоров'я України (далі – НСЗУ) свідчать про драматичне та прискорене зростання зареєстрованих випадків ПТСР: із 3 167 пацієнтів у 2021 р. до 7 051 у 2022 р. та 12 494 у 2023 р. Станом на 6 березня 2024 р. вже було діагностовано 3 292 випадки за рік, що майже дорівнює загальній кількості за весь 2021 р., що передував повномасштабному вторгненню [3; 8; 25]. Ця різка динаміка підкреслює швидке загострення проблеми.

Однак аналіз наявних даних виявляє суттєву розбіжність між офіційно зареєстрованими випадками й оцінками поширеності ПТСР в суспільстві. Хоча кількість діагностованих випадків зростає, інші дослідження вказують на значно вищі показники. Наприклад, сучасні вітчизняні дослідження свідчать, що поширеність ПТСР в Україні становить приблизно 25% серед загального населення, до того ж майже половина населення (57%) перебуває в зоні ризику розвитку цього розладу [17]. Серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО) поширеність ПТСР може сягати 32% [5] або навіть 54,3%, [21] за деякими даними. Для військовослужбовців показники коливаються від 20 до 30% [34]. Така значна різниця між зареєстрованими випадками й оцінюваною поширеністю (потенційно мільйони, з урахуванням населення України до повномасштабного вторгнення, яке перевищувало 40 мільйонів) вказує на суттєву недодіагностику, недореєстрацію або значні бар'єри на шляху до отримання допомоги. Ця ситуація створює «тіньову пандемію» недіагностованого ПТСР, що є критичним викликом для системи громадського здоров'я. Вирішення цієї проблеми потребує не лише розширення діагностичних і лікувальних можливостей, але й проактивної інформаційно-просвітницької роботи.

Формальне визнання ПТСР як окремого діагнозу в «Діагностичному та статистичному посібнику із психічних розладів» (DSM-III) у 1980 р. [1] стало переломним моментом у розумінні травми. Однак психологічний вплив екстремального стресу спостерігався протягом усієї історії, проявляючись у різних формах, як-от «снарядний шок» під час Першої світової війни, від якого постраждали приблизно 80 000 ветеранів [27]. Цей історичний зв'язок підкреслює стійкість впливу травми й еволюцію концептуалізації її психологічних наслідків.

Розуміння ПТСР розширилося від суто індивідуальної психопатології до стану, глибоко переплетеного із соціальним, культурним і політичним контекстами, особливо в постконфліктних умовах [2]. Ця еволюція є критично важливою для його проявів у сучасній Україні.

Спосіб, яким ПТСР формулюється, діагностується та підтримується (або не підтримується), може значною мірою залежати від національних наративів, пріоритетів міжнародної допомоги та суспільних уявлень. Якщо ПТСР розглядається суто як індивідуальна медична патологія, існує ризик ігнорування системних, колективних і моральних вимірів травми, пережитої українським суспільством. Це може призвести до втручань, які є недостатніми або не відповідають реальним потребам населення. Визнання ПТСР як соціополітичного конструкта означає усвідомлення того, що відновлення передбачає не лише індивідуальну терапію, а й колективне зцілення, вирішення питань справедливості, відповідальності та відновлення суспільної довіри. Це також означає, що публічний дискурс навколо ПТСР в Україні має бути ретельно керованим, щоб уникнути подальшої стигматизації, надмірного спрощення або нав'язування зовнішніх рамок, які не відповідають місцевим реаліям.

Діагностика ПТСР переважно ґрунтується на критеріях, установлених у Діагностичному та статистичному посібнику із психічних розладів, 5-е видання (далі – DSM-5), опублікованому Американською психіатричною асоціацією (APA), або в Міжнародній класифікації хвороб, 11-е видання (далі – ICD-11), розробленій Усесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) [32]. Хоча обидві системи мають спільні елементи, існують важливі відмінності, які впливають на клінічну практику та дослідницькі підходи.

Діагностичні критерії ПТСР згідно з DSM-5:

– **критерій А: стресор.** Обов'язкова умова – вплив на фактичну або таку, що загрожує, смерть, серйозну травму або сексуальне насильство одним або кількома способами, як-от: безпосереднє переживання події; особисте спостереження за подією, що сталася з іншими; дізнання про травматичну подію, яка сталася із близьким членом родини або другом (якщо це смерть, то насильницька або випадкова); або повторна чи екстремальна опосередкована дія аверсивних деталей травматичної події (наприклад, для рятувальників або поліцейських), за винятком впливу через електронні медіа, ТБ, фільми, якщо це не пов'язано з роботою;

– **критерій В: симптоми вторгнення.** Наявність щонайменше одного з таких симптомів, пов'язаних із травматичною подією, що виникли після неї: повторюваних, мимовільних і нав'язливих спогадів; повторюваних кошмарів; дисоціативних реакцій (флешбеки), коли людина відчуває або діє так, ніби травматична подія повторюється (у дітей може бути повторне відігравання травми у грі); інтенсивного або тривалого психологічного дистресу за впливу внутрішніх чи зовнішніх тригерів; виражених фізіологічних реакцій на такі тригери;

– **критерій C: уникнення.** Постійне уникнення стимулів, пов'язаних із травматичною подією, що почалося після неї, про що свідчить щонайменше один з таких симптомів: уникнення думок, почуттів або розмов, пов'язаних із травмою; уникнення зовнішніх нагадувань (людей, місць, ситуацій), що спричиняють дистрес;

– **критерій D: негативні зміни в когніціях і настрої.** Щонайменше два з таких симптомів, що почалися або погіршилися після травматичної події, як-от: нездатність пригадати важливі аспекти травми (дисоціативна амнезія); стійкі та спотворені негативні думки про себе, інших або світ (наприклад, «Я поганий», «Світ небезпечний»); стійке перебільшене самозвинувачення або звинувачення інших; стійкий негативний емоційний стан (страх, жах, гнів, провина, сором); значне зниження інтересу або участі у важливих видах діяльності; відчуття відстороненості від інших; стійка нездатність відчувати позитивні емоції;

– **критерій E: зміни збудження та реактивності.** Щонайменше два з таких симптомів, що почалися або погіршилися після травматичної події: дратівливої поведінки та спалахів гніву; безрозсудної або саморуйнівної поведінки; гіперпильності; перебільшеної реакції переляку; проблем з концентрацією; порушень сну;

– **критерій F: тривалість.** Симптоми тривають більше одного місяця;

– **критерій G: функціональне порушення.** Розлад спричиняє клінічно значущий дистрес або порушення в соціальній, професійній чи інших важливих сферах функціонування;

– **критерій H: виключення.** Симптоми не пов'язані з медикаментами, уживанням психоактивних речовин або іншими захворюваннями;

– **специфікації:** DSM-5 також включає специфікації «з дисоціативними симптомами» (деперсоналізація, дереалізація) та «відстрочений прояв» (повні діагностичні критерії не відповідають до шести місяців після травми, хоча симптоми можуть виникнути негайно) [33].

Діагностичні критерії ПТСР згідно з ICD-11:

1. *Травматична подія.* Вплив на подію або події, що були «надзвичайно загрозливими або жахливими».

2. *Основні симптоми ПТСР:* повторне переживання (нав'язливі спогади про травматичну подію в теперішньому часі (флешбеки, кошмари), що супроводжуються сильним страхом або жахом); уникнення (навмисне уникнення думок, спогадів, ситуацій, людей або зовнішніх нагадувань, що пов'язані із травматичною подією); відчуття загрози (постійне відчуття поточної загрози, що проявляється як гіперпильність, підвищена реакція переляку або проблеми з концентрацією та сном).

*Тривалість.* Симптоми тривають щонайменше кілька тижнів.

*Функціональне порушення.* Симптоми спричиняють значне порушення в особистій, сімейній, соціальній, освітній, професійній або інших важливих сферах функціонування [33].

ICD-11 має більш вузькі та менш численні діагностичні критерії для ПТСР порівняно з DSM-5. ICD-11 зосереджується на трьох основних кластерах симптомів (повторне переживання, уникнення, відчуття загрози), тоді як DSM-5 включає чотири кластери (додаючи негативні зміни в когніціях і настрої, а також розширені критерії збудження та реактивності).

DSM-5 включає дисоціативну специфікацію, тоді як ICD-11, хоча й визнає дисоціацію, не робить її окремим кластером симптомів для ПТСР, але вона є ключовою для діагностики гострої стресової реакції (ГСР).

ICD-11 вимагає симптомів «щонайменше кілька тижнів», тоді як DSM-5 чітко вказує «більше одного місяця».

Комплексний посттравматичний стресовий розлад (далі – КПТСР) є відносно новим діагнозом, включеним до ICD-11, і відсутній у DSM-5. Він діагностується тоді, коли, окрім критеріїв для ПТСР, наявні три додаткові групи симптомів, що називаються «порушеннями самоорганізації» (ПСО) [25]. КПТСР виникає внаслідок тривалого, повторюваного або екстремального впливу травматичних подій, з яких важко або неможливо втекти, як-от тортури, концентраційні табори, рабство, геноцид, домашнє насильство або дитяче жорстоке поводження [31].

Основні симптоми КПТСР (ICD-11):

1. *Повторне переживання, уникнення та постійне відчуття поточної загрози.*

2. *Проблеми з регуляцією емоцій:* значні труднощі в управлінні емоційними реакціями, що можуть проявлятися як надмірна дратівливість, спалахи гніву або емоційне оніміння.

3. *Негативна самоконцепція:* стійкі переконання про себе як про приниженого, переможеного або нічого не вартого, що супроводжуються почуттями сорому, провини або невдачі, пов'язаними із травматичною подією.

4. *Проблеми у стосунках:* стійкі труднощі в підтримці стосунків і відчутті близькості з іншими, що може включати уникнення, недовіру або труднощі у вираженні потреб [32].

Зважаючи на тривалий характер збройного конфлікту, масові переміщення населення, досвід окупації, полону, свідчення насильства та втрат, КПТСР є надзвичайно актуальним для українського суспільства. Багато українців, як військових, так і цивільних, зазнали хронічної або повторюваної травматизації, що створює високий ризик розвитку КПТСР. Наприклад, дослідження показують, що поширеність КПТСР в Україні коливалася від 9,2 до 14,6% залежно від методології та часу проведення дослідження. Розуміння та діагностика КПТСР є критично важливими для розроблення адекватних терапевтичних стратегій, оскільки його лікування часто потребує більш тривалих і багатофазних підходів порівняно з «типовим» ПТСР [24].

Прояви ПТСР можуть значно різнитися залежно від віку постраждалої особи, що вимагає диференційованого підходу до діагностики й інтервенцій. На основі аналізу наукових праць С. Гречух, А. Козлової, М. Меркулова, Т. Журавель, М. Салюка й інших [4; 10; 18; 22].

Важливо зазначити, що прояви ПТСР можуть зберігатися протягом тривалого часу. Розвиток ПТСР часто відбувається приблизно за шість місяців після травмівної події, хоча симптоми можуть з'явитися і пізніше, або навіть раніше, протягом трьох місяців. Розуміння цих вікових особливостей є ключовим для ранньої діагностики та впровадження відповідних, чутливих до віку інтервенцій [3].

**Епідеміологія ПТСР в Україні: поширеність серед різних груп населення.** Поширеність ПТСР в українському суспільстві, особливо в умовах збройного конфлікту, що триває, є значною і має унікальні психосоціальні особливості. Дані щодо поширеності ПТСР в Україні варіюються залежно від методології дослідження, вибірки та часу проведення, але загальна тенденція вказує на високий рівень цього розладу.

Сучасні вітчизняні дослідження показують, що поширеність ПТСР серед загального населення України становить приблизно 25%, майже половина (57%) населення перебуває в зоні ризику розвитку ПТСР [60]. Інші джерела вказують на діапазон від 11,1 до 50,8% [17].

Дослідження, проведене з березня по серпень 2024 р., виявило поширеність ПТСР в діапазоні 15,0–41,2% серед українців у різних регіонах. Опитування (n = 1 300) підтверджує більшу схильність жінок до ПТСР, що узгоджується з американськими даними. Загалом, приблизно 8% чоловіків і 20% жінок, що пережили травматичні події, мають ПТСР. Дослідження також показують, що поширеність ПТСР серед жінок є вищою, ніж серед чоловіків, у всіх досліджуваних умовах [36].

Серед військовослужбовців, які зазнали психологічних травм, у 20–30% випадків розвивається ПТСР різного ступеня тяжкості. За даними досліджень, проведених після війни у В'єтнамі, частка ветеранів з ПТСР сягала 30% [35]. Серед ветеранів, які служили в Іраку, поширеність ПТСР становила приблизно 14%, а для всіх ветеранів війни в Перській затоці – 10% [11].

Таблиця 1

**Прояви ПТСР у дорослих і дітей**

| **Прояви ПТСР в дорослих** | | **Прояви ПТСР в дітей і підлітків** | |
|---|---|---|---|
| Нав'язливі спогади | Повторювані, небажані спогади про небезпечні для життя ситуації, учасником яких була людина. Це можуть бути образи, думки, відчуття або навіть фізичні реакції, що виникають без зовнішніх стимулів. | Саморуйнівна поведінка | Особливо в підлітків, може проявлятися як завдання самоушкоджень, алкоголізація, наркотизація. |
| Травмувальні сновидіння | Кошмарні сцени пережитих подій, що повторюються та викликають тривогу, порушують сон. | Надмірна прив'язаність | Надмірна прив'язаність до батьків або інших дорослих. |
| Флешбеки | Дисоціативні реакції, під час яких людина відчуває або діє так, ніби травматична подія відбувається знову, з можливою втратою усвідомлення поточного оточення. | Постійне відігравання пережитого у грі | Для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку травматичні події можуть повторюватися в ігровій формі. |
| Уникнення | Прагнення уникати емоційних навантажень, думок, почуттів, розмов або зовнішніх нагадувань, пов'язаних із травмою. Це може призводити до неконтактності з оточенням, відкладання ухвалення рішень через страх. | Поведінка, характерна для молодшого віку | Наприклад, смоктання пальця, мимовільне сечовипускання під час сну в молодших дітей. |
| Негативні зміни в настрої та мисленні: | Надмірна втома, дратівливість, депресивні стани, головні болі, нездатність концентрувати увагу. Можуть виникати почуття провини та сорому, особливо «провина тих, хто вижив». | Порушення пам'яті, уваги, здатності вчитися | Це може впливати на академічну успішність та когнітивний розвиток. |
| гіперзбуд ливість | Хронічний стан гіперзбудливості з порушеннями сну, перепадами настрою, вибуховими реакціями, гіперпильністю, надмірною реакцією переляку. | Підвищення рівня тривожності | Постійне очікування повторення подій. |
| асоціальна поведінка | Як наслідок вищезазначених проявів може спостерігатися схильність до алкоголізації, наркотизації, надмірного цинізму. | Труднощі у мовленні | Можуть виникати у молодших дітей. |
| амнезія | Часткова або цілковита нездатність пригадати важливі аспекти травми. | | |
| утрата інтересу | Байдужість до раніше значущих видів діяльності. | | |

Для порівняння, у США, серед ветеранів операцій «Іракська свобода» (OIF) та «Непохитна свобода» (OEF) 15% мали ПТСР за останній рік, а 29% – протягом життя. Серед ветеранів війни в Перській затоці – 14% за останній рік і 21% протягом життя [27]. Ці дані підкреслюють, що військовий досвід значно підвищує ризик розвитку ПТСР, показники в Україні є зіставними або навіть вищими, ніж у деяких інших конфліктах.

