

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

ПСИХОЛОГІЯ ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА

Науковий журнал
Виходить 2 рази на рік
Заснований у 1999 р.

Випуск 1(61). 2025



Видавничий дім
«Гельветика»
2025

УДК 159.9(066)

Засновник: Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Кононенко О. І. – головний редактор, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна)

Члени редакційної колегії:

Варнава У. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної роботи (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Гальцева Т. О. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та соціальної психології, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара, Україна;

Гудімова А. Х. – доктор філософії з психології, доцент кафедри соціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Дробот О. В. – доктор психологічних наук, професор кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки (Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, Україна);

Завацька Н. Є. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та соціальної роботи (Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Україна);

Завацький В. Ю. – доктор психологічних наук, професор кафедри практичної психології та соціальної роботи, (Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Україна);

Завацький Ю. А. – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри здоров'я людини та фізичного виховання (Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Україна);

Ковальова О. В. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології (Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, Україна);

Кузьмін В. В. – кандидат соціологічних наук, секретар вченої ради («Національний університет «Запорізька політехніка», Україна);

Курова А. В. – доктор психологічних наук, професор кафедри соціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Кременчуцька М. К. – кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри диференціальної і спеціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Литвиненко О. Д. – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології і психології розвитку особистості (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Мамічева О. В. – доктор психологічних наук, професор, декан факультету спеціальної освіти (ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Україна);

Прохоренко Л. І. – доктор психологічних наук, професор, директор (Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України, Україна);

Родіна Н. В. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри диференціальної і спеціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Соколова Г. Б. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації (Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського, Україна);

Співак Я. О. – доктор педагогічних наук, професор, декан педагогічного факультету (ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Україна);

Хлівнюк Т. П. – кандидат політичних наук, доцент, завідувач кафедри соціальної роботи (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Фалько Н. М. – доктор психологічних наук, доцент, ректор Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, Україна;

Яланська С. П. – доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології і соціальної роботи (Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, Україна);

Videmsek Petra – PhD, Associate Professor, Vice Dean of Faculty of Social Work (University of Ljubljana, Slovenia);

Genkova Petia – Dr. in Psychology, Full Professor, Professor Faculty of Economics and Social Sciences, University of Applied Sciences (Osnabrück, Germany);

Zheng Jianhong – PhD in Psychological sciences, Professor, Vice Dean of School of Special Education & Dean of Department of Psychology (Lingnan Normal University, China).

Редакційна рада:

Борисюк А. Б. – доктор психологічних наук, професор, професор по кафедрі психології та соціології, завідувач кафедри психології та філософії (Вищий державний навчальний заклад України «Буковинський державний медичний університет», Україна);

Гаркавець С. О. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та соціології (Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Україна);

Дунаєва Л. М. – доктор політичних наук, професор, декан факультету психології та соціальної роботи (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Корнешук В. В. – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри психології та соціальної роботи («Національний університет «Одеська політехніка», Україна);

Панов М. С. – доктор психологічних наук, доцент (Комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, Україна);

Чавдарова Велислава Атанасова – доктор наук з психології (Великотирновський університет імені святих Кирила та Мефодія, Болгарія);

Чернявська Т. П. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри диференціальної і спеціальної психології (Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, Україна);

Фахова реєстрація (категорія «Б»):

С4 Психологія, I10 Соціальна робота та консультування; I11 Дитячі та молодіжні служби

Реєстрація в Національній раді України з питань телебачення і радіомовлення
(Рішення № 429 від 22.02.2024 р. Ідентифікатор R30-02807).

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
(вул. Дворянська, буд. 2, м. Одеса, 65082, rector@onu.edu.ua, тел. (048) 723-52-54).

Періодичність видання: 2 рази на рік

Мови публікацій: українська, англійська.

Рішення Вченої Ради Одеського національного університету імені І. І. Мечникова
від 20.06.2025 р. протокол № 12

© Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2025

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
Odesa I. I. Mechnikov National University

PSYCHOLOGY AND SOCIAL WORK

Scientific journal
It comes out twice a year
Founded in 1999.

Issue 1(61). 2025



Publishing house
«Helvetica»
2025

UDC 159.9(066)

Founder: Odesa I. I. Mechnikov National University

Editor-in-Chief: Kononenko O. I. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Head of the Department of Social Psychology (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine)

Members of the editorial board:

Galtseva T. O. – DrSc in Psychology, Professor, Head of the Department of General and Social Psychology (Oles Honchar Dnipro National University, Dnipro, Ukraine);

Hudimova A. H. – PhD in Psychology, Associate Professor (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Drobot O. V. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor (V. I. Vernadsky Taurida National University, Ukraine);

Zavatskaya N. E. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor, Head of the Department of Practical Psychology and Social Work (East Ukrainian National University V. Dahl, Ukraine);

Zavatsky V. Yu. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor of the Department of Practical Psychology and Social Work (East Ukrainian National University V. Dahl, Ukraine);

Zavatsky Yu. A. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Associate Professor, Head of the Department of Human Health and Physical Education (East Ukrainian National University V. Dahl, Ukraine);

Kovalova O. V. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor, Professor at the Department of Psychology (Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University, Ukraine);

Kuzmin V. V. – PhD in Social Sciences, Associate Professor Social Work (National University “Zaporizhzhya Polytechnic”, Ukraine);

Kurova A. V. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine)

Kremenchutska M. K. – PhD in Psychology, Professor (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Lytvynenko O. D. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor of Department general psychology and psychology of personality development (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Mamicheva O. V. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor, Dean of the Faculty of Special Education (Donbass State Pedagogical University, Ukraine);

Prokhorenko L. I. – DrSc in Psychology, Professor, Director for Science of Mykola Yarmachenko Institute of Special Pedagogy and Psychology, NAPS of Ukraine;

Rodina N. V. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences) Professor, Head of the Department of Differential and Special Psychology Odesa (I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Sokolova H. B. – DrSc in Psychology, Professor (“South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky”);

Spivak Y. O. – Doctor of pedagogical science, Professor, Dean of pedagogical faculty (State Higher Educational Institution “Donbas State Pedagogical University”);

Hlivnyuk T. P. – PhD in Political sciences, Associate professor, Head of Department of Social Work (Odesa I. I. Mechnikov National University);

Falko N. M. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Associate Professor, Rector, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University, Ukraine;

Yalanskaya S. P. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor, Dean of Faculty of Psychology and Social Work (Poltava National Pedagogical University named after V. G. Korolenko, Ukraine);

Varnava U. V. – PhD in Psychological Sciences, Associate Professor (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Videmsek Petra – PhD, Associate Professor, Vice Dean of Faculty of Social Work (University of Ljubljana, Slovenia);

Genkova Petia – Dr. in Psychology, Full Professor, Professor Faculty of Economics and Social Sciences, University of Applied Sciences (Osnabrück, Germany);

Zheng Jianhong – PhD in Psychological sciences, Professor, Vice Dean of School of Special Education & Dean of Department of Psychology (Lingnan Normal University, China);

Petya Genkova – DrSc in Psychology (University of Applied Science Osnabrueck, Germany).

Board members:

Borysyuk A. B. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor, Professor of Psychology and Sociology, Head of the Department of Psychology and Philosophy (Higher State Educational Institution of Ukraine “Bukovynian State Medical University”);

Harkavets S. O. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor (East Ukrainian National University V. Dahl, Ukraine);

Dunayeva L. M. – DrSc in Political Science, Professor, Dean of the Faculty of Psychology and Social Work (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Korneschuk V. V. – DrSc in Pedagogy, Professor (National University “Odesa Polytechnic”, Ukraine)

Panov M. S. – DrSc in Psychology, Associate Professor (Municipal Institution of Higher Education “Khortytsia National Training and Rehabilitation Academy” of Zaporizhzhya Regional Council, Ukraine);

Chernyavskaya T. P. – DrSc in Psychology (Doctor of Psychological Sciences), Professor of the Department of Differential and Special Psychology (Odesa I. I. Mechnikov National University, Ukraine);

Chavdarova Velislava Atanasova – DrSc in Psychology (St. Cyril and Methodius University of Veliko Turnovo, Bulgaria);

Professional registration (category «B»):

C4 Psychology, I10 Social Work and Counselling; I11 Child and Youth Services

Registered by the National Council of Television and Radio Broadcasting of Ukraine (Decision No. 429 dated 22.02.2024, Media ID: R 30-02807).

Media entity – Odesa I.I. Mechnikov National University
(65082, Odesa, Dvoryanska Str., 2, rector@onu.edu.ua, tel. (048) 723-52-54).

Periodicity: 2 times a year

Publication languages: Ukrainian, English.

Decision of the Academic Council of Odesa I. I. Mechnikov National University
dated 20.06.2025, Minutes No. 12

© Odesa I. I. Mechnikov National University, 2024

ЗМІСТ

Агарков О. А., Буканов Г. М.

СИСТЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ:
ДЕОНТОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ, ПРОГНОЗУВАННЯ
ТА ПРАВОВИЙ ДОКУМЕНТАЛЬНИЙ СУПРОВІД.....11

Андропова А. І., Кононенко О. І.

РЕГУЛЯЦІЯ ЕМОЦІЙ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ
ЕФЕКТИВНОСТІ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....21

Балухтіна О. М., Венгер Р. О.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАРУБІЖНИХ ПРАКТИК
У ЦИФРОВІЙ ТРАНСФОРМАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ УКРАЇНИ34

Бойко Г. В., Приймак О. М., Широбокова О. О.

ПСИХОЛОГІЧНІ МОДЕЛІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ В АДАПТАЦІЇ
УКРАЇНЦІВ ПОХИЛОГО ВІКУ ПІД ТИМЧАСОВИМ ЗАХИСТОМ
У ЗАХІДНІЙ ЄВРОПІ.....42

Біскуп В. С.

АБІЛІТАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ НОВИХ НАВИЧОК:
ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ.....54

Гальцева Т. О., Величко Р. В.

КОНСТРУЮВАННЯ МЕТОДИКИ ВИВЧЕННЯ
ІНКРЕМЕНТАЛЬНОСТІ ІМПЛІЦИТНИХ УЯВЛЕНЬ:
ПОТЕНЦІАЛ АСОЦІАТИВНОГО ТЕСТУВАННЯ
В ЕМПІРИЧНОМУ ДОСЛІДЖЕННІ.....63

Гальцева Т. О., Телєгіна О. Л.

ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЖІНОЧОГО
ЛІДЕРСТВА: РОЛЬ СОРОМУ В ПІДТРИМАННІ
ГЕНДЕРНОЇ НЕРІВНОСТІ.....75

Дудник О. А.

РОЛЬ ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ У ПРОФІЛАКТИЦІ
БУЛІНГУ: ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД.....86

Завгородня О. В.

ОБРАЗОТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ ЯК ВІЗУАЛЬНА
ФОРМА ОСМИСЛЕННЯ ДОСВІДУ ВОЄННОГО ЧАСУ.....96

Зірчак Г. П., Зірчак О. П.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ АКАДЕМІЧНОЇ
ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ Д
ИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....109

Ісаченко В. П., Левченко Н. В.

АНТИКРИЗОВИЙ МЕНЕДЖМЕНТ У СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНИХ
СЛУЖБ: ЕФЕКТИВНІ СТРАТЕГІЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАГУВАННЯ
НА СОЦІАЛЬНІ ВИКЛИКИ.....117

Камбур А. В.

ІНТЕГРАЦІЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ
В ПРАКТИКУ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ.....127

Костіна В. В., Мозилка О. П., Бондарева А. В., Радіч О. С.

ДОСВІД ПІДВИЩЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ
НАДАВАЧІВ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ В УМОВАХ ВІЙНИ.....136

Косьянова О. Ю., Крижановська А. В.

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ДИТЯЧИХ ТРАВМ ТА ЇХНІЙ ВПЛИВ
НА ОСОБИСТІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДОРОСЛОЇ ЛЮДИНИ.....150

Кузьмін В. В., Кузьміна М. О., Шеховцов О. В.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСКЛЮЗІЯ ДІТЕЙ-СИРИТ
У ТРАНСФОРМАЦІЙНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ
В ПЕРІОД ВІЙНИ.....160

Лобачов О. В.

АКТИВНІСТЬ І ОПТИМІЗМ ЯК ПОКАЗНИКИ ПРОФЕСІЙНОЇ
УСПІШНОСТІ WEB-РОЗРОБНИКІВ.....170

Лук'янчук Н. В., Проданюк Ф. М., Юдіна Л. О.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОГЛЯД СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ
ПОДОЛАННЯ.....180

Мазай Л. Ю.