Воєнні дії в Україні призвели до зростання ПТСР серед студентської молоді. За результатами різних учених, симптоми ПТСР серед молоді становили від 12,4 до 70% залежно від травматичних подій (насильство, втрата рідних, внутрішнє переміщення, втрата звичного життя). Опитування 1 072 студентів показало, що 98% були вражені війною, 86% мали кошмари про війну, 49% страждали від безсоння, а 27% мали ознаки ПТСР. Серед дітей дошкільного віку та молодших школярів також діагностується імовірний ПТСР (15,4%), а серед дітей шкільного віку та підлітків – 14,4% [26].

Додаткові дослідження виявили, що літні люди та жителі тимчасово окупованих регіонів мають вищий ризик розвитку ПТСР [7]. Дослідження серед представників єврейської діаспори (n = 845) показало підвищену психологічну вразливість, особливо в тих, чиї родичі постраждали від Голокосту, хто особисто пережив щонайменше одну травматичну подію або хто уважно стежив за висвітленням російсько-української війни в ЗМІ [17].

Ці дані свідчать про те, що реальна кількість випадків ПТСР в Україні може бути значно вищою, ніж поточні очікування, особливо з огляду на складнощі в оцінюванні реальної картини. Висока поширеність ПТСР серед різних груп населення є серйозним викликом для системи охорони здоров'я та соціальної підтримки [28].

**Діагностика та терапевтичні підходи до ПТСР в Україні.** Ефективна діагностика та лікування ПТСР потребують використання стандартизованих інструментів і доказових терапевтичних методів. В Україні активно впроваджуються та адаптуються міжнародні підходи.

Для діагностики та моніторингу ПТСР в Україні застосовується низка стандартизованих тестів і опитувальників, які дозволяють проводити як початковий скринінг, так і детальне клінічне оцінювання. Важливо зазначити, що документально діагноз ПТСР можуть встановити лише лікар-психотерапевт або психіатр [29].

Для ефективної діагностики та моніторингу посттравматичного стресового розладу використовується комплексний набір стандартизованих інструментів, які можна розділити на три основні категорії відповідно до їхнього клінічного призначення.

Початковий скринінг ісамооцінка симптомів ПТСР здійснюються за допомогою декількох валідованих інструментів. Найбільш поширеним є Контрольний список ПТСР для DSM-5 (PCL-5), який широко застосовується як для самооцінки пацієнтами, так і для відстеження динаміки змін симптомів протягом часу [20].

Для швидкого скринінгу у клінічній практиці використовується Коротке інтерв'ю з рейтингом посттравматичного стресу (SPRINT). У закладах первинної медичної допомоги особливо корисним є спеціально розроблений Скринінг посттравматичного стресу первинної медичної допомоги (PC-PTSD). Додатково для початкового оцінювання застосовуються Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР, а також Шкала травм Девідсона (DTS), обидві з яких забезпечують швидке виявлення можливих симптомів розладу. Оцінювання схильності до потенційних травмівних подій та історії травматизації проводиться за допомогою спеціалізованих опитувальників. Контрольний перелік життєвих подій DSM-5 дозволяє систематично оцінити вплив різноманітних травматичних подій на особу. Паралельно використовується Опитувальник травматичних подій LEQ, який допомагає детально зібрати інформацію про історію травматичних переживань пацієнта протягом життя [23].

Для клінічної діагностики та відстеження результатів лікування застосовуються більш комплексні та детальні інструменти. Шкала для клінічної діагностики ПТСР CAPS-5 уважається «золотим стандартом» у діагностиці ПТСР, забезпечує найбільш точне підтвердження діагнозу та надійну оцінку змін симптомів із часом, хоча проведення діагностики може тривати кілька годин і потребує ретельної підготовки фахівця [24]. Широко використовуються також структуровані клінічні інтерв'ю PSS-I та PSS-I-5, які забезпечують систематичну оцінку симптомів відповідно до діагностичних критеріїв. Для моніторингу ефективності терапевтичних утручань застосовується Посттравматична діагностична шкала для DSM-5 (PDS), яка дозволяє відстежувати зміни в симптоматиці протягом лікування [23].

Моніторинг пацієнтів із ПТСР є доцільним для підвищення ефективності лікування, з контрольними оглядами за 2 тижні після призначення терапії та кожні 2–4 тижні протягом перших 3 місяців лікування [9]. Для дітей і підлітків також існують спеціалізовані інструменти, як-от Контрольний перелік травматичних симптомів у дітей (TSCC) та Інструмент скринінгу для ранніх предикторів ПТСР (STEPP) [23].

*Доказові методи психотерапії та їх упровадження в Україні.* В Україні активно впроваджуються та розвиваються доказові методи психотерапії для лікування ПТСР, що відповідають міжнародним стандартам [14].

Одним із провідних підходів є травмафокусована когнітивно-поведінкова терапія (TF-CBT). Цей метод використовується в роботі з дорослими і дітьми та має сильну доказову базу, що підтверджує його результативність у зменшенні симптомів ПТСР [20].

Іншим ефективним підходом є десенсибілізація та переробка рухом очей (EMDR) – метод, що

допомагає пацієнтам безпечним чином опрацьовувати травматичні спогади та знижувати емоційне напруження, яке вони спричиняють [12].

До кола науково обґрунтованих утручань належить і травмафокусована терапія прийняття та зобов'язання (TF-ACT), яка сприяє розвитку психологічної гнучкості й адаптивного ставлення до травматичного досвіду [30].

Особливе місце належить пролонгованій експозиційній психотерапії (PET), що вважається однією з найбільш ефективних і рекомендованих терапій за наявності ПТСР [16].

В Україні активно проводяться спеціалізовані тренінги для військових психологів із залученням міжнародних фахівців. Це є важливим кроком у розвитку національної системи допомоги військовим, адже нині кількість доступних науково обґрунтованих методів для роботи з бойовою травмою залишається обмеженою.

Ще одним сучасним підходом є реконсолідація травматичних спогадів (RTM) – безмедикаментозний, нетравматичний протокол когнітивного перегляду, який зазвичай потребує лише 3–4-х сеансів і забезпечує до 90% зменшення симптомів [14].

Ефективна система психотерапевтичної допомоги має будуватися на чітко визначеному алгоритмі, який включає ці методи, забезпечує доступність доказових підходів для різних категорій постраждалих. Розширення доступу до таких терапій і підготовка більшої кількості кваліфікованих фахівців є критично важливими кроками для подолання наслідків травматичних подій в українському суспільстві.

Соціальна підтримка відіграє вирішальну роль у процесі відновлення після травматичних подій та є ключовим чинником резильєнтності в умовах конфлікту [15]. В Україні активно розвиваються та впроваджуються різноманітні ініціативи, спрямовані на надання такої підтримки [19].

Емоційна підтримка передбачає теплі, довірливі стосунки, у яких є місце турботі, прийняттю та щирому співчуттю. Її можуть надавати члени родини, друзі, колеги чи інші близькі люди, допомагати людині відчути себе почутою та важливою, а також зменшити відчуття ізоляції. Інструментальна підтримка пов'язана із практичною допомогою, зокрема забезпеченням фінансових ресурсів чи доступом до соціальних послуг, які покривають базові потреби та створюють відчуття стабільності у складних ситуаціях. Інформаційна підтримка надає людині необхідні знання, рекомендації та ресурси, що допомагають орієнтуватися в окремих питаннях, ухвалювати обґрунтовані рішення та знаходити шляхи вирішення проблем. Її джерелами можуть бути як окремі люди, так і організації чи офіційні установи. Онлайн-підтримка набуває дедалі більшої значущості в сучасному світі, адже вона дозволяє спілкуватися у зручному форматі – письмово або за допомогою аудіоповідомлень. Це особливо важливо для тих, хто з якихось причин віддає перевагу дистанційній комунікації або потребує гнучкості у виборі часу та способу взаємодії.

Соціальна підтримка під час війни допомагає людям впоратися із психологічним дистресом і травмою, що виникають внаслідок воєнних подій. Дослідження показують, що вищий рівень сприйнятої соціальної підтримки пов'язаний з більшою резильєнтністю та нижчим рівнем симптомів ПТСР. Вона також посилює почуття спільноти та приналежності, що є життєво важливим для протидії ізоляції.

**Висновки.** Аналіз клінічних і психосоціальних особливостей посттравматичного стресового розладу в українському суспільстві виявляє багатогранну та нагальну проблему, що потребує комплексного та скоординованого реагування. Зростання кількості діагностованих випадків ПТСР, підтверджене офіційною статистикою, є лише вершиною айсберга, приховує значно більшу поширеність розладу серед населення, що вказує на «тіньову пандемію» недіагностованих випадків. Ця ситуація ускладнюється унікальними психосоціальними чинниками, як-от моральна травма, що глибоко впливає на індивідуальний і колективний добробут, а також стійка стигматизація психічного здоров'я, що є значним бар'єром на шляху до отримання допомоги.

Травматизація українського суспільства – це величезний виклик, але ми можемо його подолати. Щоб допомогти людям відновитися та знову знайти опору, потрібно зробити кілька важливих кроків. Передусім потрібно збільшити кількість кваліфікованих фахівців. По всій країні відчувається гостра нестача психіатрів, психотерапевтів і психологів, які вміють працювати з наслідками травми. Тому варто розширити програми навчання та перепідготовки. Наші фахівці мають опанувати найкращі світові практики, що підтверджені науковими дослідженнями. Ідеться про такі методи, як когнітивно-поведінкова терапія, що сфокусована на травмі (TF-CBT), десенсибілізація та переробка рухом очей (EMDR), пролонгована експозиційна терапія (PET) та реконсолідація травматичних спогадів (RTM). Щоб зробити допомогу доступнішою, послуги із психічного здоров'я треба запровадити в первинну медичну допомогу. Це означає, що сімейні лікарі та медичний персонал першої ланки повинні вміти розпізнавати ранні ознаки ПТСР та інших розладів. Таким чином, людина зможе отримати підтримку швидше, доки її стан не погіршився. Через медіа, соціальні мережі та публічні заходи потрібно постійно поширювати достовірну інформацію про симптоми ПТСР, можливості лікування та реальні історії людей, які змогли відновитися. Лише через такий комплексний підхід Україна зможе ефективно подолати виклики, пов'язані з ПТСР, та забезпечити психологічне відновлення свого суспільства.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бербак Л., Бремо-Філліпс С., Нійдам М. Дж., Макфарлейн А., Верметтен Е. Лікування посттравматичного стресового розладу: сучасний огляд. URL: https://kpt-center.com.ua/wp-content/uploads/2023/08/likuvannya-posttravmatichnogo-stresovogo-rozladu_-suchasnij-oglyad-1.pdf

2. Бондарук Ю. Психологічні особливості посттравматичного стресового розладу як комплексу реакцій людини на травмуючу ситуацію. *Scientific Journal Virtus*. 2018. № 26. P. 43–47.

3. Горшков О., Баранов І., Домініченко Я. Особливості клінічної діагностики посттравматичного стресового розладу із психотичними симптомами. *Український медичний часопис.* 2024. № 4 (162). DOI: 10.32471/umj.1680-3051.162.254487

4. Гречух С. ПТСР – усе що необхідно знати: причини, симптоми та лікування. URL: https://gmka.org/uk/articles/ptsr-vse-shho-neobhidno-znaty-prychyny-symptomy-ta-likuvannya/

5. Дослідження проявів посттравматичного стресового розладу у внутрішньо переміщених осіб та рекомендації щодо поліпшення їхнього психологічного стану / І. Голованова та ін. Україна. *Здоров'я нації.* 2023. № 4 (74). С. 14–20.

6. Зимянський А., Скоропад В. Науково-психологічний аналіз дослідження проблеми посттравматичного стресового розладу в Україні. *Науковий вісник Ужгородського національного університету.* Серія «Психологія». 2025. № 1. С. 83–86. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.1.15

7. Карук Ю. Особливості прояву посттравматичного стресового розладу у внутрішньо переміщених осіб. *Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації :* матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 30 травня 2025 р. Переяслав, 2025. Вип. 117. С. 88–91.

8. Кількість пацієнтів зі встановленим діагнозом ПТСР в Україні зростає. *Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад.* URL: https://moz.gov.ua/uk/kilkist-pacientiv-zi-vstanovlenim-diagnozom-ptsr-v-ukraini-zrostae-scho-treba-znati-pro-posttravmatichnij-stresovij-rozlad

9. Кісарчук З., Омельченко Я., Лазос Г. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / ред. З. Кісарчук. Київ : ВД «Слово», 2020. 178 с.

10. Козлова А., Журавель Т. Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): інформація для батьків. URL: https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder

11. Матяш М., Худенко Л. Український синдром: особливості посттравматичного стресового розладу в учасників антитерористичної операції. *Український медичний часопис.* 2014. № 6 (104) – XI/XII. URL: https://api.umj.com.ua/wp/wp-content/uploads/2014/11/104_124-127.pdf

12. Мисула Ю. Ефективність методу EMDR у терапії посттравматичного стресового розладу. *Архів психіатрії.* 2014. Т. 20. № 4. С. 84–87. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apsuh_2014_20_4_23

13. Морозовська О., Сиско Н. Профілактика посттравматичного стресового розладу у внутрішньо переміщених осіб в умовах воєнних дій. *Collection of scientific papers «SCIENTIA».* 2023. С. 198–199. URL: https://vps-45373.vps-default-host.net/uploads/files/26_2792029e-2c39-45b_1748085011.pdf

14. Не залишатися сам на сам: як соціальна підтримка покращує наше психічне здоров'я. URL: https://www.mh4u.in.ua/shukayu-dopomogu/ne-zalyshatysya-sam-na-sam-yak-soczialna-p/

15. Островська К., Островський І., Сайко Х. Особливості надання психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам та учасникам ООС. *Psychological journal.* 2020. № 12 (44). С. 29–37.

16. Посібник з МДМА-асистованої психотерапії для лікування посттравматичного стресового розладу. URL: https://upra.org.ua/images/blog/Posibnik-z-MDMA-asistovanoi-terapii-MAPS/Protokol%20MAPS%20z%20MDMA-asistovanoi%20terapii%20PTSR.%20Ukrainskij%20pereklad.pdf

17. Посттравматичний стресовий розлад під час війни: можливості розширення терапевтичного діапазону. URL: https://health-ua.com/psychiatry/trivozni-rozladi/78767-posttravmaticnii-stresovii-rozlad-pid-cas-viini-mozlivosti-rozsirennia-terapevticnogo-diapazonu

18. Посттравматичний стресовий розлад у військовослужбовців – учасників бойових дій. URL: https://narkosumy.lic.org.ua/statti/posttravmatychnyj-stresovyj-rozlad-u-vijskovosluzhbovtsiv-uchasnykiv-bojovyh-dij/

19. Про схвалення Національної стратегії розвитку системи охорони психічного здоров'я в Україні до 2030 р. : розпорядження КМУ від 27.12.2017 р. № 1018-р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#Text

20. Психологічна допомога при посттравматичному стресовому розладі (ПТСР). URL: https://solomianova.com/psychologist-ptsd/

21. Робертс Б., Махашвілі Н., Двахашвілі Д. Приховані наслідки конфлікту: проблеми психічного здоров'я та доступ до послуг серед внутрішньо переміщених осіб в Україні. Тбілісі : International Alert/ГІП-Тбілісі/Лондонською школою гігієни і тропічної медицини, 2017. URL: https://www.international-alert.org/app/uploads/2021/08/Ukraine-Hidden-Burdens-Conflict-IDPs-UK-2017.pdf

22. Салюк М., Меркулов М. Психологічні особливості прояву посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. *Молодий вчений.* 2024. № 4 (128). DOI: 10.32839/2304-5809/2024-4-128-42

23. Тест на посттравматичний стресовий розлад: методики діагностики ПТСР. URL: https://neuroflex.ua/blog/test-na-posttravmatychnyj-stresovyj-rozlad-metodyky-diagnostyky-ptsr/

24. Уніфікований клінічний протокол первинної та спеціалізованої медичної допомоги: гостра реакція на стрес, посттравматичний стресовий розлад, порушення адаптації. URL: https://moz.gov.ua/storage/uploads/ec4ae01d-d0d3-4c0a-bf92-3cefbef633be/dn_1265_19072024_dod.pdf

25. Червень – місяць обізнаності про посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). URL: https://phc.org.ua/news/cherven-misyac-obiznanosti-pro-posttravmatichniy-stresoviy-rozlad-ptsr

26. Чорна В., Антомонов М., Павленко Н., Хлєстова С., Коломієць В., Сирота М. Посттравма-

тичний стресовий розлад серед здобувачів вищої медичної та технічної освіти – реальна загроза сьогодення. *Вісник Вінницького національного медичного університету.* 2024. Т. 28. № 1. URL: https://www.researchgate.net/publication/379658735_Post-traumatic_stress_disorder_among_students_of_higher_medical_and_technical_education_is_a_real_threat_today/fulltext/6613ecb32034097c54ff3780/Post-traumatic-stress-disorder-among-students-of-higher-medical-and-technical-education-is-a-real-threat-today.pdf?origin=scientificContributions

27. Шатохіна В. Невидима рана війни: чому ПТСР це проблема не тільки ветеранів, але і всіх українців. URL: https://womanel.com/zdorovja/nevydyma-rana-vijny-chomu-ptsr-tse-problema-ne-tilky-veteraniv-ale-i-vsikh-ukraintsiv/

28. Шрами на їхніх душах: ПТСР та ветерани України. URL: https://www.globsec.org/sites/default/files/2024-01/ШРАМИ%20НА%20ЇХНІХ_0.PDF

29. Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад (ПТСР): інформація для батьків. Що таке ПТСР, як проявляється і які особливості має в дітей. URL: https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder

30. Acceptance and commitment therapy (або ACT). URL: https://4help.com.ua/therapy/akt/

31. Brewin C.R. Complex post-traumatic stress disorder: a new diagnosis in ICD-11. *BJPsych Advances.* May 2020. Vol. 26. Iss. 3. P. 145–152. DOI: 10.1192/bja.2019.48

32. Diagnosis, Classification, PTSD and CPTSD. URL: https://traumaticstress.nhs.wales/children-and-young-people/resources/diagnosis-ptsd-cptsd/

33. DSM-5 Criteria for PTSD / National Center for PTSD, U.S. Department of Veterans Affairs. URL: https://www.brainline.org/article/dsm-5-criteria-ptsd

34. Melkam M., Medfu Takelle G., Kibralew G., Nakie G. Post-traumatic stress disorder and its associated factors among internally displaced people due to conflict in Northwest Ethiopia. 2025. DOI: 10.3389/fpubh.2025.1386566

35. Shevlin M., Hyland P., Karatzias T., Makhashvili N., Javakhishvili J., Roberts B. The Ukraine crisis: Mental health resources for clinicians and researchers. *Clin Child Psychol Psychiatry.* 2022. 26. 27 (3). P. 521–523. DOI: 10.1177/13591045221097519v

36. Yasenok V., Baumer A.M., Petrashenko V., et al. Mental health burden of persons living in Ukraine and Ukrainians displaced to Switzerland: the mental health assessment of the Ukrainian population (MAP) studies. *BMJ Glob Health.* 2025. DOI: 10.1136/ bmjgh-2025-019557

*Стаття надійшла у редакцію: 07.09.2025*
*Стаття прийнята: 16.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ПРОБЛЕМА ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ В ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ З РАС: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ТА СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОКОРЕКЦІЇ

# THE PROBLEM OF DEVIANT BEHAVIOR IN CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH ASD: THEORETICAL ANALYSIS AND MODERN APPROACHES TO PSYCHOCORRECTION

УДК 159.9
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.33
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Продан Є.О.**
аспірант, викладач кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
ORCID ID: 0009-0005-8566-4299

**Ходотаєв А.А.**
аспірант, викладач кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
ORCID ID: 0000-0002-5413-5619

*У статті здійснено ґрунтовний теоретичний аналіз проблеми девіантної поведінки в дітей і підлітків з розладами аутистичного спектра (РАС), що натепер залишається однією з найменш досліджених у сучасній психології, педагогіці та медицині. Висвітлено особливості перебігу підліткового віку як критичного періоду розвитку, у якому поєднуються біологічні, психологічні та соціальні трансформації, що у випадку розладів аутистичного спектра значно ускладнюють процес соціалізації та підвищують ризик виникнення агресивних і дезадаптивних проявів. Проаналізовано ключові чинники, що впливають на формування девіантної поведінки, як-от: високий рівень тривожності, емоційна дезрегуляція, труднощі у сфері комунікації, сенсорна гіперчутливість, соціальні бар'єри та специфіка сімейного виховання. На основі сучасних досліджень розглянуто й узагальнено підходи до корекції девіантних форм поведінки. Особливу увагу приділено аналізу ефективності прикладного аналізу поведінки (АВА-терапії), когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), методів сенсорної інтеграції, програм TEACCH, моделей PRT і DIR/Floortime, які довели результативність у зниженні рівня тривожності й агресивності, розвитку комунікативних навичок і підвищенні соціальної адаптації. Окреслено значення інклюзивного навчання як протективного чинника девіантної поведінки, а також потенціал музейної педагогіки, що створює умови для безпечної соціальної взаємодії та культурної інтеграції. Підкреслено, що подолання девіантної поведінки в дітей і підлітків з розладами аутистичного спектра потребує комплексного міждисциплінарного підходу, який інтегрує медичну, психологічну й педагогічну підтримку, а також активну участь сім'ї та суспільства у створенні безпечного середовища. Зроблено висновок про перспективність поєднання традиційних психокорекційних методів та інноваційних соціально-педагогічних стратегій, що відкриває нові можливості для успішної соціалізації, удосконалення практичної допомоги й розвитку майбутніх емпіричних досліджень у цій сфері. Окремо наголошено на необхідності ранньої діагностики тривожності та підготовки кваліфікованих фахівців, здатних впроваджувати комплексні програми підтримки підлітків з розладами аутистичного спектра.*

**Ключові слова:** *девіантна поведінка, розлади аутистичного спектра, підлітковий вік, психокорекція, когнітивно-поведінкова терапія, інклюзивна освіта, соціальна адаптація.*

*The article provides a comprehensive theoretical analysis of the problem of deviant behavior in children and adolescents with autism spectrum disorder (ASD), which remains one of the least explored issues in contemporary psychology, pedagogy, and medicine. The specific features of adolescence are considered as a critical developmental stage characterized by biological, psychological, and social transformations that, in the case of ASD, significantly complicate socialization and increase the risk of aggressive and maladaptive manifestations. The key factors influencing the formation of deviant behavior are analyzed, including high levels of anxiety, emotional dysregulation, difficulties in communication, sensory hypersensitivity, social barriers, and the specifics of family upbringing. Based on modern scientific research, different approaches to the correction of deviant behavior are reviewed and summarized. Particular attention is paid to the analysis of the effectiveness of Applied Behavior Analysis (ABA therapy), Cognitive-Behavioral Therapy (CBT), sensory integration methods, TEACCH programs, as well as Pivotal Response Treatment (PRT) and DIR/Floortime models, which have demonstrated efficacy in reducing anxiety and aggression, developing communication skills, and improving social adaptation. The importance of inclusive education as a protective factor against deviant behavior is highlighted, along with the potential of museum pedagogy as an innovative strategy that creates conditions for safe social interaction and cultural integration. It is emphasized that overcoming deviant behavior in children and adolescents with ASD requires a comprehensive interdisciplinary approach integrating medical, psychological, and pedagogical support, as well as the active involvement of families and society in creating a safe environment. The article concludes on the prospects of combining traditional psychocorrectional methods with innovative socio-pedagogical strategies, which opens up new opportunities for successful socialization, the improvement of practical support, and the advancement of future empirical research in this field. Special attention is given to the necessity of early diagnosis of anxiety and the training of qualified professionals capable of implementing comprehensive support programs for adolescents with ASD.*

**Key words:** *deviant behavior, autism spectrum disorders, adolescence, psychocorrection, cognitive-behavioral therapy, inclusive education, social adaptation.*

**Вступ.** Проблематика розладів аутистичного спектра (далі – РАС) є однією з найбільш обговорюваних серед наукової спільноти як в Україні, так і в зарубіжних країнах. За запитом "autism spectrum disorder" (з англ. – розлад аутистичного спектра) у базі даних PubMed можна знайти понад 61 000 різних публікацій, присвячених проблемам РАС.

РАС по своїй суті є сукупністю медичних, психологічних і соціальних аспектів. Саме тому варто при-

ділити особливу увагу РАС в підлітковому періоді.

Підлітковий період сам собою є складним перехідним етапом від дитинства до дорослості, що супроводжується значними перебудовами в організмі людини – як фізичними, так і психологічними. Це час емоційних трансформацій і соціальних викликів, які вже самі здатні виявляти різні особистісні аспекти. Додавання комплексу РАС в цьому віці ускладнює соціалізацію підлітка, що, імовірно, може сприяти девіантній поведінці.

Девіантну поведінку в підлітків з РАС можна розглядати як реакції на труднощі комунікації в соціумі або як спробу впоратися із внутрішніми конфліктами. Зокрема, вони можуть неправильно інтерпретувати вербальні та невербальні сигнали від оточення, що здатне призвести до ненавмисних конфліктів і можливих проявів агресії. Оскільки підлітки з РАС мають труднощі соціальної взаємодії, пов'язані з очікуваннями та правилами суспільства, вони можуть демонструвати поведінку, яка іншим здається недоречною або неадекватною ситуації. Це спричиняє додаткові труднощі у спілкуванні підлітка як із ровесниками, так і з дорослими, що може посилювати емоційні проблеми й ускладнювати соціальну адаптацію.

Запобігання розвитку девіантної поведінки в підлітків з РАС та їх соціальна адаптація є однією із ключових проблем. Це потребує глибокого розуміння особливостей перебігу РАС в підлітковому періоді як з боку фахівців, так і з боку суспільства. Потрібне розроблення стратегії, яка могла б знижувати ризики виникнення девіантної поведінки. Включення підлітка в соціальне життя, розвиток його комунікативних навичок і навчання соціальних правил здатні суттєво знизити ризик девіантної поведінки. Важливу роль відіграють підтримка з боку сім'ї та суспільства, створення безпечного й такого, що розуміє, середовища, яке сприятиме соціальній адаптації та особистісному зростанню.

Отже, розуміння взаємозв'язку між РАС та девіантною поведінкою в підлітковому віці є важливим для розроблення ефективних підходів до превенції і корекції такої поведінки. Це потребує комплексного підходу з урахуванням як психологічних і медичних аспектів РАС, так і емоційних і соціальних чинників, що впливають на поведінку підлітка.

**Основна частина.** Поширеність РАС серед дітей і підлітків зростає з кожним роком. За даними досліджень у США та Центру з контролю захворювань, станом на 2000 р. 1 дитина зі 150 мала аутизм, тоді як у 2023 р. – уже 1 із 36 дітей [22]. В Україні, як і в інших країнах, також спостерігається зростання кількості дітей і підлітків віком до 17 років з РАС. За даними МОЗ України, у 2008–2013 рр. захворюваність на РАС зросла у 3,8 раза – із 2,4 до 9,1 на 100 тис. дитячого населення [11]. За результатами епідеміологічного аналізу Л.О. Турової та Т.А. Вежновець, поширеність РАС в дитячому населенні України за період 2008–2020 рр. збільшилася із 13,82 до 146,03 на 100 тис., а захворюваність – із 2,28 до 22,15 на 100 тис. дитячого населення. Прогноз до 2025 р. свідчить про подальше зростання цього показника [14]. Водночас варто враховувати, що ці цифри можуть бути заниженими через недосконалу систему діагностики та нерівний доступ до спеціалізованої допомоги в регіонах.

Девіантна поведінка може проявлятися різними способами – агресією, самопошкодженням, ухиленням від відвідування школи, асоціальною та протиправною поведінкою. Раніше вже зверталася увага на брак уваги до проблеми агресивної поведінки підлітків, а також на відсутність єдиної концепції у визначенні девіантності. Проблема девіантної поведінки в підлітків з РАС є «білою плямою» у сучасній науці. За даними PubMed, лише приблизно 6 000 публікацій стосуються цієї проблематики.

Попри невелику кількість досліджень у цій сфері, наявні дані свідчать про високу поширеність агресивної та девіантної поведінки в підлітків з РАС. Згідно з дослідженнями, понад половина батьків і опікунів стикаються з такими проявами. Водночас майже половина тих, хто стикається з такою поведінкою, не належить до близького кола підлітка [20; 28]. Агресія може проявлятися як у фізичній, так і у вербальній формах. Дослідження М. Моіс, Л.Е. Андрей, І. Міхайлеску, А.М. Буїка, Ф. Рад показують, що підлітки з РАС мають значно підвищені рівні вербальної агресії і реактивності за фрустрації порівняно з типово розвиненими однолітками [34].

Особливостями перебігу РАС у підлітків цікавилися багато науковців. C.E. Brown зі співавторами [21] вважають, що ключовим чинником у розвитку агресивної та девіантної поведінки в цієї категорії є зовнішні подразники, як-от шум і порушення звичного розпорядку дня. Інші ж автори вважають, що саме гнів лежить в основі формування такого типу поведінки, не виключають водночас впливу тривоги й такого її прояву, як тривожність. Саме тривожність здебільшого ускладнює ранню діагностику РАС або супроводжує його та погіршує перебіг [21; 24].

Сучасні емпіричні дані засвідчують, що тривожність є соціально значущим чинником у шкільному середовищі та має тісний зв'язок із проявами агресії в підлітків з розладами аутистичного спектра. Так, C.A.P. Purba зі співавторами (2024 р.) у своєму дослідженні відзначили, що підвищений рівень тривожності в підлітків із РАС корелює з більшою частотою агресивних реакцій, особливо в контексті взаємодії з ровесниками в навчальному середовищі [36]. Подібні результати отримали Р. Баведжа зі співавторами (2023 р.), які встановили, що в підлітків з високофункціональним аутизмом тривожність значно асоціюється як із фізичною агресією щодо інших, так і з аутоагресивними проявами [19]. П.Дж. Амблер (2015 р.) у результаті проведеного аналізу поведінки підлітків з РАС в загальноосвітніх школах довела, що саме соціальна тривожність виступає предиктором агресивної поведінки у шкільному середовищі. Учні з висо-

ким рівнем соціальної тривожності демонстрували більшу конфліктність у спілкуванні з однолітками та педагогами [16].

Дослідження Е. Рінальдо (2023 р.) показало, що навіть після контролю віку, когнітивних і соціальних характеристик тривожність залишається вагомим чинником ризику агресивної поведінки в дітей і підлітків з РАС. Водночас розвинені соціальні навички частково послаблюють цей зв'язок, знижують імовірність агресивних проявів [37].

У дослідженні, що проведено К. Лічмен зі співавторами (2024 р.), виявлено, що високий рівень тривожності в дітей і підлітків з РАС асоціюється із труднощами емоційної регуляції та нестабільною поведінкою. Це свідчить про те, що тривожність не лише ускладнює соціальну адаптацію, але й може опосередковано проявлятися через агресію у шкільному середовищі [32].