ДИНАМІКА ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО
ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ПЕРШІЙ ЧВЕРТІ
XXI СТОЛІТТЯ.....190

Малярчук Н. Г., Кудря С. П.

ДОСВІД ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇН ЩОДО СОЦІАЛЬНОЇ
АДАПТАЦІЇ ТА ІНТЕГРАЦІЇ ГРОМАДЯН УКРАЇНИ,
ЯКІ ОТРИМАЛИ ТИМЧАСОВИЙ ЗАХИСТ.....200

Меджибовський С. О., Гудімова А. Х.

ГЕТЕРОГЕННІСТЬ ПІДХОДІВ ДО ВИЗНАЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОЇ
НОРМИ ТА ДЕВІАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ.....214

Николаєва В. І., Борзило О. С.

НАПРЯМИ СОЦІАЛЬНО-ПРАВОВОГО ЗАХИСТУ ВНУТРІШНЬО
ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ПЕРЕДПЕНСІЙНОГО ВІКУ.....222

Полещук Л. В.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ У ПСИХОЛОГІЇ УПРАВЛІННЯ:
МІФИ ТА РЕАЛЬНІСТЬ М'ЯКИХ НАВИЧОК ДЛЯ ЛІДЕРІВ.....233

Порнуліт О. О.

ПСИХОЛІНГВІСТИКА ТРИВОЖНОСТІ: ЯК ВОЄННИЙ СТРЕС
ФОРМУЄ ЕМОЦІЙНІ БАР'ЄРИ В МІЖОСОБИСТІСНОМУ
СПІЛКУВАННІ МОЛОДІ.....241

Приходько А. М., Долгопол О. О.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЇ НЕТВОРКІНГУ У ЗМІЦНЕННІ
ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПЕРСОНАЛУ.....254

Підбуцький О. Ю.

ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ.....261

Романенко С. В.

ЦИФРОВЕ ПОКОЛІННЯ ЯК ОБ'ЄКТ СОЦІАЛЬНОГО
КОНСУЛЬТУВАННЯ (НА ПРИКЛАДІ МОНІТОРИНГОВОГО
ВИМІРУ)270

Руднєва А. О., Мальована Ю. Г.

ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ
У ПОДОЛАННІ ПСИХОТРАВМУЮЧИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ.....284

Сидун І. В., Ковальська М. С.

ПРИНЦИПИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ
ПОТРЕБАМИ В ДІЯЛЬНОСТІ АСИСТЕНТА ВЧИТЕЛЯ.....294

Туріщева Л. В., Дорожко І. І., Малихіна О. Є.

РОЛЬ КОГНІТИВНОЇ АКТИВНОСТІ У ЗНИЖЕННІ СТРЕСУ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ГОЛОВОЛОМОК.....304

Чайка І. Ю., Ель Гуессаб К., Цокур Є. Г.

МЕТОД ПРОЄКТІВ У ПІДГОТОВЦІ ЗДОБУВАЧІВ
СПЕЦІАЛЬНОСТІ «СОЦІАЛЬНА РОБОТА
ТА КОНСУЛЬТУВАННЯ» (НА ПРИКЛАДІ ДИСЦИПЛІН
«СОЦІАЛЬНЕ ІНСПЕКТУВАННЯ», «ПРОЄКТУВАННЯ
У СОЦІАЛЬНІЙ СФЕРІ», «МІЖНАРОДНІ ТА НАЦІОНАЛЬНІ
СОЦІАЛЬНІ СЛУЖБИ»).....313

Яланська С. П., Анушкевич В. І., Ільченко Р. М.

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ
З ЛЮДЬМИ, ТРАВМОВАНИМИ ВІЙНОЮ.....324

CONTENTS

Aharkov O. A., Bukanov H. M.	
SYSTEM OF ORGANIZATION OF THE SOCIAL SPHERE: DEONTOLOGICAL PRINCIPLES, FORECASTING AND LEGAL DOCUMENTARY SUPPORT.....	11
Andronova A. I., Kononenko O. I.	
REGULATION OF EMOTIONS AS A FACTOR OF INCREASING THE EFFICIENCY OF CREATIVE ACTIVITY.....	21
Balukhtina O. M., Venher R. O.	
FEATURES OF USING FOREIGN PRACTICES IN THE DIGITAL TRANSFORMATION OF UKRAINE'S SOCIAL SPHERE.....	34
Boiko G. V., Pryimak O. M., Shirobokova O. O.	
PSYCHOLOGICAL MODELS OF SOCIAL WORK IN ADAPTATION OF UKRAINIANS ELDERLY UNDER TEMPORARY PROTECTION IN WESTERN EUROPE.....	42
Biskup V. S.	
HABILITATION AS A PROCESS OF FORMING NEW SKILLS: FROM THEORY TO SOCIAL WORK PRACTICE.....	54
Galtseva T. O., Velychko R. V.	
DESIGNING A METHODOLOGY FOR STUDYING THE INCREMENTAL NATURE OF IMPLICIT REPRESENTATIONS: THE POTENTIAL OF ASSOCIATION TESTING IN EMPIRICAL RESEARCH.....	63
Galtseva T. O., Tieliehina O. L.	
PSYCHOLOGICAL BARRIERS TO PROFESSIONAL FEMALE LEADERSHIP: THE ROLE OF SHAME IN SUSTAINING GENDER INEQUALITY.....	75
Dudnyk O. A.	
THE ROLE OF THE EDUCATIONAL INSTITUTION PSYCHOLOGIST IN PREVENTION OF BULLYING: FOREIGN EXPERIENCE.....	86
Zavhorodnya O. V.	
ARTISTIC VISUAL THINKING OF SCHOOLCHILDREN AS VISUAL FORM OF MEANING-MAKING IN TIMES OF WAR.....	96
Zirchak H. P., Zirchak O. P.	
FEATURES OF THE FORMATION OF STUDENTS' ACADEMIC PROCRASTINATION IN DISTANCE LEARNING.....	109
Isachenko V. P., Levchenko N. V.	
CRISIS MANAGEMENT IN THE SOCIAL SERVICES SYSTEM: EFFECTIVE STRATEGIES FOR ADAPTATION AND RESPONSE TO SOCIAL CHALLENGES.....	117

Kambur A. V.

INTEGRATION OF VIRTUAL REALITY TECHNOLOGY
INTO SOCIAL WORK PRACTICE.....127

Kostina V. V., Mohilka O. P., Bondareva A. V., Radich O. S.

EXPERIENCE OF ENHANCING THE PROFESSIONAL
COMPETENCE OF PROVIDERS OF SOCIAL SERVICES
IN WAR CONDITIONS.....136

Kosyanova O. Yu., Kryzhanovska A. V.

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CHILDHOOD TRAUMA
AND THEIR IMPACT ON ADULT PERSONALITY TRAITS.....150

Kuzmin V. V., Kuzmina M. O., Shekhovtsov O. V.

SOCIAL-PSYCHOLOGICAL EXCLUSION OF ORPHANS
IN THE TRANSFORMATIONAL UKRAINIAN SOCIETY DURING
THE WAR.....160

Lobachov O. V.

ACTIVITY AND OPTIMISM AS INDICATORS OF PROFESSIONAL
SUCCESS AMONG WEB DEVELOPERS.....170

Lukianchuk N. V., Prodanuk F. M., Yudina L. O.

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN CRISIS SITUATIONS:
A PSYCHOLOGICAL REVIEW OF SOCIAL FACTORS OF COPING.....180

Mazai L. Yu.

THE DYNAMICS OF RESEARCH ON THE EMOTIONAL
BURNOUT PROBLEM AMONG MEDICAL WORKERS IN
THE FIRST QUARTER OF THE 21ST CENTURY.....190

Maliarchuk N. G., Kudrya S. P.

EXPERIENCE OF EUROPEAN COUNTRIES IN SOCIAL
ADAPTATION AND INTEGRATION OF CITIZENS OF UKRAINE
WHO HAVE RECEIVED TEMPORARY PROTECTION.....200

Medjibovskyi S. O., Hudimova A. Kh.

HETEROGENEITY OF APPROACHES TO DEFINING SEXUAL
NORMS AND DEVIATIONS IN PSYCHOLOGICAL DISCOURSE.....214

Nykolaieva V. I., Borzylo O. S.

EXPERIENCE OF SOCIAL AND LEGAL PROTECTION
OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS OF PRE-RETIREMENT
AGE IN.....222

Poleshchuk L. V.

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN MANAGEMENT PSYCHOLOGY:
MYTHS AND REALITIES OF SOFT SKILLS FOR LEADERS.....233

Porpulit O. O.

PSYCHOLINGUISTICS OF ANXIETY: HOW WAR STRESS
FORMES EMOTIONAL BARRIERS IN INTERPERSONAL
COMMUNICATION OF YOUNG PEOPLE.....241

Prykhodko A. M., Dolgopol O. O.

THE ROLE OF NETWORKING PSYCHOLOGY
IN STRENGTHENING ORGANIZATIONAL IDENTITY
OF PERSONNEL.....254

Pidbutskyi O. Yu.

SUCCESS FACTORS OF ONLINE LEARNING:
PSYCHOLOGICAL ASPECT.....261

Romanenko S. V.

DIGITAL GENERATION AS AN OBJECT OF SOCIAL
CONSULTATION (USING THE EXAMPLE OF THE MONITORING
MEASUREMENT).....270

Rudnieva A. O., Malovana Yu. G.

FEATURES OF THE ACTIVITIES OF SOCIAL WORKERS IN
OVERCOMING THE PSYCHOTRAUMATIC CONSEQUENCES
OF WAR.....284

Sydun I. V., Kovalska M. S.

WORKING WITH CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL
NEEDS: SOCIAL WORK PRINCIPLES IN THE ACTIVITY
OF A SPECIAL EDUCATION TEACHER.....294

Turishcheva L. V., Dorozhko I. I., Malykhina O. Ye.

THE ROLE OF COGNITIVE ACTIVITY IN STRESS REDUCTION:
A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS
OF PUZZLES.....304

Chaika I. Yu., El Guessab K., Tsokur Ye. H.

PROJECT METHOD IN TRAINING OF STUDENTS IN THE
SPECIALTY OF «SOCIAL WORK AND COUNSELING» (ON
THE EXAMPLE OF THE DISCIPLINES «SOCIAL INSPECTION»,
«PROJECTING IN THE SOCIAL SPHERE», «INTERNATIONAL
AND NATIONAL SOCIAL SERVICES»).....313

Yalanska S. P., Anushkevych V. I., Ilchenko R. M.

TRAINING FUTURE PSYCHOLOGISTS FOR WORK WITH
PEOPLE TRAUMATIZED BY WAR.....324

УДК 364.042

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.1>

Агарков О. А.

доктор політичних наук, професор,
завідувач кафедри соціальної роботи
Відокремлений структурний підрозділ закладу вищої освіти
«Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»
Карпатський інститут підприємництва
e-mail: agarkov.oleg1980@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-0735-3226

Буканов Г. М.

доктор наук з державного управління, професор,
професор кафедри конституційного, адміністративного та трудового права
Національний університет «Запорізька політехніка»
e-mail: vip.gregorov5@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-5398-5953

СИСТЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ: ДЕОНТОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ, ПРОГНОЗУВАННЯ ТА ПРАВОВИЙ ДОКУМЕНТАЛЬНИЙ СУПРОВІД

Соціальна сфера є основою суспільного добробуту, забезпечуючи соціальну справедливість і сталість розвитку. Сучасні глобальні виклики, такі як демографічне старіння, зростання соціальної диференціації, цифровізація, а також війна в Україні, що спричинила руйнування інфраструктури, переміщення населення та дефіцит фінансування, вимагають адаптивної системи організації соціальної сфери. Деонтологічні засади, прогнозування та правовий документальний супровід є ключовими компонентами, що забезпечують етичність, передбачливість і нормативну стабільність соціальних інститутів.

Метою дослідження є розробка моделі оптимізації системи організації соціальної сфери.

Наукова новизна статті полягає у створенні цілісної моделі оптимізації системи організації соціальної сфери, що поєднує етичні, прогностичні та правові компоненти. Така синергія універсальних етичних кодексів, використання штучного інтелекту в прогнозуванні та цифровізації правового супроводу є ефективною, оскільки забезпечує адаптивність до демографічних, технологічних і кризових змін.

Моделю оптимізації, інтегруючи деонтологічні засади, прогнозування та правовий супровід, підвищує етичність і адаптивність соціальної сфери, сприяючи соціальній справедливості та сталості.

Ключові слова: соціальна сфера, деонтологія, прогнозування, правовий супровід, воєнний контекст, цифрова трансформація, децентралізація.