Отже, результати досліджень підтверджують, що тривожність виконує роль як емоційного тригера, так і поведінкового предиктора агресії та девіантних проявів у підлітків з РАС. Це підкреслює необхідність ранньої діагностики тривожності та її цілеспрямованої корекції в умовах освітніх інституцій, оскільки своєчасне втручання може суттєво знизити ризик агресивної та дезадаптивної поведінки.

Окрім тривоги, як предиктора агресивної поведінки, автори С.М. Канне та М.О. Мазурек уважають, що одним із чинників ризику девіантної та агресивної поведінки може бути сімейне середовище, як-от низький рівень освіти батьків, їхні невисокі доходи та часто авторитарний стиль виховання [28]. До біологічних чинників можна віднести чоловічу стать, затримку мовленнєвого розвитку та молодий вік матері під час народження дитини.

Терапія агресивної та девіантної поведінки в підлітків, на нашу думку, має бути не лише медикаментозною, а й психотерапевтичною.

Багато дослідників зосереджують увагу на фармакотерапії цих проявів, відзначають у своїх роботах ефективність таких нейролептиків, як Арипіпразол, Рисперидон і Оланзапін [26; 31; 40]. Проводилися дослідження щодо Луразидону, Зипразидону та Кветіапіну, проте вони показали меншу ефективність щодо агресивної поведінки в підлітків з РАС.

У разі використання Палиперидону спостерігався нижчий показник набору ваги під час терапії, проте вплив на агресивну поведінку також був менш виражений. Водночас допускається використання таких препаратів, як Вальпроат, Ламотриджин, Літій, Клонідин [23; 38]. М. Лемі та К.А. Еріксон у своїх працях зазначають, що застосування СІЗЗС можливе, проте не має достатньої доказової бази щодо ефективності в терапії [31].

Одним із важливих чинників є токсичність медикаментозної терапії, що, своєю чергою, спонукає до пошуку немедикаментозних методів підтримки.

**Корекційні підходи до подолання девіантної поведінки в підлітків з РАС**

Натепер програми, засновані на поведінковій терапії, спрямовані на поліпшення спілкування батьків з дитиною, а також акцентовані на розвитку комунікативних і соціальних навичок, мають найбільшу доказову базу й можуть розглядатися як ефективні щонайменше в короткостроковій перспективі (Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої), третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги та медичної реабілітації. Затверджено МОЗ 15 червня 2015 р. № 341) [10].

**Applied Behavior Analysis** (з англ. – прикладний аналіз поведінки (далі – АВА)) використовується як метод терапії за наявності РАС досить ефективно, базуючись на позитивному підкріпленні, що сприятливо позначається на поведінкових, соціальних і комунікативних навичках, а також покращує якість навчання підлітків з РАС у школах. Метод ґрунтується на підкріпленні бажаної поведінки й пригніченні небажаної, однак має суттєве обмеження – бар'єр у комунікації. Найчастіше підліткам з РАС надзвичайно складно виразити свої емоції та відчуття через чітко сформульовану вербальну комунікацію [25; 35].

У сучасній українській науковій літературі питання застосування біхевіористичних підходів до корекції поведінки дітей з розладами аутистичного спектра (РАС) розробляє Л. Рибченко, яка аналізує можливості впровадження АВА-терапії в освітню практику й окреслює перспективи її адаптації до вітчизняних умов [12]. Водночас С. Калашник зосереджує увагу на інтеграції біхевіоральних методів у системі спеціальної освіти, підкреслює необхідність адаптації зарубіжного досвіду щодо потреб дітей з особливими освітніми потребами в Україні [6].

Іншим ефективним методом є **Functional Behaviour Assessment** (з англ. – функціональна оцінка поведінки (далі – FBA)) [39]. Цей підхід ґрунтується на аналізі методів виявлення передумов і чинників, що впливають на поведінку підлітків з РАС. По суті, FBA є цілою стратегією, яка передбачає використання таких методів, як спостереження, інтерв'ю та фіксація поведінкових даних із подальшим аналізом. FBA продемонструвала ефективність у корекції агресивної чи девіантної поведінки підлітків з РАС. Вона не завжди усуває таку поведінку повністю, але здатна значно знижувати її прояви, частоту й інтенсивність [39].

Модель розвитку, індивідуальних відмінностей та відносин (далі – **DIR**), також відома як "Floortime", концептуально інтегрується в АВА-моделі та є одним із методів терапії для дітей і підлітків з РАС [43]. Концепція моделі передбачає провідну роль батьків у терапії дитини чи підлітка з РАС. Вона допомагає знижувати рівень агресії та тривожності через ігрові форми взаємодії з дорослими, де останні є повноправними учасниками процесу. DIR передбачає поетапний підхід і складається із 6 базових рівнів і додаткових. Якщо типовий розвиток дозволяє дитині опанувати

базовий рівень до 3–4 років, то в дітей з РАС цей процес може потребувати набагато більше часу через особливості емоційного розвитку. Модель DIR забезпечує індивідуальний підхід.

Одним із перспективних напрямів у немедикаментозній терапії РАС дослідники розглядають **Pivotal Response Treatment** (далі – PRT) – терапію базової реакції [27; 33]. Проведені Ф. Мохаммадзахері й іншими у 2015 р. дослідження показали вищу ефективність щодо девіантної поведінки порівняно з АВА-терапією. На відміну від традиційної АВА, PRT зосереджується на мотивації дитини чи підлітка, самовизначенні та реакції на соціальні контакти, водночас не створює штучного середовища, а базується на реальних життєвих ситуаціях і взаємодіях [33]. PRT максимально заохочує ініціативу самого підлітка.

Дослідження також показали ефективність використання **когнітивно-поведінкової терапії** (далі – **СВТ**) як методу лікування тривожності та схильності до агресії в підлітків з РАС [42]. Проте існує суттєве обмеження – тяжкість перебігу РАС у підлітків. У довгостроковій перспективі СВТ демонструє позитивні результати, що підтверджується низкою досліджень [29; 44]. У 2018 р. було показано, що ефективність може спостерігатися як в індивідуальній роботі, так і у групових заняттях із дітьми та підлітками з РАС [29]. Також серед сучасних фахівців у галузі когнітивно-поведінкової терапії особливе місце посідає австралійський психолог Т. Аттвуд, який у своїх працях детально розкриває можливості застосування когнітивно-поведінкової терапії в роботі з дітьми із синдромом Аспергера. Він підкреслює ефективність цього підходу в розвитку соціальних навичок, подоланні тривожності та формуванні позитивної самооцінки, що має ключове значення для успішної соціальної адаптації дітей з РАС [17].

Серед українських авторів помітним є внесок С. Дерев'янко, яка вказує на перспективність когнітивно-поведінкової терапії (далі – КПТ) у роботі з дітьми з розладами спектра аутизму та досліджує можливості її адаптації до реабілітаційних практик в Україні [5]. Дослідження О. Антошик показують, що використання елементів КПТ сприяє розвитку навичок емоційного розпізнавання і саморегуляції в дітей з РАС, що, своєю чергою, позитивно впливає на їхній психологічний стан і соціальну адаптацію [2].

**Сенсорна інтеграція** (далі – **СІ**). Багато девіантних проявів у підлітків з РАС (істерики, аутоагресія, уникання шкільних занять) мають сенсорне підґрунтя. Перевантаження звуками, світлом чи дотиками викликає в дитини реакції, які оточення сприймає як девіантні. Метод сенсорної інтеграції, започаткований А. Айрес [15], спрямований на гармонізацію сенсорного досвіду й формування більш адаптивних реакцій на подразники.

Українські дослідники І. Григус та І. Крук [3] зазначають, що застосування програм СІ зменшує рівень тривожності й агресивності, а також підвищує здатність дитини до соціальної взаємодії. О. Кіпаренко [8] доводить, що СІ може бути ефективним інструментом профілактики аутоагресії, адже допомагає дитині краще усвідомлювати власне тіло та його межі.

Інклюзивне навчання є **протективним чинником** щодо девіантної поведінки. Дитина з РАС, яка залишається ізольованою від колективу, має підвищений ризик формування асоціальної поведінки або уникання навчання. Перебування в інклюзивному середовищі за умови кваліфікованого педагогічного супроводу дозволяє дитині поступово засвоювати соціальні правила, набувати досвіду конструктивних взаємодій і уникати стигматизації.

І. Демченко [4] підкреслює значення методичних матеріалів для педагогів у роботі з дітьми з РАС, а О. Мартинчук [9] показує, що інтеграція таких дітей у загальноосвітні класи знижує рівень конфліктності й відчуження, які часто є предикторами девіантної поведінки.

Іншим перспективним напрямом є **музейна педагогіка**, яка відкриває нові можливості для профілактики девіантної поведінки через культурний і сенсорний досвід. Участь в адаптованих музейних програмах дозволяє дітям з РАС виражати емоції соціально прийнятним способом, знижує рівень тривожності та запобігає формуванню агресивних реакцій у стресових умовах.

Праці Х. Сільверман [41] та ініціатива "Autism in Museums" [18] демонструють, що музейне середовище може виступати безпечним майданчиком для розвитку соціальних навичок і подолання поведінкових бар'єрів. В Україні О. Квас та І. Земан [7] обґрунтовують інклюзивний потенціал музеїв, адаптивні ж програми у Києві вже показали позитивний вплив на соціальну взаємодію дітей з РАС.

**TEACCH** спрямована на структуроване навчання та організацію простору. Однією з основних причин девіантної поведінки є фрустрація через непередбачуваність середовища. Використання візуальних підказок, розкладів і структурованих інструкцій дозволяє зменшити рівень тривоги й агресії, запобігти зривам і аутоагресії.

В українських закладах спеціальної та інклюзивної освіти вже застосовуються окремі елементи TEACCH (розклади, піктограми, чітка організація простору), що підтверджує її ефективність як профілактичного інструменту щодо девіантних проявів [13].

**Роль сім'ї та міждисциплінарної команди.** Сім'я є визначальним чинником у формуванні або подоланні девіантної поведінки. Авторитарний стиль виховання чи відсутність розуміння особливостей дитини можуть провокувати агресію та асоціальність. Натомість навчальні програми для батьків, які включають стратегії роботи з агресією, аутоагресією та емоційною регуляцією, довели свою ефективність у зниженні частоти девіантних проявів [1].

Міждисциплінарна команда (психолог, дефектолог, логопед, психіатр, педагог) забезпечує комплексний підхід, завдяки якому девіантна поведінка розглядається не лише як проблема дитини, а і як наслідок взаємодії середовища, сім'ї та освітніх умов.

Виходячи із проведеного аналізу, зрозуміло, що в галузі немедикаментозної терапії девіантності, агресії та тривожності в дітей і підлітків з РАС зроблено значний крок уперед, однак досі залишається багато невідомого в цій сфері досліджень.

**Висновки.** Отже, аналіз літератури свідчить, що проблема девіантної та агресивної поведінки в підлітків з РАС залишається недооціненою і малодослідженою. Вона показує труднощі у формуванні єдиної концепції профілактики та терапії девіантної поведінки в цієї групи. Дослідники досі не дійшли єдиного розуміння в систематизації діагностичних підходів до цієї проблематики. Невелика кількість досліджень лише ускладнює ситуацію.

Важливим аспектом є соціально-педагогічна підтримка не лише підлітка з РАС, але й сім'ї загалом. Робота має бути спрямована на стабілізацію емоційного стану всіх членів родини, навчання методів подолання стресу й релаксації. Необхідно забезпечити підліткам безпечний простір, де вони могли б вільно виражати свої почуття та емоції; навчити справлятися з переживаннями, виробляти стратегії взаємодії із тривогою, стресами та зовнішніми подразниками.

З огляду на можливості медикаментозної корекції девіантної та агресивної поведінки в підлітків з РАС варто віднести це питання й до медичного аспекту, що, своєю чергою, має відображатися в міжнародних медичних класифікаціях. На нашу думку, це могло б сприяти виробленню єдиного розуміння проблематики та стандартизації підходів до профілактики.

У підсумку варто зазначити, що підходи до профілактики й терапії девіантної поведінки в підлітків з РАС мають бути не лише міждисциплінарними, а й спрямованими на індивідуальну роботу з підлітком. Поєднання освітньої, медичної, психологічної роботи та підтримки сім'ї дає можливість створити сприятливе середовище, забезпечити соціальну адаптацію та запобігати девіантній поведінці підлітка з РАС.

Виходячи із проведеного аналізу, можна зробити висновок: у сфері немедикаментозної терапії девіантності, агресії та тривожності в дітей і підлітків з РАС досягнуто значного прогресу, проте ще багато залишається невивченим.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Альошина А. Система корекційної роботи з дітьми раннього дитячого аутизму. Херсон : ХДУ, 2021. 70 с.

2. Антошик О. Ефективність КПТ тривожних розладів у людей з розладами спектра аутизму: системний огляд літератури. URL: https://er.ucu.edu.ua/items/19708427-667b-4f88-9e3a-304f391a48f9

3. Григус І., Крук І. Сенсорна інтеграція дітей з раннім аутизмом. *Rehabilitation and Recreation.* 2022. № 11. P. 102–110.

4. Демченко І. Сутність поняття «інклюзивна педагогіка». URL: https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/902/1/INKLUS_PEDAGOGIKA_tesy.pdf

5. Дерев'янко С. Когнітивно-поведінкова терапія. URL: http://erpub.chnpu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/9108/1/Когнітивно-поведінкова%20терапія.pdf

6. Калашник С. Огляд методик корекції поведінкових порушень у дітей з РАС. URL: https://dspace.hnpu.edu.ua/items/3c35db0b-2335-4745-a0a5-bbe2519d0db6

7. Квас О., Земан І. Музейна педагогіка як інструмент розширення освітнього простору. *Молодь і ринок.* 2019. № 5. С. 12–17.

8. Кіпаренко О. Сенсорна інтеграція як метод корекції розладів у дітей. *Проблеми сучасної психології.* 2020. № 49. С. 152–176.

9. Мартинчук О. Інклюзивна педагогіка як науковий чинник формування компетентності у сфері інклюзивного навчання дітей з особливими освітніми потребами. *Актуальні питання корекційної освіти.*2019. № 13. С. 157–175.

10. Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої), третинної (високоспеціалізованої) медичної допомоги та медичної реабілітації «Розлади аутистичного спектра (розлади загального розвитку)» : наказ МОЗ України від 15.06.2015 р. № 341. URL: https://zakon.rada.gov.ua/go/v0341282-15

11. Аутизм. *МОЗ України / Центр громадського здоров'я.* [Електронний ресурс]. URL: https://phc.org.ua/en/node/1558

12. Рибченко Л. Організація корекційної роботи з дітьми з аутистичними проявами у світовій практиці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.* Серія 19 «Корекційна педагогіка та спеціальна психологія». 2014. № 28. С. 189–193.

13. Скрипник Т. Комплексна програма розвитку дітей дошкільного віку з аутизмом «Розквіт». Київ, 2013. 234 с.

14. Турова Л., Вежновець Т. Dynamics of the incidence and prevalence of autism spectrum disorders in childhood in Ukraine. *Modern Pediatrics. Ukraine.* 2024. № 8 (144). P. 65–71. DOI: 10.15574/SP.2024.8(144).6571

15. Ayres A.J. Sensory Integration and the Child. Los Angeles : Western Psychological Services, 1972.

16. Ambler P.G., Eidels A., Gregory Ch. Anxiety and aggression in adolescents with autism spectrum disorders attending mainstream schools. *Research in Autism Spectrum Disorders.* 2015. Vol. 18. P. 97–109. DOI: 10.1016/j.rasd.2015.07.005

17. Attwood T. Autism Spectrum Disorders in Boys and Men. *Men's Health.* 4th ed. 2021. P. 325–329.

18. Baldino S.D. Museums and autism: creating an inclusive community for learning. *Museums, Equality and Social Justice.* Routledge, 2012. P. 217–228. DOI: 10.4324/9780203120057-22

19. Baweja R., Waschbusch D.A., Mayes S.D. Physical aggression toward others and self: correlates in autism, ADHD, and population-based samples. *JAACAP*

*Open.* 2023. № 1 (4). P. 274–283. DOI: 10.1016/j.jaacop.2023.07.004

20. Blackmore C.E., Woodhouse E.L., Gillan N. et al. Adults with autism spectrum disorder and the criminal justice system: an investigation of prevalence of contact, risk factors and sex differences. *Autism.* 2022. № 26 (8). P. 2098–2107. DOI: 10.1177/13623613221081343

21. Brown C.E., Quetsch L.B., Aloia L.S., Kanne S.M. Characteristics and correlates of aggressive behavior in autistic youths. *Journal of Autism and Developmental Disorders.* 2024. № 54 (4). P. 1264–1280. DOI: 10.1007/s10803-022-05876-6

22. Centers for Disease Control and Prevention. *Data and Statistics on Autism Spectrum Disorder. CDC.* 2024 [Електронний ресурс]. URL: https://www.cdc.gov/ncbddd/autism/data.html

23. DeFilippis M., Wagner K.D. Treatment of Autism Spectrum Disorder in Children and Adolescents. *Psychopharmacology Bulletin.* 2016. № 46 (2). P. 18–41.

24. Fitzpatrick S.E., Srivorakiat L., Wink L.K., Pedapati E.V., Erickson C.A. Aggression in autism spectrum disorder: presentation and treatment options. *Neuropsychiatric Disease and Treatment.* 2016. № 12. P. 1525–1538. DOI: 10.2147/NDT.S84585

25. Goodwin M.S., Mazefsky C.A., Ioannidis S., Erdogmus D., Siegel M. Predicting aggression in youth with autism using a wearable biosensor. *Autism Research.* 2019. № 12 (8). P. 1286–1296. DOI: 10.1002/aur.2151

26. Iffland M., Livingstone N., Jorgensen M., Hazell P., Gillies D. Pharmacological intervention for irritability, aggression, and self-injury in autism spectrum disorder (ASD). *Cochrane Database of Systematic Reviews.* 2023. Vol. 10. CD011769. DOI: 10.1002/14651858.CD011769.pub2

27. Ingersoll B., Schreibman L. Teaching reciprocal imitation skills to young children with autism using a naturalistic behavioral approach. *Journal of Autism and Developmental Disorders.* 2006. № 36 (4). P. 487–505. DOI: 10.1007/s10803-006-0089-y

28. Kanne S.M., Mazurek M.O. Aggression in children and adolescents with ASD: prevalence and risk factors. *Journal of Autism and Developmental Disorders.* 2011. № 41 (7). P. 926–937. DOI: 10.1007/s10803-010-1118-4

29. Kilburn T.R., Sørensen M.J., Thastum M., Rapee R.M., Rask C.U., Arendt K.B., Thomsen P.H. Group-based Cognitive Behavioural Therapy for anxiety disorder in children with ASD: a feasibility study. *Nordic Journal of Psychiatry.* 2019. № 73 (4–5). P. 273–280. DOI: 10.1080/08039488.2019.1622153

30. Koegel L.K., Koegel R.L., Harrower J.K., Carter C.M. Pivotal response intervention I: overview of approach. *Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps.* 1999. № 24 (3). P. 174–185.

31. Lamy M., Erickson C.A. Pharmacological management of behavioral disturbances in children and adolescents with autism spectrum disorders. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care.* 2018. № 48 (10). P. 250–264. DOI: 10.1016/j.cppeds.2018.08.015

32. Leachman C., Nichols E.S., Al-Saoud S., Duerden E.G. Anxiety in children and adolescents with autism spectrum disorder: behavioural phenotypes and environmental factors. *BMC Psychology.* 2024. № 12. P. 534. DOI: 10.1186/s40359-024-02044-6

33. Mohammadzaheri F., Koegel L.K., Rezaei M., Bakhshi E. A randomized clinical trial comparison between PRT and ABA intervention on disruptive behaviors in public school children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders.* 2015. № 45 (9). P. 2899–2907. DOI: 10.1007/s10803-015-2451-4

34. Moise M., Andrei L.E., Mihailescu I., Buica A.M., Rad F. Aggression and risk behaviors in adolescents with high-functioning autism. *Children (Basel).* 2025. № 12 (4). P. 455. DOI: 10.3390/children12040455

35. Piper A., Borrero J.C., Becraft J.L. Differential reinforcement-of-low-rate procedures: a systematic replication with students with autism spectrum disorder. *Journal of Applied Behavior Analysis.* 2020. № 53 (2). P. 1058–1070. DOI: 10.1002/jaba.631

36. Purba C.A.P., Febriyana N., Setiawati Y., Yunias et al. Managing Aggressive Behavior in Adolescents with Autism Spectrum Disorder: pharmacological and non-pharmacological approaches. *Journal of the Korean Academy of Child and Adolescent Psychiatry.* 2024. № 35 (4). P. 223–229. DOI: 10.5765/jkacap.240016

37. Rinaldo E., Perry A. Associations of age, anxiety, and social functioning with aggressive behaviour in youth with autism spectrum disorder. *Research in Autism Spectrum Disorders.* 2023. № 108. P. 102246. DOI: 10.1016/j.rasd.2023.102246

38. Robb A.S. Managing irritability and aggression in autism spectrum disorders in children and adolescents. *Developmental Disabilities Research Reviews.* 2010. № 16 (3). P. 258–264. DOI: 10.1002/ddrr.118

39. Robertson D., Clear C., Carey C. A Clinician's Guide to Mental Health Conditions in Adults with ASD: Assessment and Interventions. London : Jessica Kingsley Publishers, 2019.

40. Siafis S., Çıray O., Wu H., Schneider-Thoma J., Bighelli I., Krause M., Rodolico A., Ceraso A., Deste G., Huhn M., Fraguas D., San José Cáceres A., Mavridis D., Charman T., Murphy D.G., Parellada M., Arango C., Leucht S. Pharmacological and dietary-supplement treatments for ASD: a systematic review and network meta-analysis. *Molecular Autism.* 2022. № 13 (1). P. 10. DOI: 10.1186/s13229-022-00488-4

41. Silverman C. NeuroTribes: the legacy of autism and the future of neurodiversity by Steve Silberman. *Anthropological Quarterly.* 2015. № 88 (4). P. 1111–1121.

42. van Steensel F.J.A., Bögels S.M. CBT for anxiety disorders in children with and without autism spectrum disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology.* 2015. № 83 (3). P. 512–523. DOI: 10.1037/a0039108

43. Wieder S., Greenspan S.I. Climbing the symbolic ladder in the DIR model through floor time/interactive play. *Autism.* 2003. № 7 (4). P. 425–435. DOI: 10.1177/1362361303007004008

44. Wood J.J., Ehrenreich-May J., Alessandri M., Fujii C., Renno P., Laugeson E., Piacentini J.C., De Nadai A.S., Arnold E., Lewin A.B., Murphy T.K., Storch E.A. CBT for early adolescents with ASD and clinical anxiety: a randomized controlled trial. *Behavior Therapy.* 2015. № 46 (1). P. 7–19. DOI: 10.1016/j.beth.2014.01.002

*Стаття надійшла у редакцію: 16.09.2025*
*Стаття прийнята: 25.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ІНТЕГРАЦІЯ МЕТАКОГНІТИВНОЇ ТА ДІАЛЕКТИЧНОЇ ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ В КОРЕКЦІЇ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

# INTEGRATION OF METACOGNITIVE AND DIALECTICAL BEHAVIORAL THERAPY IN THE CORRECTION OF SUICIDAL BEHAVIOR

УДК 159.9.072:616.89-008.441.44
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.34
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Раскосова А.М.**
здобувачка вищої освіти
кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумський державний університет
ORCID ID:0009-0003-5798-1217

**Іванова Т.В.**
к.психол.н., доцент кафедри психології,
політології та соціокультурних
технологій
Сумський державний університет
ORCID ID: 0000-0002-9394-8858

*Схильність до суїцидальної поведінки залишається соціальною проблемою сучасної охорони здоров'я, тому потребує впровадження інноваційних психотерапевтичних підходів. Традиційні методи терапії демонструють обмежену ефективність під час роботи з особами підвищеного суїцидального ризику, що актуалізує необхідність розроблення альтернативних терапевтичних стратегій.*

*У статті проводиться теоретичний аналіз потенціалу метакогнітивної терапії (МКТ) А. Веллса та діалектичної поведінкової терапії (ДПТ) М. Лінехан у корекції суїцидальної поведінки. Розглядаються концептуальні основи обох підходів, їхня клінічна ефективність та можливості впровадження у вітчизняну психотерапевтичну практику.*

*Метакогнітивна терапія спрямована на корекцію дисфункціональних метакогнітивних переконань та синдрому когнітивної уваги (CAS), що забезпечує редукцію руминативних процесів і підвищення емоційної саморегуляції. Діалектична поведінкова терапія розвиває навички усвідомленості, толерантності до дистресу, міжособистісної ефективності й емоційної регуляції, що знижує імпульсивність та автоагресивні прояви.*

*Аналіз виявляє специфічні обмеження кожного методу: складності засвоєння метакогнітивних концепцій у метакогнітивній терапії та високі ресурсні вимоги діалектичної поведінкової терапії. Це обґрунтовує доцільність розроблення інтегративного підходу, що поєднує переваги обох методологій. Огляд міжнародних досліджень підтверджує довгострокову ефективність обох підходів у редукції суїцидальних ідеацій та автоагресивних дій. Метакогнітивна терапія демонструє особливу ефективність під час роботи з руминативними процесами та когнітивними спотвореннями, тоді як діалектична поведінкова терапія показує високі результати у формуванні стресостійкості та міжособистісних навичок.*

*Запропоновано сім інтегративних технік, зокрема й метакогнітивну усвідомленість, соціально-метакогнітивну інтеграцію та превентивні протоколи, що демонструють практичні можливості синергетичного поєднання метакогнітивної та діалектичної поведінкової терапії. Ці методи дозволяють одночасно працювати з когнітивними, емоційними та поведінковими аспектами суїцидальності.*

*Упровадження цих підходів у клінічну практику має потенціал для підвищення ефективності терапії суїцидальної поведінки через персоналізований комплексний вплив на різні компоненти суїцидального ризику.*

**Ключові слова:** *схильність до суїцидальної поведінки, метакогнітивна терапія, діалектична поведінкова терапія, інтегративний підхід, психотерапія, корекція суїцидальності.*

*Suicidal behavior tendencies remain a critical social problem in modern healthcare, necessitating the implementation of innovative psychotherapeutic approaches. Traditional therapeutic methods demonstrate limited effectiveness when working with individuals at high suicidal risk, which actualizes the need for developing alternative therapeutic strategies.*

*This article conducts a theoretical analysis of the potential of A. Wells' Metacognitive Therapy (MCT) and M. Linehan's Dialectical Behavior Therapy (DBT) in correcting suicidal behavior. The conceptual foundations of both approaches, their clinical effectiveness, and possibilities for implementation in domestic psychotherapeutic practice are examined.*

*MCT is aimed at correcting dysfunctional metacognitive beliefs and Cognitive Attentional Syndrome (CAS), which ensures reduction of ruminative processes and enhancement of emotional self-regulation. DBT develops mindfulness skills, distress tolerance, interpersonal effectiveness, and emotional regulation, which reduces impulsivity and auto-aggressive manifestations.*

*The analysis reveals specific limitations of each method: difficulties in assimilating metacognitive concepts in MCT and high resource requirements of DBT. This substantiates the feasibility of developing an integrative approach that combines the advantages of both methodologies. A review of international studies confirms the long-term effectiveness of both approaches in reducing suicidal ideations and auto-aggressive actions. MCT demonstrates particular effectiveness in working with ruminative processes and cognitive distortions, while DBT shows high results in developing stress resistance and interpersonal skills.*

*Seven integrative techniques are proposed, including metacognitive awareness, social-metacognitive integration, and preventive protocols, which demonstrate practical possibilities for synergistic combination of MCT and DBT. These methods allow simultaneous work with cognitive, emotional, and behavioral aspects of suicidality.*

*Implementation of these approaches in clinical practice has the potential to enhance the effectiveness of suicidal behavior therapy through personalized comprehensive impact on various components of suicidal risk.*

**Key words:** *suicidal behavior tendencies, metacognitive therapy, dialectical behavior therapy, integrative approach, psychotherapy, suicidality correction.*

**Вступ.** Суїцидальна поведінка становить одну з найактуальніших глобальних проблем сучасності. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, щорічно внаслідок суїциду втрачають життя приблизно 700 тисяч осіб, найбільш вразливою групою є молодь віком 15–29 років. Аналіз показників смертності ВООЗ за період 1990–2020 рр. демонструє критичне зростання

суїцидальної поведінки, особливо у Великій Британії, Сполучених Штатах Америки та регіонах Центрально-Східної Європи, де спостерігаються стійкі тенденції до збільшення кількості самогубств [2].

У зв'язку з високою поширеністю суїцидальної поведінки її профілактика, терапія та психокорекція визнані міжнародним пріоритетом охорони здоров'я. Зниження рівня самогубств офіційно включено як один із ключових індикаторів до Цілей сталого розвитку ООН із плановим терміном досягнення до 2030 р. [6].

Огляд сучасних наукових досліджень підтверджує критичну необхідність поглибленого вивчення суїцидальної поведінки та розроблення інноваційних психотерапевтичних підходів. Актуальність даної проблематики значно посилюється в контексті сучасних викликів – політичних криз, воєнних конфліктів, пандемій, зростання соціальної напруженості та масового психологічного виснаження населення, що призводить до надзвичайно швидкого зростання суїцидальних тенденцій.

Попри значний обсяг наукових праць, присвячених дослідженню схильності до суїцидальної поведінки, ця проблема залишається не досить розкритою з низки об'єктивних причин. З одного боку, соціально-економічні та політичні трансформації формують нові етіологічні фактори, які потребують глибокого міждисциплінарного аналізу. З іншого – традиційні терапевтичні методи, незважаючи на доведену ефективність у базових клінічних умовах, демонструють обмеження під час роботи із сучасними формами суїцидального ризику та не завжди адаптовані до індивідуальних особливостей пацієнтів в умовах мінливого соціального контексту. Це актуалізує необхідність як поглиблення теоретичного розуміння етіопатогенезу суїцидальної поведінки, так і впровадження науково обґрунтованих альтернативних терапевтичних підходів. Тому дослідження та впровадження інноваційних методів психотерапії залишаються пріоритетним напрямом сьогодення у клінічній практиці.

Сучасні наукові публікації акцентують увагу на необхідності систематизації та розширення існуючих знань про суїцидальну поведінку з метою розроблення доказово обґрунтованих методів профілактики та терапевтичних інтервенцій. Терапевтичні підходи мають орієнтуватися не лише на зменшення проявів гострих кризових станів, але й на формування психологічної резильєнтності особистості загалом, що надалі буде сприяти зниженню показників суїцидальної смертності [8].