Постановка проблеми. Соціальна сфера є стрижнем суспільного добробуту, забезпечуючи реалізацію прав людини, соціальну справедливість і сталість роз-

витку [5]. У XXI столітті вона зазнає трансформацій під впливом глобальних і регіональних викликів: демографічного старіння, зростання соціальної нерівності, міграційних криз, кліматичних змін, а також стрімкої цифровізації, зокрема впровадження технологій штучного інтелекту в управління соціальними процесами [16]. В Україні ці виклики ускладнені повномасштабною війною, яка спричинила масові переміщення населення, руйнування соціальної інфраструктури, зростання кількості вразливих груп (внутрішньо переміщених осіб, поранених, безробітних) і критичне обмеження бюджетного фінансування через пріоритетність оборонних витрат [3; 15]. Ці фактори вимагають від системи організації соціальної сфери високого рівня адаптивності, етичної обґрунтованості та стратегічного передбачення.

Деонтологічні засади, як основа етичного регулювання, відіграють ключову роль у формуванні принципів справедливості, недискримінації та відповідальності, що є критично важливими для діяльності соціальних інститутів у турбулентному соціальному середовищі, особливо в умовах воєнного часу, коли етичні дилеми щодо розподілу ресурсів загострюються [1; 11; 12]. Соціальне прогнозування, яке інтегрує міждисциплінарні методи, аналіз великих даних і сценарне моделювання, стає незамінним для передбачення довгострокових тенденцій, таких як трансформація ринку праці чи зростання попиту на соціальні послуги, зокрема для підтримки постраждалих від війни [4]. Водночас правовий документальний супровід забезпечує нормативну основу, гармонізуючи етичні принципи з практичною реалізацією через стандартизацію процедур і правових актів, що є особливо складним у період воєнної нестабільності [6]. Актуальність теми зумовлена необхідністю розробки цілісної системи організації соціальної сфери, яка б інтегрувала деонтологічні засади, прогностичні моделі та правові механізми для ефективного реагування на сучасні виклики, особливо в умовах децентралізації та воєнного часу в Україні [3; 15].

Незважаючи на досягнення у сфері соціальної політики, організація соціальної сфери стикається з комплексом взаємопов'язаних проблем. По-перше, деонтологічні засади часто залишаються декларативними, без чіткої імплементації в практичну діяльність соціальних інститутів, що призводить до етичних конфліктів, зокрема у питаннях розподілу обмежених ресурсів чи захисту прав вразливих груп населення, таких як внутрішньо переміщені особи чи ветерани [11]. По-друге, методи соціального прогнозування є фрагментарними, оскільки не враховують системних взаємозв'язків між соціальними, економічними, технологічними та екологічними факторами, що знижує їхню точність і практичну цінність, особливо для прогнозування наслідків війни [4]. По-третє, правовий документальний супровід у багатьох випадках є застарілим, бюрократично ускладненим або не відповідає сучасним вимогам цифрової трансформації, що перешкоджає ефективному управлінню соціальними процесами, зокрема в умовах воєнного дефіциту ресурсів [7; 8; 13]. Ці проблеми посилюються відсутністю інтегрова-

ного підходу, який би поєднував етичні, прогностичні та правові компоненти в єдину систему, а також недостатнім фінансуванням і кадровими викликами, спричиненими війною, зокрема через міграцію фахівців і руйнування інфраструктури [3; 15]. Необхідність системного аналізу та розробки нових концептуальних моделей організації соціальної сфери є очевидною, особливо в контексті глобальних трансформацій і воєнної кризи, що вимагають синергії між етикою, прогнозуванням і правовим регулюванням [9; 14].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженням соціальної сфери досить активно займалися як українські, так і закордонні науковці та практики. М. Кальницька визначає соціальну сферу як комплекс інститутів, що забезпечують суспільний добробут, підкреслюючи її міждисциплінарний характер [5]. І. Белова та Н. Семенишена аналізують функції соціального захисту, наголошуючи на його ролі в підтримці вразливих груп [2]. Є. Шава та Н. Ндебеле акцентують на необхідності цифровізації управління соціальною сферою, зокрема через автоматизацію документообігу [16]. В. Гордієнко досліджує децентралізацію та соціальні послуги у територіальних громадах України, пропонуючи програмно-проектний підхід [13]. С. Шульц і Д. Палатна аналізують виклики децентралізації, зокрема оптимізацію соціальної інфраструктури [7; 8]. Н. Горішна та Т. Семигіна аналізують інтеграцію соціальних послуг, звертаючи увагу на проблеми депрофесіоналізації та бюрократії [9; 14]. І. Верховод та Х. Лопушняк висвітлюють фінансування та секторальні виклики соціальної сфери в умовах війни [3; 15]. Л. Ситар і Р. Скриньковський пропонують стратегії розвитку соціальної сфери [10], а О. Калініченко зосереджується на прогнозуванні її параметрів [4]. І. Шеплякова, І. Сушик і А. Анацька досліджують деонтологічні засади соціальної роботи, наголошуючи на етичних принципах [1; 11; 12]. В. Николаєва аналізує правовий супровід, пропонуючи удосконалення нормативної бази. Ці праці створюють основу для розробки моделі оптимізації системи організації соціальної сфери, але потребують інтеграції для створення цілісного підходу [6].

Метою статті є розробка моделі оптимізації системи організації соціальної сфери шляхом інтеграції деонтологічних засад, прогнозування та правового документального супроводу.

Результати дослідження. Система організації соціальної сфери є фундаментальним механізмом, що забезпечує функціонування соціальних інститутів, таких як освіта, охорона здоров'я та соціальний захист, спрямованих на задоволення суспільних потреб, підтримку добробуту та забезпечення сталого розвитку [2]. Ця система являє собою складну, динамічну структуру, яка координує діяльність інститутів, ресурси та управлінські процеси для досягнення соціальної справедливості, рівності та стабільності [5]. У сучасних умовах функціональність системи організації соціальної сфери набуває критичного значення, оскільки її ефективність визначає здатність суспільства адаптуватися до швидкозмінного середовища [16].

Система охоплює інституційні, організаційні та управлінські елементи, які взаємодіють для забезпечення ефективного функціонування соціальних служб [8]. Вона включає мережу установ, таких як школи, лікарні, центри соціальної допомоги, а також управлінські структури, що координують їхню діяльність, розподіляють ресурси та встановлюють стандарти надання послуг [7]. Основними функціями системи є забезпечення доступу до освіти, медичних послуг і соціального захисту, підтримка вразливих груп населення, таких як люди похилого віку, особи з інвалідністю чи малозабезпечені сім'ї, а також сприяння соціальній інтеграції та рівності [2]. Система базується на принципах сталості, справедливості та адаптивності, що дозволяють їй реагувати на суспільні зміни, такі як урбанізація чи технологічні трансформації [13]. Наприклад, у відповідь на зростання попиту на медичні послуги система координує розширення мережі лікарень або впровадження телемедицини [14].

Система організації соціальної сфери функціонує як цілісний механізм, де кожен елемент – від інституційної структури до управлінських процесів – відіграє визначальну роль. Наприклад, ефективне управління ресурсами дозволяє оптимізувати фінансування соціальних програм, а чітка організація забезпечує координацію між різними інституціями, такими як школи та центри зайнятості, для підтримки безробітних у професійній перепідготовці [8]. Однак сучасна система стикається з численними викликами. Бюрократія ускладнює оперативне прийняття рішень, що особливо критично в умовах криз, таких як економічна нестабільність чи війна [3]. Недостатнє фінансування обмежує можливості для розширення соціальних послуг, а невідповідність інституційної структури сучасним потребам (наприклад, у цифрових технологіях) знижує її ефективність [15]. Крім того, зростання соціальної диференціації і кадрові проблеми, спричинені міграцією, вимагають від системи більшої гнучкості для забезпечення рівного доступу до послуг [9].

Для забезпечення ефективності системи організації соціальної сфери необхідно враховувати її ключові компоненти, серед яких особливе місце посідають деонтологічні засади. Деонтологічні засади формують етичний фундамент системи, задаючи принципи справедливості, гуманізму та відповідальності, які спрямовують діяльність соціальних інститутів [12; 11]. Ці принципи визначають моральні орієнтири для соціальних працівників і управлінців, забезпечуючи відповідність їхніх дій суспільним цінностям, таким як недискримінація та повага до прав людини [1]. Наприклад, етичний кодекс соціальних працівників допомагає уникати упередженості під час надання послуг чи розподілу ресурсів, забезпечуючи справедливе ставлення до всіх груп населення [11]. Деонтологія відіграє ключову роль у вирішенні етичних дилем, таких як вибір між економічною доцільністю та захистом вразливих груп, і сприяє зміцненню довіри до соціальних інститутів [12]. Однак деонтологічні засади часто залишаються декларативними, без чіткої імплементації, що призводить до етичних конфліктів і послаблює

ефективність системи [1]. Для подолання цих проблем необхідно розробити універсальні етичні стандарти, які будуть інтегровані в управлінські процеси та підтримуватимуться механізмами контролю [11].

Ефективність системи організації соціальної сфери залежить не лише від етичного фундаменту, але й від її здатності передбачати майбутні потреби суспільства, що забезпечується через прогнозування. Прогнозування є стратегічним компонентом системи, який дозволяє передбачати соціальні, демографічні та економічні тенденції, такі як зростання попиту на соціальні послуги, зміни у структурі населення чи трансформація ринку праці [4]. Воно базується на міждисциплінарних методах, зокрема аналізі великих даних, сценарному моделюванні та експертних оцінках, які дають змогу розробляти довгострокові стратегії розвитку соціальних інститутів [10]. Наприклад, прогнозування демографічного старіння дозволяє системі планувати розширення мережі закладів для літніх людей або вдосконалення медичних послуг [4]. Сучасні технології, зокрема штучний інтелект, значно підвищують точність прогнозів, дозволяючи враховувати складні взаємозв'язки між соціальними, економічними та технологічними факторами [16]. Однак прогнозування стикається з викликами, такими як фрагментарність методів, недостатня якість даних або неврахування повною мірою зовнішніх факторів, що може знижувати його ефективність [10]. Для подолання цих проблем необхідно вдосконалювати прогностичні моделі через інтеграцію нових технологій і міждисциплінарних підходів, що дозволить системі краще адаптуватися до майбутніх викликів [4].

Для реалізації етичних принципів і прогностичних стратегій система організації соціальної сфери потребує чіткої нормативної бази, що забезпечується через правовий документальний супровід. Правовий документальний супровід є ключовим компонентом системи, який регулює діяльність соціальних інститутів через сукупність нормативно-правових актів, стандартів і процедур документообігу [6]. Він включає закони, постанови, інструкції та інші документи, що встановлюють правила надання соціальних послуг, розподілу ресурсів і координації інститутів [13]. Наприклад, законодавство про соціальний захист визначає порядок виплат для малозабезпечених груп, а стандарти медичних послуг регулюють якість їх надання [7]. У цифрову еру правовий документальний супровід дедалі більше спирається на електронні реєстри та автоматизовані системи, що спрощують доступ до інформації та підвищують ефективність управління. Проте сучасний правовий документальний супровід часто стикається з проблемами, такими як застарілість законодавчої бази, бюрократична складність або невідповідність вимогам цифрових трансформацій. Ці недоліки ускладнюють оперативне реагування системи на нові виклики, такі як зростання попиту на соціальні послуги чи технологічні зміни. Для подолання цих проблем необхідно модернізувати нормативну базу через упровадження цифрових технологій і спрощення процедур документообігу, що підвищить адаптивність системи.

Вищезазначені проблеми можуть бути вирішені через запропоновану модель удосконаленої системи організації соціальної сфери.