Комплексне дослідження суїцидальної поведінки потребує інтеграції наукових, медичних і соціологічних підходів. З одного боку, емпіричні дослідження забезпечують ідентифікацію груп ризику, систематизацію предикторів суїцидальності та розроблення персоналізованих терапевтичних протоколів. З іншого – розуміння соціально-психологічних механізмів, що лежать в основі суїцидальних реакцій, створює підґрунтя для ефективних психотерапевтичних моделей, адаптованих до специфіки різних вікових груп та індивідуально-психологічних особливостей [11]. Таким чином, важливим є врахування індивідуального характеру суїцидальної поведінки, оскільки фактори ризику демонструють значну варіативність залежно від віку, гендерної приналежності, соціально-економічного статусу та мікросоціального оточення. Така гетерогенність етіологічних чинників значно ускладнює розроблення уніфікованих терапевтичних протоколів, що актуалізує потребу у створенні комплексних і адаптивних психотерапевтичних моделей. Перш ніж перейти до розгляду можливих терапевтичних підходів у роботі з особами, що демонструють суїцидальну поведінку, розглянемо деякі основні визначення.

Схильність до суїцидальної поведінки визначається як спектр дій і когнітивних процесів, спрямованих на добровільне припинення власного життя. Цей континуум включає суїцидальні ідеації, планування самогубства, парасуїцидальні спроби та завершені суїциди [5]. Клінічна картина суїцидальної поведінки ускладнюється тим, що вона часто поєднується із психічними захворюваннями. Епідеміологічні дані свідчать, що більшість осіб, які вчиняють самогубство, мають додаткові психічні патології, серед яких трапляються депресивні епізоди, порушення шизофренічного спектра, залежності від психоактивних речовин, тривожні стани, межові типи особистості й інші адаптаційні порушення. Ця ситуація є підтвердженням необхідності використання саме мультимодальних терапевтичних підходів [10].

У контексті сучасних соціокультурних змін на особливий науковий інтерес заслуговує вивчення ролі цифрових технологій у формуванні суїцидального ризику серед підлітків і молоді. Інтенсивне використання соціальних мереж, онлайн-комунікація, соціальне порівняння та споживання цифрового контенту корелюють із підвищенням суїцидальних тенденцій у даних вікових групах. Постійне використання соціальних медіаплатформ негативно впливає на психоемоційний стан і суб'єктивне благополуччя користувачів. Як показують дослідження, надмірна інтернет-активність асоціюється з підвищеним рівнем соціальної ізоляції, міжособистісною агресивністю та зростанням аутодеструктивних тенденцій [18].

**Виклад основного матеріалу.** Метою статті є теоретичний аналіз терапевтичного потенціалу метакогнітивної терапії (далі – МКТ) А. Веллса та діалектичної поведінкової терапії (далі – ДПТ) М. Лінехан у корекції суїцидальної поведінки. Стаття спрямована на розкриття концептуальних основ зазначених методологій, оцінювання їхньої клінічної ефективності й обґрунтування перспектив упровадження у психотерапевтичну практику як доповнення до наявних підходів у роботі з особами підвищеного суїцидального ризику.

*Теоретичні засади метакогнітивної терапії*. Метакогнітивна терапія (МКТ) – це психотерапевтичний підхід, розроблений А. Веллсом, який кон-

центрується на модифікації метакогнітивних переконань, а не на зміні змісту когнітивних процесів. Теоретичним фундаментом МКТ слугує модель саморегуляторної функції (далі – S-REF), створена А. Веллсом і Г. Метьюзом, та модель занепокоєння. Ці концептуальні рамки розкривають роль дисфункціональних метакогнітивних переконань та синдрому когнітивної уваги (далі – CAS) у підтримці патологічних емоційних станів [9].

Синдром когнітивної уваги (CAS) становить центральну концепцію метакогнітивної терапії. Цей феномен характеризується як дезадаптивний паттерн когнітивного функціонування, що негативно впливає на здатність особи до ефективної саморегуляції та гнучкого реагування на емоційні переживання. CAS блокує природні механізми психологічної адаптації та включає такі компоненти: персеверативне занепокоєння, руминативні процеси, дезадаптивні копінг-стратегії та гіперпильність щодо потенційних загроз. Ключовим постулатом моделі є розуміння того, що психопатологія визначається не змістом думок, а специфікою метакогнітивного реагування на них. Отже, CAS функціонує як ключовий патогенетичний механізм метакогнітивної терапії, представляє дисфункціональний когнітивний стиль, що перешкоджає ефективній саморегуляції. Синдром проявляється через стійкі негативні когнітивні патерни, дезадаптивні поведінкові стратегії та постійний моніторинг загроз, які підтримуються дисфункціональними метакогнітивними переконаннями та лежать в основі широкого спектра психічних розладів [7].

Метакогнітивна терапія, розроблена А. Веллсом у 2009 р. на основі моделі саморегуляторної виконавчої функції, демонструє терапевтичну ефективність завдяки зменшенню дисфункціональних метакогнітивних переконань. МКТ успішно застосовується за широкого спектра психічних розладів, як-от травматичні та стресові розлади, обсесивно-компульсивний спектр, розлади особистості, психотичні розлади, залежності та сексуальні дисфункції, що підтверджує її універсальність у психіатричній практиці [12].

*Теоретичні основи діалектичної поведінкової терапії.* Діалектична поведінкова терапія (ДПТ) являє собою комплексний терапевтичний підхід, розроблений М. Лінехан, який первинно застосовувався для лікування осіб із залежністю від психоактивних речовин, хронічною суїцидальністю та емоційно нестабільним розладом особистості [16]. Із часом сфера застосування ДПТ значно розширилася, охопила корекцію розладів харчової поведінки та біполярного афективного розладу [13].

Методологічну основу ДПТ становить інтеграція принципів когнітивно-поведінкової терапії, буддійських практик усвідомленості (mindfulness) та діалектичної філософії. Центральний фокус ДПТ зосереджений на розвитку навичок емоційної саморегуляції, поведінкового самоконтролю та формуванні адаптивних копінг-стратегій для ефективного подолання дистресу та міжособистісних конфліктів [14].

*Клінічна ефективність досліджуваних методів.* Клінічне застосування МКТ у терапії осіб із суїцидальними тенденціями демонструє значну ефективність у редукції депресивної симптоматики, корекції дисфункціональних метакогнітивних процесів і оптимізації загального психічного функціонування. Техніка відстороненої уваги сприяє розмежуванню змісту думок від їхньої суб'єктивної значущості та зменшенню ідентифікації з негативними когніціями. Модифікація позитивних і негативних метакогнітивних переконань у поєднанні з корекцією дезадаптивних копінг-стратегій дає можливість підвищити емоційну саморегуляцію та знизити інтенсивність руминативних процесів [17].

Застосування ДПТ у клінічній практиці також показує високу ефективність у зниженні частоти автоагресивних дій і зменшенні суїцидальних намірів. Техніки усвідомленості (mindfulness) розвивають навички концентрації на актуальному моменті та формують здатність до рефлексивного реагування замість автоматичних поведінкових патернів, що суттєво знижує імпульсивність [1]. Тренування міжособистісної ефективності оптимізує соціальну взаємодію та якість міжособистісних стосунків, що виступає додатковим фактором профілактики суїцидального ризику. Навички толерантності до дистресу забезпечують формування адаптивних переживань, які, навіть за збільшення інтенсивності, не призводять до суїцидальної поведінки. Отже, ДПТ сприяє формуванню нових адаптивних поведінкових стратегій і значною мірою покращує психосоціальне функціонування [15]. Огляд програм тренування соціоемоційних навичок на основі ДПТ для профілактики суїциду серед студентів демонструє ефективність цього підходу у клінічних і освітніх контекстах. Результати досліджень показали, що позитивні зміни в пацієнтів зберігалися протягом одного-двох років зі зменшенням госпіталізацій, редукцією суїцидального ризику та депресивної симптоматики [4].

*Обмеження та перспективи вдосконалення терапевтичних підходів.* Аналіз підтверджує терапевтичну ефективність МКТ та ДПТ в корекції суїцидальної поведінки, проте виявляє суттєві методологічні обмеження, що потребують подальшого вдосконалення. Основні обмеження метакогнітивної терапії включають складнощі в засвоєнні пацієнтами концепції когнітивної дифузії, обмежену кількість адаптованих технік і переважний фокус на когнітивних процесах за браку уваги до емоційного складника, що може знижувати терапевтичну ефективність під час роботи з емоційно лабільними пацієнтами.

Діалектична поведінкова терапія має деякі практичні обмеження, до яких можна віднести високий рівень навантаження на терапевта, тривалість та вартість терапевтичного процесу, а також велику кількість вимог (завдання, щоденники моніторингу, регулярні вправи), що може спричинити

опір у пацієнтів із суїцидальними тенденціями через низьку мотивацію та брак енергетичних ресурсів. Ці обмеження актуалізують необхідність розроблення модифікованих терапевтичних протоколів, що враховують індивідуально-психологічні особливості пацієнтів і забезпечують стійкість терапевтичних результатів через персоналізований підхід до лікування.

З огляду на виявлені обмеження окремих терапевтичних підходів доцільним є розгляд можливості інтеграції методів ДПТ та МКТ для оптимізації роботи з особами, схильними до суїцидальної поведінки [3]. Інтегративна модель метакогнітивної та діалектичної поведінкової терапії передбачає синергетичне поєднання терапевтичних технік, що забезпечує комплексний вплив на різні аспекти суїцидальної поведінки.

МКТ-компонент інтегративного підходу забезпечує корекцію дисфункціональних метакогнітивних переконань та редукцію румінативних процесів, тоді як ДПТ-складник спрямований на розвиток навичок емоційної саморегуляції та поведінкового самоконтролю. Така комплементарність дозволяє компенсувати обмеження кожного окремого методу, розширює терапевтичний інструментарій і підвищує ефективність профілактики рецидивів. Інтегративний підхід буде сприяти оптимізації терапевтичного процесу через зменшення наявних обмежень, розширенню психотерапевтичних інтервенцій і підвищення якості роботи із суїцидальною поведінкою.

Реалізація інтегративного підходу потребує розроблення конкретних технік, що об'єднують переваги обох терапевтичних підходів і нівелюють їхні окремі обмеження. Наступні методи демонструють практичні можливості синергетичного поєднання МКТ та ДПТ в роботі із суїцидальною поведінкою.

1. Метакогнітивна усвідомленість (МКТ + ДПТ Mindfulness). Інтеграція відстороненої уваги з техніками усвідомленості забезпечує стабілізацію емоційного стану через розвиток навичок спостереження за когнітивними процесами без ідентифікації з ними. МКТ-компонент сприяє когнітивній дифузії, тоді як ДПТ-елемент забезпечує емоційну регуляцію, що ефективно відволікає від суїцидальних ідеацій.

2. Соціально-метакогнітивна інтеграція. Поєднання формування адаптованих форм індивідуальної поведінки (МКТ) з навичками міжособистісної ефективності (ДПТ) може зменшити соціальну ізоляцію. Розуміння пацієнтом потреби в підтримці та розвиток комунікативних навичок зможе забезпечити ефективну соціальну реінтеграцію.

3. Когнітивно-емоційна модифікація. Поєднання методів корекції метакогнітивних переконань (МКТ) з техніками емоційної регуляції (ДПТ) надасть клієнту можливість більш екологічно переживати інтенсивні емоційні стани, що виникають під час когнітивної реструктуризації, та мінімізувати ризик рецидивів.

4. Адаптивний копінг-комплекс. Інтеграція модифікації дезадаптивних копінг-стратегій (МКТ) з навичками толерантності до дистресу (ДПТ) включає розпізнавання неефективних стратегій і заміну їх адаптивними техніками (дихальні вправи, відволікання, медитація).

5. Превентивний протокол. Поєднання профілактики рецидивів (МКТ) з толерантністю до дистресу (ДПТ) передбачає розроблення персоналізованого плану дій для подолання автоагресивних імпульсів через техніки відволікання та безпечного емоційного вираження.

6. Метакогнітивний моніторинг емоцій. Застосування навичок метакогнітивного усвідомлення для спостереження за емоційними станами без негайного ситуативного реагування, що дозволяє активувати ДПТ-навички регуляції в разі необхідності.

7. Діалектичне переосмислення метакогніцій. Використання діалектичного мислення для роботи із суперечливими метакогнітивними переконаннями, це надає можливість клієнту інтегрувати протилежні когнітивні настанови без когнітивного дисонансу між ними.

**Висновки.** Теоретичний аналіз метакогнітивної терапії (МКТ) А. Веллса та діалектичної поведінкової терапії (ДПТ) М. Лінехан у контексті корекції суїцидальної поведінки демонструє їхній значний терапевтичний потенціал як альтернативних підходів до традиційних методів психотерапії. Обидва підходи показують доведену ефективність у роботі із ключовими компонентами суїцидальності: МКТ – через корекцію дисфункціональних метакогнітивних процесів та редукцію румінативних патернів, ДПТ – через розвиток навичок емоційної саморегуляції та толерантності до дистресу.

Систематичний огляд клінічних досліджень підтверджує, що МКТ забезпечує ефективну корекцію синдрому когнітивної уваги (CAS), що є центральним патогенетичним механізмом підтримки суїцидальних ідеацій. Можливість широкого застосування методу для роботи з різними порушеннями та відносно короткий період терапії роблять його особливо цінним для роботи із кризовими станами, де фактор часу має критичне значення.

ДПТ демонструє високу ефективність у забезпеченні довгострокової ремісії та стабільності терапевтичних результатів. Комплексний підхід до розвитку навичок усвідомленості, міжособистісної ефективності та толерантності до дистресу створює надійну основу для профілактики рецидивів автоагресивної поведінки.

Виявлені методологічні обмеження кожного підходу, зокрема складність засвоєння метакогнітивних концепцій у МКТ та високі вимоги до ресурсів у ДПТ, актуалізують перспективність розроблення інтегративної моделі. Запропонована концепція поєднання МКТ та ДПТ через синергетичне використання їхніх технік має потенціал для подолання окремих обмежень та створення більш ефективного терапевтичного інструментарію.

Практична реалізація інтегративного підходу через розроблені техніки метакогнітивної усвідомленості, соціально-метакогнітивної інтеграції та превентивних протоколів відкриває нові можливості для персоналізованої терапії суїцидальної поведінки. Ці методи дозволяють одночасно працювати з когнітивними, емоційними та поведінковими аспектами суїцидальності, забезпечувати комплексний терапевтичний вплив.

Впровадження МКТ та ДПТ, а також їх інтегративних варіантів у вітчизняну психотерапевтичну практику може суттєво підвищити якість допомоги особам із суїцидальним ризиком. Це особливо актуально в контексті сучасних викликів – воєнного стану, масового психологічного травматизму та зростання потреби в ефективних кризових інтервенціях.

Подальші перспективи розвитку даного напряму включають емпіричну верифікацію ефективності запропонованих інтегративних технік, розроблення стандартизованих протоколів їх застосування та підготовку фахівців для впровадження цих методів у клінічну практику.