Таблиця 1

Модель оптимізації системи організації соціальної сфери

Компонент системи	Функції	Виклики	Рекомендації щодо вдосконалення
Деонтологічні засади	Формування етичного каркасу системи через принципи справедливості, гуманізму та моральної відповідальності, що забезпечують повагу до прав людини та легітимність соціальних інститутів у процесі прийняття рішень	Декларативний характер етичних принципів, недостатня імплементація в управлінські практики, етичні дилеми у розподілі ресурсів, що підривають довіру до соціальних інститутів	Розробка універсальних етичних кодексів, інтеграція деонтологічних принципів у професійну підготовку соціальних працівників, створення систем моніторингу етичної відповідності
Прогнозування	Стратегічне передбачення соціальних, демографічних та економічних тенденцій через міждисциплінарні методи (аналіз великих даних, сценарне моделювання), що забезпечує довгострокове планування розвитку соціальних інститутів	Фрагментарність методів, обмежена точність через недостатнє врахування системних взаємозв'язків між соціальними, економічними та технологічними факторами, брак якісних даних	Впровадження технологій штучного інтелекту, міждисциплінарних моделей прогнозування, інтеграція значного обсягу даних для підвищення точності та адаптивності стратегічного планування
Правовий документальний супровід	Нормативно-правове регулювання діяльності соціальної сфери через закони, стандарти та документообіг, що забезпечують прозорість, правову стабільність і координацію соціальних процесів	Архаїчність нормативної бази, бюрократична складність, невідповідність сучасним вимогам цифровізації, що знижує оперативність управління	Модернізація нормативної бази, впровадження електронних реєстрів і автоматизованих систем документообігу, гармонізація правових актів із сучасними технологічними та соціальними реаліями

Взаємодія компонентів є основою ефективності системи. Деонтологічні засади, формуючи етичний каркас, задають моральні орієнтири для всіх аспектів діяльності соціальної сфери. Вони спрямовують прогнозування, забезпечуючи відповідність стратегічного планування принципам справедливості та гуманізму. Своєю чергою прогнозування надає деонтологічним засадам практичну основу, пропонуючи дані та сценарії, які допомагають визначити, як етичні принципи можуть бути реалізовані в конкретних соціальних програмах. Правовий документальний супровід відіграє роль механізму реалізації, переводячи етичні та прогностичні рішення в нормативну площину. Водночас деонтологічні засади впливають на правовий супровід, забезпечуючи відповідність нормативних актів принципам справедливості.

Виклики, зазначені в таблиці, підкреслюють проблеми у взаємодії компонентів. Декларативність деонтологічних засад ускладнює їх інтеграцію з прогнозуванням, оскільки етичні принципи не завжди чітко імплементуються в стратегічне планування. Фрагментарність прогностичних методів обмежує їхню здатність надавати точні дані для правового супроводу, що може призводити до невідповідності нормативних актів реальним потребам. Архаїчність правового документального супроводу перешкоджає оперативному втіленню етичних і прогностичних рішень, особливо в умовах цифровізації.

Рекомендації, наведені в таблиці, спрямовані на посилення взаємодії компонентів. Розробка універсальних етичних кодексів забезпечить чітку основу для прогнозування та правового регулювання. Впровадження штучного інтелекту та міждисциплінарних методів у прогнозуванні покращить якість даних, які використовуються для розробки нормативних актів. Цифровізація правового документального супроводу, зокрема, через електронні реєстри сприятиме швидкій реалізації етичних і прогностичних рішень. Ця синергія компонентів забезпечує адаптивність і ефективність системи, дозволяючи їй відповідати на сучасні виклики та забезпечувати суспільний добробут.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Система організації соціальної сфери, інтегруючи деонтологічні засади, прогнозування та правовий документальний супровід, виступає інструментом забезпечення суспільного добробуту в умовах глобальної невизначеності. Її синергія підвищує етичність, стратегування і нормативну стабільність соціальної сфери, сприяючи соціальній справедливості та сталому розвитку. Запропонована модель оптимізації системи соціальної сфери, що гармонізує етичні, прогностичні та правові компоненти, забезпечує адаптивність системи до викликів, таких як демографічні зміни, цифровізація та воєнні умови, зміцнюючи її здатність відповідати суспільним потребам.

Подальші дослідження можуть бути зосереджені на аналізі впливу нових технологій, зокрема штучного інтелекту, на інтеграцію етичних, прогностичних і правових аспектів системи організації соціальної сфери.

Список використаних джерел і літератури

1. Анацька Н. В., Новіков Б. В., Свідло Т. М. Етика соціальної роботи: первинний етап. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 5 «Педагогічні науки: реалії та перспективи»*. 2021. № 81. С. 9–13.
2. Белова І. М., Семенишена Н. В. Суть, основні напрями та функції соціального захисту населення. *Економічні науки*. 2021. № 34. С. 92–107.
3. Верховод І. С. Напрями аналізу соціальної сфери України в сучасних умовах. *Економічний простір*. 2024. № 191. С. 205–210.
4. Калініченко О. О. Прогнозування та розвиток основних параметрів соціальної сфери України в сучасних умовах. *Економіка. Управління. Інновації. Серія «Економічні науки»*. 2014. № 1 (11). URL: http://eprints.zu.edu.ua/14207/1/eui_2014_1_45.pdf

5. Кальницька М. А. Теоретичні підходи до визначення соціальної сфери та особливості її функціонування в Україні. *Економіка і суспільство*. 2017. № 10. С. 529–534.
6. Николаєва В. І. Нормативно-правове забезпечення функціонування системи соціальної роботи в Україні. *Право та державне управління*. 2019. № 2 (35). Том 2. С. 194–202.
7. Палатна Д. Розвиток соціальної сфери у сучасних територіальних громадах. *Social Work and Education*. 2022. № 9 (1). Р. 75–88.
8. Розвиток соціальної сфери територіальних громад в умовах адміністративно-фінансової децентралізації / за ред. С. Л. Шульц. Львів : ДУ «Інститут регіональних досліджень імені М. І. Долишнього НАН України», 2018. 140 с.
9. Семигіна Т. Соціальні послуги на рівні громади: розвиток чи занепад соціальної сфери? *Current issues of science, prospects and challenges : collection of scientific papers “SCIENTIA” with Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference 2021*. Vol. 1. December 17. Sydney, Australia : European Scientific Platform. Р. 62–64.
10. Ситар Л. Й., Скриньковський, Р. М. Сучасний стан та перспективи розвитку соціальної сфери України. *Ефективна економіка*. 2015. № 4. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=3954>
11. Сушик І. В. Етика та деонтологія соціального працівника : навчальний посібник. Луцьк : ІВВ Луцький НТУ, 2020. 188 с.
12. Шеплякова І. О. Формування ціннісного компоненту деонтологічної культури майбутніх соціальних працівників у процесі професійної підготовки в закладі вищої освіти. *Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції*, м. Харків, 20 листопада 2020 р. / за ред. М. П. Васильєвої. Харків : ХНПУ, 2020. С. 26–28. URL: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/5137>.
13. Hordiienko V. Public management of the social sphere in territorial communities of Ukraine. *Public Administration and Regional Development*. 2024. № 24. Р. 466–486.
14. Horishna N. The nature and peculiarities of integrated social services implementation in Ukraine. *Social Work and Education*. 2019. № 6 (2). Р. 133–143.
15. Lopushniak H., Verkhovod, I., Pospielova, T., Mykhatska, A., Marukhlenko, O. Sectoral analysis and critical challenges in the social sphere of Ukraine. *Interacción Y Perspectiva*. 2025. № 15 (1). Р. 226–238.
16. Shava E., Ndebele N. Digital transformation in public sector human resource management. IGI Global, 2024. 356 p.

References

1. Anatska, N. V., Novikov, B. V., & Svidlo, T. M. (2021). Etyka sotsialnoi roboty: pervynnyi etap [Social workethics: the primarystage]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 5. Pedahohichninauky: realii ta perspektyvy*, (81), 9–13. [in Ukrainian].
2. Belova, I. M., & Semenyshena, N. V. (2021). Sut, osnovni napriamy ta funktsii sotsialnoho zakhystu naselennia [The essence, main directions and functions of social protection of the population]. *Ekonomichni nauky*, (34), 92–107 [in Ukrainian].
3. Verkhovod, I. S. (2024). Napriamy analizu sotsialnoi sfery Ukrainy v suchasnykh umovakh [Directions of analysis of the social sphere of Ukraine in modern conditions]. *Ekonomichnyi prostir*, 191, 205–210. [in Ukrainian].
4. Kalinichenko, O. O. (2014). Prohnozuvannia ta rozvytok osnovnykh parametriv sotsialnoi sfery Ukrainy v suchasnykh umovakh [Forecasting and development of the main parameters of the social sphere of Ukraine in modern conditions]. *Ekonomika. Upravlinnia. Innovatsii. Seriiia: Ekonomichni nauky*, 1 (11). Retrieved from: http://eprints.zu.edu.ua/14207/1/eui_2014_1_45.pdf [in Ukrainian].

5. Kalnytska, M. A. (2017). Teoretychni pidkhody do vyznachennia sotsialnoi sfery ta osoblyvosti y ii funktsionuvannia v Ukraini [Theoretical approaches to the definition of the social sphere and the features of its functioning in Ukraine]. *Ekonomika i suspilstvo*, 10, 529–534. [in Ukrainian].
6. Nykolaieva, V. I. (2020). Normatyvno-pravove zabezpechennia funktsionuvannia systemy sotsialnoi roboty v Ukraini [Regulatory and legal support for the functioning of the social work system in Ukraine]. *Pravo ta derzhavne upravlinnia*, 2 (35), 194–202 [in Ukrainian].
7. Palatna, D. (2022). Rozvytok sotsialnoi sfery u suchasnykh terytorialnykh hromadakh [Development of the social sphere in modern territorial communities]. *Social Work and Education*, 9 (1), 75–88 [in Ukrainian].
8. Rozvytok sotsialnoi sfery terytorialnykh hromad v umovakh administratyvno-fiansovoi detsentralizatsii [Development of the social sphere of territorial communities in the context of administrative and financial decentralization] / za red. S. L. Shults. (2018). Lviv : DU “Instytut rehionalnykh doslidzhen imeni M. I. Dolishnoho NAN Ukrainy”. (Seriia “Problemy rehionalnoho rozvytku”). [in Ukrainian].
9. Semyhina, T. (2021). Sotsialni posluhy na rivni hromady: rozvytok chy zanepad sotsialnoi sfery? [Social services at the community level: development or decline of the social sphere?]. *Current issues of science, prospects and challenges: collection of scientific papers “SCIENTIA” with Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference* (Vol. 1), December 17, Sydney, Australia: European Scientific Platform. pp. 62–64 [in Ukrainian].
10. Sytar, L. Y., & Skrynkovskyi, R. M. (2015). Suchasnyi stan ta perspektyvy rozvytku sotsialnoi sfery Ukrainy [Current state and prospects for the development of the social sphere of Ukraine]. *Efektivna ekonomika*, (4). Retrieved from: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=3954> [in Ukrainian].
11. Sushyk, I. V. (2020). Etyka ta deontolohiia sotsialnoho pratsivnyka : navchalnyi posibnyk [Ethics and deontology of a social worker: a textbook]. Lutsk: IVV Lutsnyi NTU. [in Ukrainian].
12. Shepliakova, I. O. (2020). Formuvannia tsinnisnoho komponentu deontolohichnoi kultury maibutnykh sotsialnykh pratsivnykiv u protsesi profesiinoi pidhotovky v zakladi vyshchoi osvity. Suchasni realii ta perspektyvy sotsialnoho vykhovannia osobystosti [Formation of the value component of the deontological culture of future social workers in the process of professional training in a higher education institution]. *Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii*, Kharkiv, 20 lystopada 2020 r. / za red. M. P. Vasylievoi. Kharkiv: KhNPU. pp. 26–28. Retrieved from: <https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/5137> [in Ukrainian].
13. Hordiienko, V. (2024). Public management of the social sphere in territorial communities of Ukraine. *Public Administration and Regional Development*, 24, 466–486 [in English].
14. Horishna, N. (2019). The nature and peculiarities of integrated social services implementation in Ukraine. *Social Work and Education*, 6 (2), 133–143 [in English].
15. Lopushniak, H., Verkhovod, I., Pospielova, T., Mykhatska, A., & Marukhlenko, O. (2025). Sectoral analysis and critical challenges in the social sphere of Ukraine. *Interacción Y Perspectiva*, 15 (1), 226–238 [in English].
16. Shava, E., Ndebele, N. (2024). Digital transformation in public sector human resource management. IGI Global. [in English].

Aharkov O. A.

Doctor of Political Sciences, Professor,
Head of the Department of Social Work
Separate Structural Subdivision of Higher Education Institution
“Open International University of Human Development “Ukraine”
Carpathian Institute of Entrepreneurship

Bukanov H. M.

Doctor of Public Administration Sciences, Professor,
Professor at the Department of Constitutional, Administrative, and Labor Law
National University Zaporizhzhia Polytechnic

**SYSTEM OF ORGANIZATION OF THE SOCIAL SPHERE:
DEONTOLOGICAL PRINCIPLES, FORECASTING
AND LEGAL DOCUMENTARY SUPPORT**

The social sphere forms the foundation of societal well-being, ensuring social justice and sustainable development. Contemporary global challenges, including demographic aging, increasing social stratification, digitalization, and the war in Ukraine, which has caused infrastructure destruction, population displacement, and funding deficits, necessitate an adaptive system for organizing the social sphere. Deontological principles, forecasting, and legal documentary support are pivotal components that ensure ethical grounding, strategic foresight, and normative stability of social institutions.