**ЛІТЕРАТУРА:**


1. Açikel A., Manfredi C. Dialectical behavior therapy. *Encyclopedia of Mental Health.* Third Edition. 2023. P. 655–661. https://doi.org/10.1016/b978-0-323-91497-0.00076-x

2. Bertuccio P., et al. Global trends in youth suicide from 1990 to 2020: an analysis of data from the WHO mortality database. *eClinicalMedicine*. 2024. Vol. 70. P. 102506. https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2024.102506

3. Cerniţanu M. Perspectives in integrative psychotherapy. *Psihologie*. 2023. P. 29–33. https://doi.org/10.46727/c.v1.24-25-03-2023.p29-33

4. de Luna Velasco L.E., Santana Campas M.A., Santoyo Telles F. Intervenciones psicológicas para la prevención del suicidio DBT-A con adolescentes: una revisión sistemática. *Avances en Psicología*. 2023. Vol. 32. № 1. P. 1–11. https://doi.org/10.33539/avpsicol.2024.v32n1.3120

5. Hosaoglu G. New Studies on Suicide and Self-Harm [Electronic resource]. London : IntechOpen, 2023. 120 p.

6. Luijer T., Francken S. Wat is metacognitieve therapie? *Metacognitieve therapie voor jongeren met een piekerstoornis*. 2023. P. 9–15. https://doi.org/10.1007/978-90-368-2915-1_3

7. Menon V. Interventions for attempted suicide. *Current Opinion in Psychiatry*. 2022. Vol. 35. № 5. P. 317–323. URL: https://scispace.com/papers/interventions-for-attempted-suicide-202tjv4o

8. Menon V., Subramanian K., Balasubramanian I. Suicide: Epidemiology, Prevention, Assessment, Treatment, and Outcomes. *Essentials in Health and Mental Health*. Cham, 2024. P. 77–91. https://doi.org/10.1007/978-3-031-56192-4_5

9. Metakognitiv terapi. Tidsskrift for Norsk psykologforening. 2023. Vol. 60. №. 12. P. 781–791. https://doi.org/10.52734/chiq3716

10. Sarkhel S., Vijayakumar V., Vijayakumar L. Clinical practice guidelines for management of suicidal behaviour. *Indian Journal of Psychiatry*. 2023. Vol. 65. № 2. P. 124. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_497_22

11. Serafini G., et al. The role of inflammation in the pathophysiology of depression and suicidal behavior: implications for treatment. *Medical Clinics of North America*. 2023. Vol. 107. № 1. P. 1–29. https://doi.org/10.1016/j.mcna.2022.09.001

12. Sharma V., et al. The scope of metacognitive therapy in the treatment of psychiatric disorders. *Cureus*. 2022. https://doi.org/10.7759/cureus.23424

13. Silva Paredes C.R. Estrategias de terapia dialéctica conductual para depresión en adolescentes: una propuesta teórica. *Talentos*. 2022. Vol. 9. № 2. P. 84–100. https://doi.org/10.33789/talentos.9.2.172

14. Stein M.B., Nyer M. Dialectical Behavior Therapy and Cognitive Behavioral Therapy Techniques on a General Psychiatric Inpatient Unit. *Current Clinical Psychiatry*. Springer International Publishing, 2023. P. 437–453. https://doi.org/10.1007/978-3-031-29368-9_29

15. Widyawati R.A., Surjaningrum E.R. Dialectical behavior therapy for improving individual emotional regulation ability with self-harm. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2024. Vol. 12. № 4. P. 517. https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i4.16223

16. Wöhrmann L., Wunderer E. Die Dialektisch-Behaviorale Therapie bei Essstörungen. *TUP – Theorie und Praxis der Sozialen Arbeit*. 2021. № 1. P. 40–46. https://doi.org/10.3262/tup2101040

17. Zhang Z., et al. Effect of metacognitive therapy on depression in patients with chronic disease: a protocol for a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*. 2024. Vol. 14. № 4. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-075959

18. Zohuri B., McDaniel P. Global suicide rate among youngsters increasing significantly. *Transcranial Magnetic and Electrical Brain Stimulation for Neurological Disorders*. 2022. P. 343–355. https://doi.org/10.1016/b978-0-323-95416-7.00007-9


*Стаття надійшла у редакцію: 28.09.2025*
*Стаття прийнята: 07.10.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ ЗДАТНОСТІ ДО ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК КОМПОНЕНТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

# THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF THE STUDY OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL INDICATORS OF THE DEVELOPMENT OF THE ABILITY FOR EMOTIONAL SELF-REGULATION AS A COMPONENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN YOUNG PEOPLE

УДК 159.942
DOI https://doi.org/10.32782/hbts.77.1.35
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

**Федик О.В.**
к.психол.н., доцент, доцент кафедри загальної психології
Карпатський національний університет імені Василя Стефаника
ORCID ID: 0000-0002-9029-2611

*У статті розглядаються психофізіологічні маркери ефективності застосування стратегій саморегуляції особами юнацького віку в контексті розвитку їхнього емоційного інтелекту. Зокрема, представлено результати теоретичного аналізу сучасних моделей емоційного інтелекту. Систематизовано знання про структуру емоційного інтелекту, навички, які входять до неї, здатність до емоційної саморегуляції та її стратегії. Актуальність даного дослідження пояснюється необхідністю пошуку шляхів підвищення рівня емоційної компетентності в осіб юнацького віку, оскільки вони є однією з найбільш вразливих категорій щодо прояву розладів психічного здоров'я під впливом тривалого стресу, характерного для реалій сучасності. Варто зауважити, що в період юнацького віку продовжується формування мозкових структур, які відповідають за здатність контролювати власні емоції та імпульси, у зв'язку із чим і можуть проявлятися труднощі з емоційним і поведінковим самоконтролем у цей період. Водночас рівень розвитку навички контролю власних емоційних реакцій тісно пов'язаний з показниками психічного добробуту, а також академічної і соціальної успішності молодих людей. Отже, детальне вивчення механізмів формування здатності до емоційного самоконтролю важливе для створення умов, які забезпечать гармонійний психосоціальний розвиток юних осіб. У статті пояснюється, що емоційна саморегуляція є одним з найбільш важливих компонентів емоційного інтелекту, згідно з моделлю здібностей. Ефективною стратегією емоційної саморегуляції вважається когнітивна переоцінка, яка пов'язана з підвищенням здатності до адаптації. Центральною ідеєю статті є демонстрація психофізіологічного підґрунтя, яке забезпечує здатність до регуляції власних емоцій. Описано нейронні структури, які беруть участь у процесі регуляції проявів емоційних реакцій та імпульсів. Також окреслено психофізіологічні маркери ефективності застосування методів контролю власних емоцій, до яких належить варіабельність серцевого ритму та шкірно-гальванічна реакція. У підсумку продемонстровано зв'язок розвитку емоційного інтелекту осіб юнацького віку зі здатністю до емоційної саморегуляції. Визначено психофізіологічні показники, які можна використовувати у процесі дослідження рівня розвитку зазначеної навички. У висновку зазначається, що знання психофізіології емоційного самоконтролю дозволяє краще зрозуміти механізми розвитку емоційної компетентності та досягнення емоційної зрілості. Дане знання може стати основою для розроблення тренінгових програм, спрямованих на розвиток емоційного інтелекту в осіб юнацького віку.*
**Ключові слова:** *емоційна саморегуляція, емоційний інтелект, емоційна компетентність, стресостійкість, емоційна стійкість, психологія емоцій, психофізіологія емоцій, юнацький вік.*

*The article examines psychophysiological markers of the effectiveness of self-regulation strategies in adolescents in the context of the development of their emotional intelligence. In particular, the results of a theoretical analysis of modern models of emotional intelligence are presented. Knowledge about the structure of emotional intelligence, the skills that are part of it, the ability to emotional self-regulation and its strategies are systematized. The relevance of this study is explained by the need to find ways to increase the level of emotional competence in adolescents, since they are one of the most vulnerable categories of mental health disorders under the influence of prolonged stress characteristic of modern realities. It is worth noting that during adolescence, the formation of brain structures continues, which are responsible for the ability to control one's own emotions and impulses, and therefore difficulties with emotional and behavioral self-control may occur during this period. At the same time, the level of development of the skill of controlling one's own emotional reactions is closely related to indicators of mental well-being, as well as academic and social success of young people. Therefore, a detailed study of the mechanisms of formation of the ability to emotional self-control is important for creating conditions that will ensure the harmonious psychosocial development of young people. The article explains that emotional self-regulation is one of the most important components of emotional intelligence according to the model of abilities. At the same time, cognitive reappraisal, which is associated with increasing the ability to adapt, is considered an effective strategy for emotional self-regulation. The central idea of the article is to demonstrate the psychophysiological basis that provides the ability to regulate one's own emotions. In particular, the neural structures that participate in the process of regulating the manifestations of emotional reactions and impulses are described. Also, psychophysiological markers of the effectiveness of the use of methods of controlling one's own emotions are outlined, including heart rate variability and galvanic skin response. As a result, the relationship between the development of emotional intelligence in adolescents and the ability to emotional self-regulation is demonstrated. Psychophysiological indicators that can be used in the process of studying the level of development of the studied skill are determined. The conclusion states that knowledge of the psychophysiology of emotional self-control allows us to better*

*understand the mechanisms of developing emotional competence and achieving emotional maturity. This knowledge can become the basis for developing training programs aimed at developing emotional intelligence in adolescents.*

**Key words:** *emotional self-regulation, emotional intelligence, emotional competence, stress resistance, emotional stability, psychology of emotions, psychophysiology of emotions, adolescence.*

**Постановка проблеми.** Аналіз досліджень у галузі вікової та соціальної психології вказує на те, що юнацький вік – критично важливий для становлення особистості, зокрема в аспекті психосоціального розвитку [1; 2]. Варто зазначити, що даний віковий період характеризується активним формуванням особистісної ідентичності, визначенням життєвих цілей, входженням у самостійне та дорослe життя, а також надбанням нових ролей. Отже, для юних осіб важливо вміти ефективно регулювати власну поведінку для дотримання норм, які забезпечують прийняття новими соціальними групами та входження в нові соціальні ролі. Зокрема, з урахуванням стрімкого характеру настання змін у всіх сферах життя юних осіб, особливого значення набуває емоційний компонент саморегуляції, який пов'язаний зі здатністю до подолання стресу, що часто супроводжує їх на шляху особистісного становлення. Також емоційна саморегуляція сприяє підвищенню стійкості до емоційного навантаження, яке зростає разом із рівнем відповідальності у процесі дорослішання [2]. Отже, здатність до регуляції власних емоцій безпосередньо пов'язана з адаптивними можливостями юних осіб. Вона позначається на рівні їхнього особистісного добробуту. Опосередкований вплив емоційної саморегуляції пов'язаний з академічною успішністю та якістю міжособистісних відносин [1]. Звідси випливає висновок про важливість вивчення шляхів розвитку навички емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку, що починається з розуміння механізмів, пов'язаних із забезпеченням даного процесу на когнітивному, емоційному, поведінковому, а також психофізіологічному рівнях. Відомо, що емоційна саморегуляція є одним із компонентів емоційної компетентності й емоційного інтелекту, як їх центрального ядра. Звідси розуміння доречності вивчення даної навички через призму описаних конструктів.

Сучасні реалії, які характеризується високим рівнем емоційного й інформаційного навантаження у зв'язку із соціальною, економічною та політичною ситуацією в Україні, виступають додатковим чинником, що актуалізує вивчення проблеми розвитку емоційного інтелекту, зокрема і здатності до емоційної саморегуляції. Саме здатність регулювати власну поведінку, а також свій емоційний стан дозволяє усвідомлено вибирати ті стратегії подолання стресу й адаптації до умов невизначеності, які забезпечують досягнення бажаного результату без шкоди для психічного здоров'я [3]. Отже, емоційна саморегуляція виконує стабілізаційну (підвищення рівня стійкості особистості до впливів стресу й емоційного навантаження), медіаторську (сприяє конструктивному врегулюванню конфліктів) та захисну (запобігання проявам деструктивної і ризикованої поведінки) функції. Водночас занизький рівень розвитку здатності до емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку може зумовити підвищення ризику прояву розладів афективного спектра, до яких належить надмірна тривожність, депресія, а також труднощі з управлінням агресією [2]. Низький рівень здатності до емоційної саморегуляції негативно позначається на міжособистісних відносинах, що ускладнює соціальну взаємодію та процес психосоціального розвитку особистості [2]. Звідси випливає важливість дослідження даного феномену, зокрема його психофізіологічних механізмів.

Основою для вивчення емоційної саморегуляції є концепція емоційного інтелекту, до структури якого належить дана навичка. Варто зазначити, що автори розглядають емоційний інтелект, як інтегративне утворення, яке охоплює здатність ідентифікувати, усвідомлювати, а також використовувати інформацію про емоції та почуття. Її використання безпосередньо пов'язане зі здатністю до регуляції власних емоційних станів і управління емоціями та почуттями інших людей.

Аналіз особливостей емоційної саморегуляції через призму емоційного інтелекту дозволяє краще розкрити її функції, а також значення у процесі соціальної взаємодії. Водночас такий комплексний підхід до вивчення окресленого феномену відкриває ширші можливості для пошуку методів розвитку даної навички. Варто зазначити, що підвищення рівня розвитку емоційного інтелекту й емоційної компетентності є однією з базових умов досягнення стану емоційної зрілості юними особами.

Попри наявність значної кількості досліджень, присвячених концепції емоційного інтелекту, а також емоційної саморегуляції, більшість з них мають суб'єктивний характер [4]. Отже, актуальність нашого дослідження полягає у визначенні психофізіологічних методів дослідження емоційної саморегуляції. Зокрема, до них належать такі маркери, які пов'язані з управлінням емоційним станом, як варіабельність серцевого ритму, шкірно-гальванічна реакція, а також зміни електричної активності головного мозку [5–7]. Дані показники дозволяють визначити зміни в активності вегетативної нервової системи, а також вищих структур головного мозку, що безпосередньо беруть участь у процесі регуляції поведінки й емоцій самою особистістю. Водночас вони мають об'єктивний характер. Отже, різностороннє вивчення психофізіологічних механізмів емоційної саморегуляції, як компонента емоційного інтелекту в юнацькому віці, дозволить зрозуміти шляхи підвищення рівня

розвитку даної навички, а також досягнення емоційної зрілості юними особами. Дана робота сприятиме формуванню надійної діагностичної бази для більш поглибленого вивчення здатності до емоційної саморегуляції, що є важливою умовою підвищення рівня адаптивності молоді.

**Мета** статті полягає в аналізі теоретичних засад вивчення психофізіологічних показників емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку через призму розвитку їхнього емоційного інтелекту.

**Методи та матеріали.** Теоретичною базою даного дослідження виступають сучасні концепції емоційного інтелекту, емоційної саморегуляції, а також психофізіології емоцій [8; 9]. Зокрема, до них належить модель емоційного інтелекту, розроблена на основі його тлумачення через призму здібностей такими вченими, як Меєр, Саловей і Карузо [8]. Дослідники стверджують, що емоційний інтелект утворюють чотири взаємопов'язані здібності. Перша група здібностей пов'язана з можливістю сприймати та проявляти емоції. До другої групи належать здібності, які забезпечують здатність до використання інформації про емоції під час ухвалення рішень та інших когнітивних процесів. Третя група здібностей забезпечує розуміння емоційних сигналів та їхнього значення. Четверта група здібностей емоційного інтелекту охоплює здатність до емоційної саморегуляції, а також управління емоціями та станами інших людей. Отже, емоційна саморегуляція є найбільш інтегративним компонентом емоційного інтелекту, згідно з даною моделлю. Моделі рис розглядають емоційний інтелект через призму якостей особистості, а також самосприйняття [10]. Варто зазначити, що вони включають до його структури здатність до регуляції власного настрою, а також контролю своїх імпульсів.

Модель процесу регуляції емоцій пояснює дану навичку як динамічний процес, що поєднує в собі дві основні стратегії [11–13]. Зокрема, до них належать стратегії, спрямовані на активацію визначеної емоційної реакції, серед яких можна виокремити когнітивну переоцінку [12]. Наступна група охоплює реактивно спрямовані стратегії, які забезпечують здатність до пригнічення небажаної емоційної реакції.

Психофізіологічний підхід до вивчення емоцій і емоційної саморегуляції охоплює дві основні теорії [14]. Зокрема, до них належить теорія, яка наголошує на нейробіологічній здатності до самозаспокоєння та гнучкої адаптації завдяки активації окремих відділів нервової системи [14]. Нейробіологія емоційної саморегуляції базується на наявності тісного взаємозв'язку між активністю у префронтальній корі головного мозку та лімбічною системою, що пов'язана з генерацією емоцій [13]. Отже, ефективна емоційна саморегуляція базується на здатності кіркових структур гальмувати процеси, які протікають у лімбічній системі.

**Результати й обговорення.** Емоційний інтелект – важлива навичка для осіб юнацького віку, оскільки він дозволяє простіше справлятися із соціальною невизначеністю, яка характерна для даного вікового періоду [15]. Саме навички емоційного інтелекту сприяють кращому усвідомленню особистістю своїх сильних і слабких сторін, цінностей, переконань, прагнень та бажань, що лягають в основу формування особистісної ідентичності [16]. Емоційна компетентність, зокрема здатність до емоційної саморегуляції, виступають умовою підтримання високого рівня особистісного добробуту, попри негативний вплив ситуації соціального розвитку, яка нині спостерігається в нашій країні. Також емоційна саморегуляція сприяє підвищенню контролю над власною поведінкою і опосередковано впливає на якість міжособистісних відносин, успішність у навчанні, а також стійкість до впливу стресових чинників [17]. За результатами теоретичного аналізу концепцій емоційного інтелекту можна виокремити місце в його структурі емоційної саморегуляції. Водночас нами розглядаються об'єктивні показники діяльності нервової системи, які пов'язані зі здатністю до контролю власних емоцій та імпульсів.

Варто зазначити, що більшість дослідників розглядають емоційний інтелект як набір окремих здібностей [8; 18–21]. Зокрема, модель здібностей передбачає, що емоційний інтелект забезпечує здатність до опрацювання інформації про емоції та почуття з метою її подальшого використання у процесі визначення стратегії поведінки для побудови відносин чи вирішення інших повсякденних завдань [8]. Розглянута модель передбачає поєднання чотирьох основних навичок. Серед них першочергове місце належить здатності до сприйняття емоцій, яка полягає в умінні розпізнавати їхні прояви, визначати інтенсивність їх вираження, а також диференціювати їх.

Наступна здібність пов'язана з умінням використовувати власні емоції у процесі досягнення поставлених цілей. Ідеться про здатність до аналізу впливу емоцій на ефективність власної діяльності та власний стан, урахування результатів такої рефлексії у процесі ухвалення рішень.

Водночас розуміння емоцій є третім компонентом моделі здібностей емоційного інтелекту й охоплює здатність до визначення причини прояву тих чи інших емоцій, потреб, бажань, прагнень, мотивів, переконань та інших чинників, пов'язаних із демонстрацією емоційних реакцій. Останній компонент моделі емоційного інтелекту передбачає здатність до саморегуляції, тобто свідомого управління власними та чужими емоційними проявами з метою досягнення бажаного результату. Варто підкреслити, що саме цей компонент емоційного інтелекту має під собою найбільш вивчені нейробіологічні та психофізіологічні основи.

Фізіологічна особливість юнацького віку полягає в асинхронному дозріванні головного мозку [4]. Зокрема, анатомічні структури, які пов'язані з виникненням та проявами емоцій, розвиваються нерівномірно. Варто зазначити, що лімбічна

система, яка вважається центром зародження емоцій, випереджає за своїм розвитком префронтальну кору, активність якої пов'язують зі здатністю до контролю власної поведінки [6]. Звідси випливає висновок про особливості розвитку емоційної сфери осіб юнацького віку. Наголошується, що вона характеризується надмірною емоційною реактивністю, підвищеною чутливістю до впливу стресових та інших емоційно значущих чинників [2]. Юні особи часто поводяться надто імпульсивно й мають схильність до ризикованої поведінки [1]. Отже, розвиток емоційного інтелекту є надзвичайно важливим для підтримання їхнього добробуту. Водночас акцент має робитися на посилення зв'язків між префронтальною корою головного мозку та лімбічною системою з метою підвищення здатності до регуляції власної поведінки, зокрема щодо прояву емоційних реакцій.

Емоційна саморегуляція охоплює процеси, які здійснюють вплив на емоційні реакції особистості [11]. Водночас здатність до управління емоціями передбачає вплив на емоції та почуття інших людей. У контексті вивчення особливостей впливу емоційного інтелекту на добробут осіб юнацького віку варто зазначити, що здатність до управління власним станом є важливішою за усвідомлення власних переживань. Однак без їх розуміння неможливе управління ними.

Серед основних стратегій емоційної саморегуляції можна виокремити когнітивну переоцінку, яка дозволяє змінити ставлення до емоційно значущих ситуацій [12]. Дана стратегія найбільш дієва тоді, коли юній особі необхідно прийняти невдачу як досвід, а не як ознаку власної неспроможності досягти поставлених цілей. Зміна сприйняття ситуації дозволяє знизити інтенсивність прояву емоційної реакції. Водночас дані зміни супроводжуються стабілізацією роботи нервової системи та її заспокоєнням. Реактивно-спрямовані стратегії регуляції емоцій дозволяють справлятися із власними переживаннями після того, як вони вже виникли, а також зменшити інтенсивність їх вираження [13]. Основна функція даних стратегій полягає у пригніченні емоцій, зокрема стримуванні їх мімічних і поведінкових проявів. Варто підкреслити, що на відміну від когнітивної переоцінки, дана стратегія вважається менш адаптивною, оскільки, попри зовнішню видимість контролю власних емоцій, вона жодним чином не впливає на інтенсивність емоційних переживань на фізіологічному рівні, а тільки приховує їх. Як наслідок, емоції та почуття, які пригнічуються, можуть соматизуватися та призводити до розвитку психосоматичних розладів, до яких схильні молоді люди. Отже, за результатами теоретичного аналізу можна зробити висновок про більш позитивний вплив когнітивної переоцінки, як стратегії емоційної саморегуляції, на психоемоційний стан юних осіб та їхній психологічний добробут. Пригнічення емоцій асоціюється з вищим ризиком проявів розладів афективного спектра, до яких належать депресія та тривожність.

Дослідження в галузі нейробіології та психофізіології свідчать про те, що основою ефективної саморегуляції виступає збалансоване функціонування лімбічної системи головного мозку та префронтальної кори [7]. Зокрема, лімбічна система та мигдалеподібне тіло, що входить до її структури, забезпечують прояв автоматичної реакції на стресові ситуації і зародження інших емоцій [12; 13]. Активність у даній структурі головного мозку фіксується у відповідь на вплив емоційно значущих стимулів. Префронтальна кора головного мозку відповідає за здатність до прогнозування наслідків прояву тих чи інших емоційних реакцій, планування способів їх корекції та контролю власної поведінки [13]. Завдяки функціонуванню цієї структури юна особа може переосмислити ситуацію, змінивши до неї ставлення та, як наслідок, знизивши інтенсивність прояву емоційної реакції, що виникла у відповідь на неї. Отже, дана структура виконує гальмівну функцію та призупиняє прояв автоматичних реакцій, що можуть не відповідати поточній ситуації і призвести до дезадаптації. Варто наголосити, що в осіб юнацького віку дана ділянка кори головного мозку перебуває на етапі активного формування. Її незрілість може породжувати труднощі із самоконтролем у даному віковому періоді.

Вегетативними маркерами прояву саморегуляції виступають варіабельність серцевого ритму, а також шкірно-гальванічна реакція [5; 23]. Зокрема, менше зниження варіабельності серцевого ритму є одним із показників успішного використання стратегії когнітивної переоцінки з метою управління власним емоційним станом, оскільки вказує на здатність призупинити й зменшити інтенсивність прояву емоційної реакції [5]. Водночас ефективне використання стратегій емоційної саморегуляції особами юнацького віку супроводжується прискоренням зниження показника амплітуди шкірної гальванічної реакції після проявів емоції [23]. Найбільш чітко дані зміни відзначається в разі застосування стратегії когнітивної переоцінки. Додатковими маркерами емоційної саморегуляції можуть виступати показники електричної активності мозку [24; 25]. Зокрема, підвищена активність у лівій лобній долі найчастіше пояснюється переживанням позитивних емоцій або здатністю швидко їх викликати, у разі потреби. Варто підкреслити, що активність даної частки корелює з ефективністю використання стратегії емоційної саморегуляції [24]. Отже, кіркова активність тісно пов'язана із самоконтролем.

На основі проведеного дослідження можна зробити висновок про те, що одним із ключових показників розвитку емоційного інтелекту в осіб юнацького віку виступає здатність до використання адаптивних стратегій емоційної саморегуляції. Водночас фізіологічною основою їх застосування виступає гнучкість функціонування нервової системи, а також міцність нейронних зв'язків між префронтальною корою

головного мозку та лімбічною системою. У процесі дослідження рівня емоційної компетентності й розвитку емоційного інтелекту доцільно використовувати психофізіологічні показники, до яких належать варіабельність серцевого ритму, шкірно-гальванічна реакція, а також електрична активність головного мозку, які можуть виступати індикаторами сформованості навички емоційного самоконтролю. Результати теоретичного аналізу свідчать, що порушення здатності до регуляції власних емоцій і контролю своїх імпульсів може проявлятися на фоні зниження міцності зв'язків між префронтальною корою головного мозку та лімбічною системою з мигдалеподібним тілом. Додатковими причинами порушення здатності до емоційної саморегуляції [26] виступають підвищена тривожність, депресія та порушення здатності до контролю імпульсів, що пов'язані зі змінами у функціонуванні головного мозку.

**Висновки.** Теоретичний аналіз свідчить, що здатність до емоційної саморегуляції є важливим компонентом емоційного інтелекту осіб юнацького віку. В основі формування даної навички лежать нейронні механізми, пов'язані з функціонуванням кіркових структур і лімбічної системи, а також автономної нервової системи. З метою оцінювання ефективності використання стратегій емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку можна використовувати психофізіологічні маркери, які дозволяють оцінити міру активації парасимпатичної нервової системи у процесі використання стратегії когнітивної переоцінки. Перспективи подальшого дослідження пов'язані з вимірюванням здатності до емоційного самоконтролю в юнацькому віці та розробленням з подальшою емпіричною перевіркою ефективності тренінгових програм, спрямованих на розвиток даної навички й емоційного інтелекту загалом.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Erikson E., Erikson J. On generativity and identity: From a conversation with Erik and Joan Erikson. *Harvard Educational Review*. 1981. Vol. 51. № 2. P. 249–269.

2. Steinberg L., Morris A.S. Adolescent development. *Annual review of psychology*. 2001. Vol. 52. № 1. P. 83–110.

3. Davidson R.J. Anterior cerebral asymmetry and the nature of emotion. *Brain and cognition.* 1992. Vol. 20. № 1. P. 125–151.

4. Casey B.J., Giedd J.N., Thomas K.M. Structural and functional brain development and its relation to cognitive development. *Biological psychology.* 2000. Vol. 54. № № 1–3. P. 241–257.

5. Thayer J.F. et al.. A meta-analysis of heart rate variability and neuroimaging studies: implications for heart rate variability as a marker of stress and health. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2012. Vol. 36. № 2. P. 747–756.

6. Giedd J.N. Structural magnetic resonance imaging of the adolescent brain. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2004. Vol. 1021. № 1. P. 77–85.

7. Gross J.J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of general psychology.* 1998. Vol. 2. № 3. P. 271–299.

8. Salovey P., Mayer J.D., Goldman S.L., Turvey C., Palfai T. Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. 1995. P. 125–154.

9. Goleman D. Emotional intelligence: Issues in paradigm building In The Emotionally Intelligent Workplace: How to Select for, Measure, and Improve Emotional Intelligence in Individuals, Groups, and Organizations. San Francisco, CA, USA : Jossey-Bass, 2001. Volume 13. P. 26.

10. Petrides K.V., Pita R., Kokkinaki F. The location of trait emotional intelligence in personality factor space. *Br. J. Psychol.* 2007. № 98 (2). P. 273–289. https://doi.org/10.1348/00071 2606X120618

11. Aldao A., Nolen-Hoeksema S. Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour research and therapy*. 2010. Vol. 48. № 10. P. 974–983.

12. Ochsner K.N., Gross J.J. The cognitive control of emotion. *Trends in cognitive sciences*. 2005. Vol. 9. № 5. P. 242–249.

13. Phelps E.A. Emotion and cognition: insights from studies of the human amygdala. Annu. *Rev. Psychol*. 2006. Vol. 57. № 1. P. 27–53.

14. Porges S. W. The polyvagal perspective. *Biological psychology*. 2007. Vol. 74. № 2. P. 116–143.

15. Boyatzis R.E., Goleman D., Rhee K. Clustering competence in emotional intelligence: Insights from the Emotional Competence Inventory (ECI). *Handbook of Emotional Intelligence* / R. Bar-On, J.D.A. Parker (Eds.). San Francisco, CA, USA : Jossey-Bass, 2000. P. 343–362.

16. Cohn M.A., Fredrickson B.L., Brown S.L., Mikels J.A., Conway A.M. Happiness unpacked: Positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion.* 2009. № 9. P. 361–368.

17. Ruvalcaba-Romero N.A., Fernández-Berrocal P., Salazar-Estrada J.G., Gallegos-Guajardo J. Positive emotions, self-esteem, interpersonal relationships and social support as mediators between emotional intelligence and life satisfaction. *J. Behav. Health Soc*. 2017. Issues 9. P. 1–6.

18. Coetzer G.H. Emotional versus Cognitive Intelligence: Which is the better predictor of Efficacy for Working in Teams? *J. Behav. Appl. Manag*. 2016. № 16. P. 116–133.

19. Kunnanatt J.T. Emotional intelligence: The new science of interpersonal effectiveness. *Hum. Resour. Dev. Q*. 2004. № 15. P. 489–495.

20. Hodzic S., Scharfen J., Ripoll P., Holling H., Zenasni F. How efficient are emotional intelligence trainings : A meta-analysis. *Emot. Rev*. 2018. № 10 (2). P. 138–148. https://doi.org/10.1177/1754073917708613

21. Bar-On R. Emotional intelligence and self-actualization. *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry*. London, UK : Psychology Press, 2001. P. 82–97.

22. Wyss A.M., Knoch D., Berger S. When and how pro-environmental attitudes turn into behavior: The role of costs, benefits, and self-control. *J. Environ. Psychol.* 2022. № 79. P. 101–748. https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101748

23. Dawson M.E., Schell A.M., Filion D.L. The electrodermal system. *Handbook of psychophysiology.* 2007. P. 200–223.

24. Harmon-Jones E. On the relationship of frontal brain activity and anger: Examining the role of attitude toward anger. *Cognition and Emotion*. 2004. Vol. 18. № 3. P. 337–361.

25. Thayer J.F. et al. Resting cerebral blood flow and ethnic differences in heart rate variability: links to self-reports of affect and affect regulation. *Neuroimage*. 2019. Vol. 202. P. 116–154.

26. Schutte N.S., Malouff J.M. Emotional intelligence mediates the relationship between mindfulness and subjective well-being. *Personality and individual differences*. 2011. Vol. 50. № 7. P. 1116–1119.

*Стаття надійшла у редакцію: 06.09.2025*
*Стаття прийнята: 23.09.2025*
*Опубліковано: 17.11.2025*

# НОТАТКИ

Наукове видання

# ГАБІТУС

*Науковий журнал*

**Випуск 77**
Том 1

Коректура • *Н. Ігнатова*

Комп’ютерна верстка • *О. Молодецька*

Формат 60x84/8. Гарнітура Arimo.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 25,81. Ум. друк. арк. 26,54.
Підписано до друку 17.11.2025. Замов. № 1125/903. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1
Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб’єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.