The study aims to develop a model for optimizing the social sphere's organizational system by integrating deontological principles, forecasting, and legal documentary support to enhance its effectiveness amid modern challenges.

The article proposes a comprehensive model for optimizing the social sphere's organizational system, synergistically combining ethical, prognostic, and legal components. The synergy of universal ethical codes, artificial intelligence in forecasting, and digitalization of legal support ensures adaptability to demographic, technological, and crisis-induced changes, particularly in the war context. The model's novelty lies in its emphasis on ethical imperatives and decentralization processes.

The optimization model, integrating deontological principles, forecasting, and legal support, enhances the ethical legitimacy and adaptability of the social sphere, promoting social justice and sustainability. It is effective in addressing war-related challenges, staffing shortages, and digital transformations. Future research should explore the impact of innovative technologies and decentralization

Key words: social sphere, deontology, forecasting, legal support, war context, digital transformation, decentralization.

УДК159.923.2:615.851

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.2>

Андропова А. І.

аспірантка, викладач кафедри соціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
e-mail: a.andronova@onu.edu.ua
ORCID ID: 0009-0006-8748-7799

Кононенко О. І.

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри соціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова
e-mail: o.kononenko@onu.edu.ua
ORCID ID: 0000-0001-8676-7410

РЕГУЛЯЦІЯ ЕМОЦІЙ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті розглянуто актуальні проблеми впливу емоційного стану на творчі процеси. На основі огляду наукової літератури проводиться аналіз класифікації емоцій та різноманітних методів їх регуляції. У наш час, коли стрес і напруження стали звичними, важливо мати ефективні інструменти для підтримки емоційного балансу та продуктивної діяльності. У цій роботі визначено можливі причини, що блокують творчу енергію, заважаючи почати і завершити необхідну роботу, та методи, які допомагають налаштуватися на творчий процес. Розглянуто можливості поєднання методів медитації, аутотренінгу та візуалізації не тільки для досягнення емоційної стабільності, зниження стресу і покращення самопочуття, а і для налаштування на творчу роботу, підвищення рівня креативності, ефективності творчої діяльності.

Ключові слова: творча діяльність, емоції, емоційний стан, регуляція емоцій, «якоріння» стану.

Постановка проблеми. Сучасний світ характеризується високим темпом життя, інформаційним перевантаженням та постійними змінами. Сучасні дослідження в галузі психології свідчать, що ці фактори створюють значний емоційний тиск на людину. Постійний стрес і перенапруження можуть призвести до емоційного вигорання, що негативно впливає на творчий потенціал. Творчість є важливим компонентом успіху в багатьох сферах діяльності, тому здатність ефективно регулювати свої емоції стає все більш важливою для досягнення успіху в різних сферах життя. Розуміння механізмів регуляції емоцій дозволить оптимізувати когнітивні процеси та підвищити здатність генерувати нові ідеї, знаходити нестандартні рішення та адаптуватися до змін. Таким чином, розвиток навичок регуляції емоцій запобігає емоційному вигоранню та підвищує ефективність діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні десятиліття можна спостерігати зростання інтересу до ролі емоційного інтелекту у творчій діяльності.

У розробці проблеми емоційного інтелекту брали активну участь такі зарубіжні дослідники, як Дж. Маєр і П. Саловей, які сформулювали концепцію цього поняття; Д. Гоулман, котрий досліджував емоційний інтелект та його вплив на творчу діяльність; А. Бандура, що вивчав здатність до саморегуляції – складника емоційного інтелекту, та інші. Серед вітчизняних дослідників – Носенко Е. Л., Коврига Н. В., С. Дерев'янка, І. Матійків.

Сучасні дослідження наводять все більше доказів того, що емоційний інтелект, техніки емоційної регуляції та сприятливе емоційне середовище можуть значно покращити творчі процеси, а також вони показують, що люди з високим емоційним інтелектом можуть краще впоратися з емоційними викликами творчого процесу, такими як невпевненість, фрустрація та критика. В Україні дослідження емоційного інтелекту активно розвиваються і велику кількість наукових робіт присвячено дослідженню ефективності інтеграції різних технік емоційної регуляції, таких як медитація, візуалізація, аутотренінг, майндфулнес, когнітивно-поведінкова терапія та інші. Ці техніки допомагають не лише знизити рівень стресу, але й розвинути самоусвідомлення, емпатію та креативне мислення, сприяють налаштуванню на творчу діяльність. Подальші дослідження природи виникнення емоцій, аналіз методів і технік регуляції емоційних станів сприятимуть створенню методик для самодіагностики емоційної сфери особистості і навчанню стратегіям емоційної регуляції.

Мета статті: визначити причини, що заважають налаштуватися на продуктивну творчу роботу; описати методи, які допомагають налаштуватися на творчий процес; провести аналіз існуючих методів регуляції емоцій і визначити найбільш ефективний для створення стану, сприятливого для творчої діяльності.

Результати дослідження. Емоції – це невід'ємна частина людського життя. Від радості та любові до гніву і печалі – весь спектр людських емоцій формує наше життя. Вони впливають на наше сприйняття світу, прийняття рішень, взаємодію з іншими людьми, загальне самопочуття, тобто на загальну якість життя.

Зв'язок між емоціями та творчістю є предметом дослідження багатьох науковців. Дедалі більше свідчень того, що емоційний стан значно впливає на нашу здатність мислити креативно та генерувати нові ідеї. З іншого боку, розвиток навичок регуляції емоцій дозволяє нам оптимізувати цей процес і досягати кращих результатів у творчій діяльності. Таким чином, емоції – це не просто суб'єктивні переживання, а потужний рушій нашої поведінки.

Емоції – це складні психофізіологічні реакції на внутрішні або зовнішні подразники: тісно пов'язані з нашим тілом і розумом, вони є не просто суб'єктивними відчуттями, а складними реакціями нашого організму на різноманітні події та стимули. Емоції включають в себе декілька складників, які самі вже не є емоціями, але «при виникненні певної емоції всі ці складові проявляються одночасно, причому, кожна з складових може впливати на інші складові» [11]. Їх можна поділити на:

фізіологічні зміни – почервоніння, зміни в роботі серця (наприклад, прискорене серцебиття), м'язів, зміни дихання, гормонального фону – підготовка організму до дії;

когнітивні процеси – оцінка ситуації, яка викликала емоцію, – пов'язані з мисленням, думками та спогадами;

поведінкові реакції – вираження емоцій через міміку, жести, голос, слова, пози тіла чи рухи – передача інформації, яку можемо ще не усвідомлювати.

Існує безліч підходів до класифікації емоцій, кожен з яких має свої особливості та зосереджується на різних аспектах цього явища (табл. 1).

Таблиця 1

Класифікація емоцій за різними науковими підходами

Класифікація	Вид	Форма прояву	Причина	Приклад емоції
1	2	3	4	5
За фізіологічними проявами	Стенічні емоції	Реакції у вигляді підвищення активності організму, мобілізація сил	Ситуація, що викликає сильну емоцію, наприклад перемога в змаганнях, радість зустрічі, захист своїх інтересів	Позитивні: радість, захоплення; негативні: гнів, страх
	Астенічні емоції	Реакції у вигляді зниження активності, виснаження сил	Події, що призвели до тривалого стресового стану, низька самооцінка, соціальна ізоляція, перенапруження і вигорання та хронічна втома	Печаль, сум, апатія, втома, байдужість, розчарування
За кількістю компонентів	Базові емоції	Універсальні, вроджені емоції	Переживання як реакція на подію; є однаковою для всіх людей	Радість, сум, гнів, страх, здивування, відраза
	Складні емоції	Поєднання базових емоцій	Результат взаємодії кількох базових емоцій і когнітивних процесів, різні для людей, тому що формуються під впливом культурних норм, попереднього соціального досвіду та когнітивної оцінки	Вина – поєднання страху і смутку; ревності – поєднання страху втрати, гніву та сумніву в собі; сором – поєднання страху та смутку
Класифікація за функціями	Адаптивні емоції	Допомагають людині адаптуватися до навколишнього середовища	Виникли в процесі еволюції і є вродженими для людини, пов'язані з фізіологічними потребами чи такі, що допомагають уникати небезпечних ситуацій та розуміти інших людей	Голод – спонукає шукати їжу; страх – спонукає уникати небезпеки; радість – стимулює досягнення мети
	Соціальні емоції	Регулюють соціальні взаємодії та сприяють інтеграції в суспільство	Пов'язані з нашими взаємодіями з іншими людьми: потреба виражати та розуміти емоції; наші думки та інтерпретація соціальних ситуацій	Сором, вина, співчуття, гордість, емпатія

Продовження таблиці 1

1	2	3	4	5
Класифікація за тривалістю	Короткочасні	Реакції на миттєві події	Раптові зміни в навколишньому середовищі, несподівані новини, зустрічі, які викликають емоції, що швидко згасають	Радість від подарунка; гнів через образи; страх від раптового гучного звуку
	Довготривалі	Створюють емоційні стани, що довго тривають	Нерозв'язані проблеми чи конфлікти; тип темпераменту чи життєвий досвід, що призводить до тривалих емоційних станів	Хронічний стрес – відчуття роздратування й агресивності; тривога – занепокоєння щодо майбутнього; депресія – поганий настрій, безнадія, втрата інтересу
За знаком або суб'єктивним досвідом	Позитивні	Підвищення енергії та бажання діяти; проявляються через слова, рухи, жести, сміх, гумор, міміку (посмішка)	Пов'язані з приємними відчуттями та прагненням до повторення ситуацій, що їх викликають, наприклад досягнення цілі, приємне спілкування чи спогади, смачна їжа	Радість, щастя, любов, вдячність, задоволення
	Негативні	Сприяють демотивації. Вираження своїх почуттів через слова, інтонацію, сарказм, гучний голос, активну жестикуляцію, різкі рухи, міміку	Пов'язані з неприємними відчуттями та бажанням уникнути ситуацій, що їх викликають, наприклад загроза життю чи здоров'ю, різноманітні втрати – близької людини, роботи, кошовної речі тощо, несправедливість, обман	Сум, страх, гнів, відроза, провина
	Нейтральні	Прояви у вигляді запитань, пауз, тверджень, міміки та поглядів. Відсутність активних жестів, монотонний голос	Реакція на нову, несподівану ситуацію, інформацію чи відсутність подій	Здивування, цікавість, інтерес, байдужість

Необхідно зазначити, що кожна людина переживає емоції по-своєму, тому універсальної класифікації не існує; вираження і розуміння емоцій відрізняється в різних культурах; емоції можуть змінюватися швидко і впливати одна на одну. Як визначає О. В. Джеджер, «переживання є психічною формою відображення дійсності, яка детермінує функціонування психіки, забезпечуючи вироблення певної якості ставлення до явищ реальної або уявної дійсності та його реалізації в поведінці й діяльності особистості» [4, с. 299]. Реакція на дійсність, тобто виникнення відповідного психічного стану, буде залежати від особистісного попереднього життєвого досвіду, яке в динаміці можна представити у послідовності подій від сприймання, емоційно-когнітивної оцінки, виникнення психічного

стану до вироблення ставлення до ситуації і спонукання до конкретної дії. Таким чином, «завдяки емоційним переживанням виробляються оцінки життєвих ситуацій, відбувається регуляція поведінки і діяльності особистості» [4, с. 230].

Сучасні дослідження свідчать, що для нормального життя діяльність повинна бути насиченою позитивними емоціями. Проте зазначається, що навіть негативні емоції можуть позитивно впливати на творчу діяльність. Наприклад, гнів може мотивувати до вираження своїх почуттів і думок, що часто призводить до оригінальних ідей; смуток може сприяти глибокому самоаналізу, рефлексії та пошуку нового сенсу; тривога може стимулювати допитливість і бажання знайти рішення проблем. Таким чином, за певних обставин негативні емоції мають позитивний вплив на творчість. Визначимо основні обставини, за яких це може відбуватися. По-перше, бажано мати певний баланс між негативними та позитивними емоціями, тому що занадто багато негативних емоцій може призвести до вигорання і зниження творчої активності. По-друге, важливо, щоб негативні емоції не були тривалими і надто потужними, бо через зв'язок з роботою людських органів тривалий вплив призводить до нервових розладів і зниженню творчої активності. У роботі [1] (Андронові А. І., Кононенко О. І.) звернено увагу на значення тривалості емоційного стану: «довготривалий позитивний емоційний фон впливає на стабільність творчої продуктивності, а довготривалий хронічний стрес або депресивний стан чинить негативний ефект, впливаючи на здатність до інновацій». Але водночас як негативні, так і позитивні емоції «можуть призводити до дисбалансу. Так, надмірне захоплення може відволікати, а сильна тривога може блокувати креативний процес». Встановлено, що «короткочасна і невелика доза стресу сприяє мобілізації сил, прискорює прийняття рішень, активізує роботу мозку», тобто стрес – це будь-який вплив, і він може бути пов'язаний не тільки з негативними емоціями, оскільки «корисний стрес» спричиняється позитивними емоціями і створює такий емоційний стан, за якого творчий процес здійснюється з найбільшою ефективністю [2].

У роботі [5] автор («Психологічні особливості емоційної стійкості та самоконтролю особистості» Кравчук С. Л.) підкреслює, що кожна людина має унікальний спосіб переживання та вираження емоцій, а це означає, що одна й та сама подія може викликати різні емоційні реакції у різних людей. Індивідуальні відмінності формуються під впливом багатьох факторів, включаючи генетичні особливості, досвід дитинства, культурне середовище та особистісні цінності. «Індивідуально-особистісний прояв емоцій у кожної людини позначається поняттям «емоційність особистості. <...> Емоційність виступає однією з основних властивостей темпераменту» [5, с. 467]. Тобто темперамент – це сукупність вроджених властивостей нервової системи, які визначають динаміку психічної діяльності людини, а емоційність є однією з основних характеристик темпераменту поряд з активністю та сенситивністю. Важливо розуміти, що емоційність як властивість темпераменту є вродженою, але її прояви можуть змінюватися під впливом виховання та жит-

тєвого досвіду. Розуміння емоційності допомагає краще зрозуміти себе та інших людей, прогнозувати поведінку в різних ситуаціях, а також сприяє розвитку емоційного інтелекту, що є важливим для досягнення успіху у різних сферах життя. Таке знання є важливим для побудови ефективних міжособистісних стосунків, а також для професійної діяльності, особливо у сферах, пов'язаних із комунікацією та емоційним впливом.

Отже, в умовах сучасного робочого середовища, що характеризується високим рівнем стресу та невизначеності, емоційна стійкість є ключовою для професійного успіху. Емоційна стійкість – це якість, що визначає здатність людини ефективно функціонувати в умовах стресу та емоційних викликів. Її важливість важко переоцінити, адже вона впливає на всі аспекти життя – від фізичного та психічного здоров'я до міжособистісних стосунків та професійних досягнень. Варто зазначити, що за дослідженням С. Л. Кравчук, «особистість з емоціональною стійкістю живе теперішнім, не відкладає життя «на потім» та не є невротично заглибленою в минулі переживання» [5].

Таким чином, набуття навичок емоційної стійкості відіграє вирішальну роль у сучасному світі. І ми підійшли до третьої обставини, за якою будь-які емоції мають позитивний вплив на творчість, – це контроль над емоціями. Перший крок до управління емоціями – це усвідомлення того, що відчуваємо в конкретній ситуації. Емоції, чи то хороші, чи то або погані, треба приймати такими, якими вони є. Вміння розпізнавати, розуміти та керувати своїми емоціями дозволить:

- краще розуміти інших людей і будувати міцніші зв'язки;
- відчувати себе більш впевнено, контролюючи свої дії, уникати ускладнень;
- підтримувати емоційний баланс, досягти тривалої концентрації уваги і підвищити ефективність роботи;
- впоратися з негативними емоціями, особливо з надмірною реакцією, знизити рівень стресу й уникнути виникнення дистресу, тобто негативної форми стресу, яка перевищує адаптаційні можливості організму.

Дистрес викликає фізичний та емоційний дискомфорт і може призвести до розвитку різних захворювань, особливо це стосується хронічного стресу. Саме тому вміння управляти стресом допоможе покращити загальне самопочуття та продуктивність творчої діяльності. Важливо вчасно вживати необхідні заходи, не доводячи до виникнення ускладнень у стосунках, у самопочутті, до виникнення таких станів, як апатія, депресія, емоційне вигорання. Треба брати до уваги, що часті, тривалі та надмірні емоційні переживання впливають на нервову систему, виснажуючи її, що призводить до невдач і помилок, складнощів у стосунках, оскільки «емоції здатні переповнювати свідомість і змушувати нас діяти ірраціонально» [9]. Водночас емоційні переживання лежать в основі будь-якої яскравої, талановитої, креативної роботи. «Мистецтво управління емоціями полягає в умінні спрямовувати їх у потрібне русло і забезпечувати адекватну реакцію людини в складних ситуаціях» [9].

Таким чином, керування емоціями – це навичка, яка допомагає нам жити більш гармонійним і щасливим життям. Існує багато різних методів, які допомагають керувати своїми емоціями, не допускаючи паралічу творчості на різних етапах діяльності. Для правильного підбору необхідних вправ треба розуміти, що є причиною виникнення емоції, яка негативно впливає на творчість.

Однією з причин виникнення проблем, породжених негативними емоціями, є внутрішні конфлікти, що поділяються на мотиваційні, моральні, комплекс неповноцінності, міжрольові, адаптаційні та неадекватну самооцінку [11]. Внутрішні конфлікти – це боротьба між різними бажаннями, потребами, цінностями всередині людини. Вони часто є джерелом сильних емоцій, які можуть як гальмувати, так і стимулювати творчість. Друга причина – надмірна емоційна реакція на стреси. Виникнення надмірної реакції може бути пов'язано з втомою, хворобою (наприклад, гіпертиреоз може викликати підвищену збудливість і дратівливість) чи з різними психологічними причинами (тривожні розлади, пережиті травматичні події, особливості темпераменту). У разі тривалого напруження виникає стан емоційного вигорання, внаслідок різних переживань – стан фрустрації, а також різні стресові стани (гострий, хронічний, посттравматичний), які можуть призвести до депресії, тривожності, дратівливості та інших психологічних розладів. Важливо розуміти, що стрес – це нормальна реакція організму на зовнішні подразники. Однак, якщо стрес стає хронічним, він може негативно вплинути на якість життя. У таблиці 2 наведені основні причини виникнення негативних емоцій, що заважають активній творчій діяльності, й можливі способи їх регулювання.

Управління емоціями – це важливий навик, який допомагає нам зберігати психологічне здоров'я, будувати гармонійні стосунки з іншими людьми та тривалий час діяти творчо і продуктивно. Перший крок до управління емоціями – це навчитися їх розпізнавати та ідентифікувати. Для цього необхідно звертати увагу на свої відчуття в тілі, думки та поведінку, даючи собі відповідь на запитання: «Що я зараз відчуваю? Чому я це відчуваю?». Ведення щоденника емоцій допомагає краще розуміти свої емоційні реакції та їх причини. Другим кроком є інтерпретація події, тому що саме від цього залежать емоції – їхня якість, сила та гострота. Далі необхідно переосмислити ситуацію, змінити свій погляд на неї, для чого рекомендується замінити негативні думки на більш позитивні та реалістичні чи подумати про інші можливі пояснення ситуації.

Серед поширених способів вираження емоцій для їх регуляції є розмова з близькими людьми, спорт, творчість (танці, спів, малювання тощо) – тобто все, що сприяє виразу емоцій, не допускаючи їх придушення, оскільки це може призвести до негативних наслідків для здоров'я. Також регулярне виконання релаксаційних вправ допомагає знизити рівень стресу та напруження, що сприяє кращій регуляції емоцій. Так, дихальні вправи – глибоке дихання та діафрагмове дихання – добре допомагають досягти стану глибокого розслаблення, зняти напругу та зменшити стрес.

Таблиця 2

Причини виникнення негативних емоцій і способи їх регулювання

Причини	Типи	Методи подолання
Внутрішні конфлікти	Мотиваційний – виникає, коли у людини одночасно присутні кілька бажань, які суперечать один одному. Моральні – виникають у ситуації вибору між кількома варіантами дій, кожен з яких має як позитивні, так і негативні наслідки; обираємо між тим, що вважаємо правильним, і тим, що диктують нам обставини або соціальні норми. Комплекс неповноцінності: почуття власної меншовартості, занижена самооцінка, страх критики та відторгнення, уникнення ситуацій, де можна зазнати невдачі, прагнення догодити іншим, залежність від думки оточення. Міжрольові – виникають, коли одночасно виконується кілька ролей і вимоги цих ролей суперечать одна одній. Адаптаційні – виникають внаслідок невміння або нездатності пристосуватися до нових умов, обставин або вимог. Неадекватна самооцінка – виникає, коли людина оцінює себе, свої якості, здібності та досягнення нереалістично, спотворено.	Визначення бажань і розподіл за пріоритетом, складання плану дій для досягнення цілей. Визначення цінностей, які конфліктують між собою, аналіз наслідків кожного рішення, прийняття рішення на основі внутрішніх цінностей. Визнати свої слабкості та недоліки, але не зациклюватися на них, навчитися бачити свої позитивні якості та досягнення, не завищувати планку, щоб не відчувати постійного розчарування, розвивати впевненість у собі, вірити у свої сили. Зрозуміти, які ролі є найважливішими, та навчитися розставляти пріоритети, навчитися ефективно планувати свій час, щоб встигати виконувати всі свої ролі. Усвідомлення, що зміни є неминучими, та навчитися приймати їх як частину життя, пристосуватися до нових умов, знайшовши в них позитивні моменти. Навчитися бачити свої позитивні якості та досягнення, визнати свої слабкості та недоліки, але не знецінювати себе через них, ставити реалістичні цілі.
Надмірна реакція	Фізіологічні причини: гормональні зміни, хвороба, втома внаслідок хронічного недосипання. Психологічні причини: хронічний стрес, психологічні розлади, особливості темпераменту. Соціальні причини: високі очікування; конфлікти в оточенні.	Відпочинок, здоровий спосіб життя, дихальні вправи, фізична активність. Усвідомлення причини, яка викликає таку реакцію. Зміна сприйняття ситуації, наприклад, шляхом заміни негативних думок на більш позитивні.
Тривале напруження	Стани: емоційного вигорання, фрустрації, стресові – хронічний, гострий, посттравматичний.	З'ясувавши причини виникнення напруження, зробити переоцінку цінностей, змінити умови життя, навчитися керувати стресом – освоїти методи релаксації, медитації, дихальні вправи.

Ці вправи для заспокоєння добре застосовувати перед початком аналізу свого емоційного стану. Іноді дихальні вправи можна замінити на фізичні, які також є ефективним способом зняття емоційного напруження та покращення настрою. Це може бути біг, плавання, танцювальні рухи під музику чи просто відпочинок під заспокійливу музику. Але для налаштування на продуктивну творчу діяльність тільки комплексних вправ для емоційної стабілізації буде недостатньо. Часто деяким, навіть творчим особистостям, буває важко почати творчу роботу: думки роз-

сіяні, важко сконцентруватись, натхнення не приходить. Причини такого стану криються в наявності внутрішніх бар'єрів. Це може бути страх помилки, критики або невдачі; сумніви у своїх здібностях; прагнення до ідеалу, що призводить до постійного відкладання початку роботи внаслідок побоювання не досягти досконалості, чи просто звичка відкладати важливі справи на потім.

Для подолання внутрішніх бар'єрів і налаштування на творчу роботу можна застосувати такі методи:

- медитація – допомагає заспокоїти розум, зосередитися та звільнитися від негативних думок, тобто «це спосіб заспокоєння розуму, що є, звичайно, необхідною передумовою зменшення тривоги і напруги» [8, с. 105]. Регулярна практика медитації сприяє розвитку креативності та інтуїції;

- аутотренінг – це метод самонавіювання, який допомагає змінити негативні установки на позитивні, тобто «сутність значення методу аутотренінгу полягає у реалізації психічного самовпливу шляхом систематичного тренування» [3]. За допомогою аутотренінгу можна налаштувати себе на успіх та подолати страх перед творчою роботою;

- візуалізація – метод полягає в уявленні процесу творчої роботи від початку до успішного втілення своєї ідеї в життя. Візуалізація допомагає налаштуватися на позитивний результат та зміцнити віру у свої сили.

Можна сказати, що аутотренінг і візуалізація є розширеною версією медитації, оскільки вони включають в себе елементи медитації, але мають свої особливості та спрямовані на досягнення конкретних цілей. Вони використовують медитацію як основу для досягнення конкретних результатів, таких як зміна негативних установок, програмування себе на успіх, досягнення поставлених цілей тощо. Можна навести таку аналогію: медитація – це фундамент будинку, а аутотренінг і візуалізація – це стіни та дах, які будуються на цьому фундаменті. Важливо зазначити, що всі три методи – медитація, аутотренінг та візуалізація – є ефективними інструментами для саморозвитку та досягнення успіху. Вибір конкретного методу залежить від потреб та цілей, але саме для тривалої успішної творчої діяльності слід застосовувати всі ці методи одночасно.

Якщо взяти до уваги, що деяким особистостям для тривалої творчої роботи необхідно подолати багато негативних емоційних станів, наприклад поганий настрій, невпевненість у своїх можливостях, страх зробити щось не так, звичку відкладати виконання складної роботи на потім тощо, то зрозуміло, що на подолання такого бар'єру необхідно витратити багато часу. Втрачати кожного дня декілька годин на налаштування на активну творчу діяльність є дуже непродуктивним: так можна не встигнути виконати роботу вчасно. У такому випадку має сенс застосувати ще один метод – метод «якоріння».

«Якоріння» – це метод, який використовується в нейролінгвістичному програмуванні (НЛП). Він полягає у створенні асоціативного зв'язку між певним стимулом (якорем) та емоційним станом або реакцією. Цей зв'язок потім можна

використовувати для того, щоб викликати бажаний стан або реакцію за допомогою якоря. «Якоря виникають у результаті повторення чи асоціації. Вони полегшують нашу поведінку, не змушуючи нас щоразу обмірковувати власні реакції» [8]. Поєднуючи цей метод з іншими, можна досягнути бажаних результатів, якщо встановити якір на жест, слово, музику, які будуть асоціюватися з необхідним станом, попередньо досягнутим методами аутотренінгу, візуалізації та медитації.

Необхідно зазначити, що багато сучасних науковців відзначають вплив медитативних практик на творчість. Як писав Є. В. Степура, «творча діяльність теж передбачає перебування в змінених станах свідомості» [10], тобто творці можуть переживати стани, схожі на транс, коли вони цілком занурюються у процес створення, втрачаючи відчуття часу та простору. У такі моменти з'являються нові ідеї, образи та рішення, які неможливо отримати у звичайному стані свідомості.

Таким чином, для успішної творчої діяльності необхідно вміти регулювати свої емоції, тобто бажано мати суттєвий емоційний інтелект, який складається з:

- самоусвідомлення: здатність розуміти свої емоції та їхній вплив на власні думки і поведінку;
- саморегуляції: здатність контролювати свої емоції та адаптуватися до різних ситуацій;
- самоконтролю: спрямовування власних емоцій на досягнення мети, на творчу діяльність;
- соціальної свідомості: здатність розуміти емоції інших людей та співпереживати їм, наявність емпатії;
- управління відносинами: здатність будувати та підтримувати здорові стосунки з іншими людьми.

Тобто «емоційний інтелект – це сукупність розумових здібностей для виявлення, розуміння та контролю емоцій» [6]. Емоційний інтелект – це не статична якість, а навичка, яку можна розвивати протягом усього життя і яка залежить від багатьох факторів. Однак неможливо чітко прив'язати конкретні професії чи соціальні групи до певного рівня емоційного інтелекту. За рівнем прояву емоційного інтелекту він поділяється на низький, середній та найвищий рівень [7, с. 70]. Кожна людина має потенціал для розвитку свого емоційного інтелекту незалежно від її генетичних особливостей або життєвого досвіду, але існують вроджені якості, які впливають на те, як людина сприймає та реагує на емоційні стимули. Так, темперамент створює «базовий фон» для емоційних реакцій і може впливати на розвиток різних рівнів емоційного інтелекту. Наприклад, меланхоліки, які схильні до глибоких переживань, можуть мати перевагу в розвитку емпатії; сангвініки, які відрізняються високою емоційною стійкістю, можуть легше розвинути навички саморегуляції; холерик з високим емоційним інтелектом може навчитися контролювати свої імпульсивні реакції, а флегматик – розвинути емо-

ційну експресивність. Людина з будь-яким темпераментом може розвинути високий рівень емоційного інтелекту, хоча це може потребувати різних зусиль.

Поєднання емоційного інтелекту з методами медитації, аутотренінгу, візуалізації, якоріння стану може значно підвищити їхню ефективність та допомогти досягти кращих результатів у різних сферах життя.

Крім того, ефективне планування часу та розстановка пріоритетів допомагають зменшити відчуття перевантаження та стресу, що сприяє кращій регуляції емоцій. Необхідно вміти говорити «ні» тим справам, які не є на даний час важливими.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Емоції відіграють важливу роль у нашому житті. Розуміння їхньої природи і механізмів дозволяє нам ефективніше керувати своєю поведінкою і досягати поставлених цілей. Негативні емоції можуть бути потужним джерелом натхнення, але їх необхідно усвідомлювати і правильно ними управляти. Занадто велика кількість негативних емоцій може призвести до зниження творчої активності і розвитку психічних проблем. Отже, негативні емоції можуть бути не тільки руйнівними, але й творчими. Головне – навчитися використовувати їхню енергію конструктивно.

Здатність розпізнавати та розуміти власні та чужі емоції, а також вміння управляти ними є важливою складовою творчості.

Методи – медитація, аутотренінг та візуалізація – є ефективними інструментами для саморозвитку та досягнення успіху, а «якоріння» – це універсальний метод, який може бути використаний в різних контекстах для отримання бажаних результатів і в поєднанні з іншими сприяє посиленню їхньої ефективності.

Список використаних джерел і літератури

1. Андропова А.І., Кононенко О.І. Творчість у контексті емоційного стану: психологічний аналіз. *Матеріали до ЛІІ-ої Міжнародної науково-практичної конференції, м. Мішкольц (Угорщина), 07 січня 2025 р.* Мішкольц. 2025. С. 194–198.
2. Андропова А.І., Кононенко О.І. Теоретичний огляд проблеми творчості в сучасній психології. *Наукові перспективи.* 2025. № 1 (55). С. 1603–1625.
3. Гринців М. Психічна саморегуляція як умова особистісного зростання студентів. *Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія».* 2015. № 37. С. 67–79.
4. Джеджера О.В. Емоційне переживання: сутність феномена. *Актуальні проблеми психології.* 2014. Т. 10. Вип. 26. С. 293–304.
5. Кравчук С.Л. Психологічні особливості емоційної стійкості та самоконтролю особистості. *Актуальні проблеми психології.* 2014. Т. 10. Вип. 26. С. 467–481.
6. Марчук С. В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія».* 2021. Вип. 3. С. 20–23.
7. Носенко Е.Л., Четверик-Бурчак А.Г. Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху : монографія / за ред. Е.Л. Носенко. Київ : «Освіта України». 2016. 182 с.
8. Розов В. І. Адаптивні антистресові психотехнології : навчальний посібник. Київ : Кондор. 2005. 276 с.
9. Сивогракова З. А., Алексеєнко Н. В. Психологія емоцій. Регуляція емоцій : Практикум з дисципліни «Психологія» / відп. за випуск Алексеєнко Н. В., ред. Ібрагімова Н. В. Харків. 2007. 42 с.

10. Степура Є.В. Вплив медитативних практик на здібності та емоційні стани, пов'язані з творчістю. *Психологічні проблеми творчості* : матеріали XXII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 липня 2022 року / за ред. В. О. Моляко. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. С. 241–243.

11. Федорченко С.В. Загальна психологія. Модуль 3 «Емоційна, волюва та мотиваційна сфери» : конспект лекцій для студентів напряму підготовки «Психологія». Київ : ПП PVM-print. 2017. 96 с.

References

1. Andronova, A.I., & Kononenko, O.I. (2025). Tvorchist u konteksti emotsiinoho stanu: psykholohichniy analiz [Creativity in the context of emotional state: psychological analysis] :Materials for the LII International Scientific and Practical Conference (Mishkolc (Hungary) January 07), pp. 194–198. [in Ukrainian].

2. Andronova, A.I., & Kononenko, O.I. (2025). Teoretychnyi ohliad problem tvorchosti [Theoretical review of the problem of creativity in modern psychology]. *Naukovi perspektyvy – Scientific Perspectives*, 1(55), 1603–1625 [in Ukrainian].

3. Hryntsiv, M. (2015). Psykhichna samorehuliatytsiia yak umova osobystisnoho zrostannia studentiv [Mental self-regulation as a condition for students' personal growth]. *Problemy humanitarnykh nauk – Problems of the humanities. Series Psychology*, 37, 67–79 [in Ukrainian].

4. Dzhezhera, O.V. (2014). Emotsiine perezhyvannia: sutnist fenomena [Emotional experience: the essence of the phenomenon]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, Vol. 10, Issue 26, pp. 293–304 [in Ukrainian].

5. Kravchuk, S.L. (2014). Psykhologichni osoblyvosti emotsiinoi stiihosti ta samokontroliu osobystosti [Psychological features of emotional stability and self-control of the individual]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, Vol. 10, Issue 26, pp. 467–481 [in Ukrainian].

6. Marchuk, S. V. (2021). Teoretychnyi analiz poniattia emotsiinoho intelektu v psykholohii [Theoretical analysis of the concept of emotional intelligence in psychology]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universitetu – Scientific Bulletin of Uzhgorod National University. Ser. Psychology*, 3, 20–23 [in Ukrainian].

7. Nosenko, E. L., & Chetverik-Burchak, A. G. (2016). *Emotsiinyi intelekt yak chynnnyk dosyahnennia zhyttievoho uspiyku* [Emotional intelligence as a factor in achieving life success]. E. L. Nosenko (Ed.). Kyiv : Publishing House “Education of Ukraine” [in Ukrainian].

8. Rozov, V.I. (2005). *Adaptivni antystresovyi psykholohii* [Adaptive anti-stress psychotechnologies]. Textbook. Kyiv : “Condor” [in Ukrainian].

9. Syvograkova, Z. A., & Alekseenko, N. V. (2007). *Psycholohiia emotsii. Rehuliatytsiia emotsii : Praktikum z dysypliny “Psycholohiia”* [Psychology of emotions. Regulation of emotions: Workshop on the discipline “Psychology”]. Responsible for the publication Alekseenko N. V., Editor Ibragimova N. V. Kharkiv. [in Ukrainian].

10. Stepura, E.V. (2022). Vplyv medytatyvnykh praktyk na zdibnosti ta emotsiiny stany poviazani z tvorchistiu [The influence of meditative practices on abilities and emotional states associated with creativity]. *Psykhologichni problemy tvorchosti – Psychological problems of creativity* : materials of the XXII International Scientific and Practical Conference, July 23. V. O. Molyako (Ed.). Kyiv : Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk NAPS of Ukraine. pp. 241–243 [in Ukrainian].

11. Fedorchenko, S.V. (2017). Zahalna psykholohiia. Modul 3 “Emotsiina, volova ta motyvatsiina sfery” : Konspekt lektsii dlia studentiv napriamku pidhotovky “Psycholohiia” [General psychology. Module 3 “Emotional, volitional and motivational spheres”: Lecture notes for students of the direction of training “Psychology”]. V S. Fedorchenko (Ed.). Kyiv : PP PVM-print. [in Ukrainian].

Andronova A. I.

Postgraduate Student, Lecturer at the Department of Social Psychology
Odessa I.I. Mechnikov National University

Kononenko O. I.

Doctor of Psychology, Professor,
Head of Department of Social Psychology
Odessa I.I. Mechnikov National University

**REGULATION OF EMOTIONS AS A FACTOR OF INCREASING THE
EFFICIENCY OF CREATIVE ACTIVITY**

The article considers the current problems of the influence of emotional state on creative processes. Based on a review of scientific literature, an analysis of the classification of emotions and various methods of their regulation is carried out. In our time, when stress and tension have become commonplace, it is important to have effective tools to maintain emotional balance and productive activity. This work identifies possible reasons that block creative energy, preventing the start and completion of the necessary work, and methods that help tune in to the creative process. The possibilities of combining meditation, auto-training and visualization methods are considered to achieve not only emotional stability, reduce stress and improve well-being, but also to tune in to creative work, increase the level of creativity, and the effectiveness of creative activity.

Key words: creative activity, emotions, emotional state, regulation of emotions, “anchoring” of the state.

УДК 330.342.146:004(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.3>

Балухтіна О. М.

кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри «Соціальна робота»
Національний університет «Запорізька політехніка»
e-mail: balukhtina.olena@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-1085-6908

Венгер Р. О.

аспірант кафедри «Соціальна робота»
Національний університет «Запорізька політехніка»
e-mail: venger.roman@icloud.com
ORCID ID: 0009-0008-3344-005X

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАРУБІЖНИХ ПРАКТИК У ЦИФРОВІЙ ТРАНСФОРМАЦІЇ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ УКРАЇНИ

У статті досліджено зарубіжний досвід цифрової трансформації соціальної сфери, розглянуто ключові практики електронного врядування та інструменти надання соціальних послуг в умовах цифровізації. Проаналізовано потенціал застосування таких практик в Україні, окреслено чинники успішної імплементації та ризики. Сформульовано рекомендації щодо подальшого розвитку цифрової інфраструктури в соціальній сфері на основі міжнародного досвіду.

Метою даного дослідження є комплексне вивчення особливостей використання зарубіжного досвіду в процесі цифрової трансформації соціальної сфери України, що дозволить визначити напрями подальшого розвитку цифрової трансформації соціальної сфери України на основі міжнародного досвіду. Це сприятиме підвищенню якості життя громадян та забезпеченню інклюзивного соціального розвитку.

Ключові слова: цифровізація, соціальна сфера, зарубіжний досвід, електронні послуги, цифрова трансформація, публічне управління.

Постановка проблеми. У сучасних умовах глобалізації та активного впровадження цифрових технологій питання трансформації соціальної сфери набуває особливої важливості. Цифровізація соціальних послуг стає одним із ключових напрямів модернізації системи соціального захисту населення, спрямованої на забезпечення ефективності, прозорості та доступності державних сервісів. Водночас в умовах воєнного стану та соціально-економічних викликів, що постали перед Україною, впровадження сучасних цифрових рішень у сфері соціального забезпечення є не лише доцільним, а й критично необхідним.

Зарубіжний досвід країн Європейського Союзу, США, Канади, Сінгапуру та інших держав свідчить про значний потенціал цифрових технологій у сфері адміністрування соціальних послуг, обліку отримувачів допомоги, моніторингу соці-

альних потреб та забезпечення оперативної взаємодії між державою і громадянами. Адаптація таких практик до українських реалій може суттєво підвищити якість соціального обслуговування, зменшити корупційні ризики, а також сприяти формуванню клієнтоорієнтованої моделі державного управління.

Однак ефективне використання зарубіжних цифрових рішень у соціальній сфері вимагає глибокого аналізу їхнього змісту, принципів функціонування, інституційного контексту, а також оцінки можливостей їх адаптації з урахуванням національних особливостей України. Саме тому дослідження, присвячене вивченню зарубіжного досвіду цифрової трансформації соціальної сфери та його застосуванню в Україні, є надзвичайно актуальним та своєчасним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика цифрової трансформації соціальної сфери в умовах сучасних викликів стала предметом уваги як вітчизняних, так і зарубіжних науковців, міжнародних експертів, аналітичних центрів і представників органів державної влади. Значну увагу приділено дослідженню ролі цифрових технологій у підвищенні ефективності систем соціального захисту, доступності соціальних послуг, а також формуванню нових моделей взаємодії між державою та громадянами.

У працях українських дослідників, зокрема О. М. Кузьміна, Т. С. Клименко, Н. С. Пархоменко, розглядаються концептуальні засади цифрової трансформації публічного управління, включно з реформуванням соціальної сфери. Аналізуються зміни в системі надання адміністративних та соціальних послуг, розвиток електронного урядування та впровадження інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ) у діяльність органів соціального захисту.

На міжнародному рівні активно досліджується досвід цифровізації соціальної політики в країнах ЄС (зокрема, Естонія, Данія, Фінляндія), де впровадження комплексних електронних реєстрів, автоматизованих систем виплат і цифрових ідентифікаторів значно оптимізувало процеси обслуговування населення. Зокрема, у звітах OECD, World Bank, UNDP та McKinsey Global Institute аналізується вплив цифрових рішень на ефективність і сталість систем соціального захисту, цифрову інклюзію та зменшення соціальної нерівності.

Окремі наукові праці акцентують на необхідності адаптації зарубіжного досвіду до національного контексту (наприклад, дослідження В. І. Ліпкана, О. Ю. Іващенко, Л. П. Семигіної) з урахуванням правових, інституційних та культурно-соціальних особливостей України [2].

Попри наявність значного теоретичного та практичного матеріалу, залишається недостатньо опрацьованим питання інтеграції кращих зарубіжних практик саме в контексті цифрової трансформації соціальної сфери України, що визначає потребу в поглибленому аналізі можливостей, ризиків і обмежень у процесі їх впровадження.

Мета статті полягає у визначенні можливості адаптації ефективних зарубіжних практик цифрової трансформації до умов соціальної сфери України для підвищення якості, доступності та прозорості соціальних послуг.

Результати дослідження. Цифрова трансформація є складовою частиною більш широкого процесу модернізації публічного управління, який передбачає інтеграцію цифрових технологій у всі сфери взаємодії держави з громадянами. У соціальній сфері вона охоплює цифровізацію послуг соціального захисту, автоматизацію обліку й адміністрування пільг, розвиток онлайн-комунікацій із громадянами та впровадження аналітичних систем для управління соціальною політикою.

Зарубіжні країни демонструють ефективність впровадження цифрових рішень у соціальній сфері, що підтверджується численними міжнародними рейтингами (наприклад, Digital Economy and Society Index, GovTech Maturity Index), де провідні позиції посідають Естонія, Данія, Сінгапур, Фінляндія. Успішна цифровізація соціальних систем у цих країнах базується на трьох основних засадах: інтегрованих інформаційних платформах, повсюдному доступі до цифрової інфраструктури та активному використанні великих даних (Big Data) і штучного інтелекту для прогнозування потреб.

Естонія вважається зразком цифрової держави. Завдяки платформі X-Road усі соціальні служби інтегровані в цю систему, що дозволяє громадянам:

- 1) перевірити у режимі онлайн свій соціальний статус, історію звернень та отриманих пільг;
- 2) подавати заяви на соціальні виплати, оформлювати субсидії, замовляти документи;
- 3) отримувати консультації через електронну пошту або відеозв'язок, включно з послугами для людей з обмеженими можливостями [8].

Завдяки повній взаємодії між реєстрами (медичним, податковим, освітнім, реєстром зайнятості) держава володіє єдиним профілем громадянина, що значно скорочує час на обробку запитів. Наприклад, у разі зміни місця роботи система автоматично коригує соціальний статус особи в базі даних, не потребуючи ручного втручання з боку чиновника [9, с. 212].

Цифрові соціальні послуги доступні цілодобово, і понад 99 % звернень громадян до органів влади в Естонії відбуваються в електронному вигляді. Важливим компонентом є електронна ідентифікація (e-ID), яка забезпечує безпеку транзакцій та цифрових підписів [8].

У Данії функціонує Digital Post – національна платформа для цифрового листування між громадянами та органами влади. Усі повідомлення, що стосуються соціального забезпечення, пенсій, податків або медичних послуг, надходять у централізовану електронну скриньку громадянина. Це значно зменшує адміністративне навантаження та дозволяє уникнути втрат або затримок інформації [11].

Доступ до соціальних послуг здійснюється через єдину точку входу – Borger.dk, що включає:

- 1) оформлення допомоги з безробіття, опікунських виплат, догляду за дітьми;
- 2) індивідуальні консультації, автоматичні калькулятори пільг;

3) персоналізовані сповіщення щодо змін у законодавстві або нових можливостей для заявника.

Для ідентифікації громадян використовується NemID або MitID – цифрові ідентифікаційні сервіси, що інтегровані з банківською системою (BankID), забезпечуючи високий рівень захисту персональних даних. Окрема увага приділяється цифровій доступності: усі сервіси адаптовані до потреб людей з інвалідністю [11]. Крім того, Данія активно використовує інформаційну аналітику для прогнозування потреб у соціальній допомозі, зокрема в громадах із високим рівнем безробіття або імміграції.

Сінгапур демонструє інноваційний, аналітично орієнтований підхід до соціальної політики в межах ініціативи Smart Nation. Соціальна сфера інтегрована у єдину аналітичну систему, яка аналізує поведінкові та фінансові патерни громадян. Зокрема:

1) на основі даних із платіжних систем, банків, енергетичних компаній та сервісів охорони здоров'я система виявляє потенційно вразливих громадян;

2) використання штучного інтелекту дозволяє ідентифікувати осіб, які не зверталися по допомогу, але мають ознаки ризику, наприклад: затримки в оплаті послуг, зниження активності в державних цифрових системах, часті зміни місця проживання;

3) соціальні працівники отримують сповіщення про такі випадки та можуть ініціювати контакт із громадянином до моменту соціального падіння [5].

Це суттєво зменшує навантаження на екстрені служби, дозволяє оптимізувати розподіл соціальних ресурсів і підтримує принцип раннього втручання. Усі дані захищені законодавчо та технологічно, з чіткими правилами доступу. Окремою перевагою є активна інтеграція громадських ініціатив, які підключаються до платформи та отримують підтримку на основі аналітичних даних. Наприклад, благодійні організації можуть отримати інформацію про людей похилого віку, які перебувають у соціальній ізоляції [7].

Цифрова трансформація соціальної сфери в Україні є частиною ширшої державної стратегії цифровізації, започаткованої у 2019 році із запуском ініціативи «Держава у смартфоні». У межах цього курсу реалізується впровадження електронного урядування, розвиток цифрових сервісів, діджиталізація соціального забезпечення та адміністративних процедур. Водночас цифрова трансформація соціальної сфери має свою специфіку, зумовлену чутливістю цієї галузі до соціальних ризиків, вразливістю цільової аудиторії та високими вимогами до надійності та безпеки систем [3].

Одним із головних досягнень є розгортання інтегрованих інформаційних платформ, зокрема Єдиної інформаційної системи соціальної сфери (ЄІССС), системи Trembita, а також цифрової платформи Дія, яка надає громадянам доступ до широкого спектру послуг – від оформлення субсидій до подання заяв на допомогу при народженні дитини.

Україна створила правові та організаційні умови для цифровізації: прийнято Закон «Про національну інфраструктуру геопросторових даних», Закон «Про електронні довірчі послуги», а також оновлено підзаконні акти щодо функціонування електронної ідентифікації та цифрового підпису.

Важливим кроком стало інтегрування соціальних реєстрів у межах Trembita, що забезпечує обмін інформацією між Пенсійним фондом, Державною службою зайнятості, Мінсоцполітики, МВС, Мін'юстом тощо.

За даними Мінцифри, станом на кінець 2024 року понад 16 млн українців користуються цифровими послугами, пов'язаними із соціальною сферою. У системі Дія реалізовано понад 60 адміністративних послуг, серед яких найбільш популярні: оформлення субсидій, допомоги по безробіттю; соціальна допомога для ВПО; оформлення пенсій тощо. Розроблено мобільні додатки та чат-боти для полегшення доступу до цифрових послуг для людей з інвалідністю та маломобільних груп.

У результаті аналізу вітчизняної цифрової платформи Дія, системи Trembita а також ініціатив українського GovTech встановлено, що Україна значно просунулася в напрямі цифровізації державних послуг. Зокрема, автоматизація адміністративних процедур, впровадження електронної ідентифікації та розвиток онлайн-реєстрацій знизили часові та фінансові витрати для громадян. Однак існує серйозний дисбаланс у покритті між регіонами, особливо у сільській місцевості, де якість інтернет-з'єднання та пристроїв далеко не завжди забезпечує ефективне використання цифрових сервісів.

Основні показники цифровізації в Україні:

1. Охоплення населення: близько 70% користувачів Дії послуговуються платформою регулярно, але лише приблизно 40% користувачів – це жителі сільської місцевості.

2. Кількість онлайн-процедур: понад 60 соціальних послуг доступні в електронному форматі, проте інтеграція між системами не дозволяє здійснювати всі етапи дистанційно.

3. Рівень цифрової грамотності: згідно з опитуваннями, лише 55% працівників соціальних служб мають навички роботи з ІКТ, а серед пенсіонерів – лише близько 30% [4].

Водночас цифровізація соціальної сфери залишається фрагментованою. Системи Мінсоцполітики, Пенсійного фонду, Фонду соціального страхування та Служби зайнятості функціонують автономно, що ускладнює інтеграцію даних та взаємодію між установами. Брак єдиного реєстру отримувачів соціальних послуг та недостатня координація між реєстрами гальмує процес автоматизації надання підтримки [1]. Серед інших бар'єрів – нерівномірний доступ до цифрових технологій у сільській місцевості, низький рівень цифрової грамотності серед окремих категорій населення, а також обмежені технічні ресурси в органах соціального захисту. Окрім цього, важливо зазначити, що значна частина рішень ухвалюється вручну, що спричиняє корупційні ризики та затримки у виплатах.

Враховуючи наведений міжнародний досвід, Україна має реальні перспективи застосування зарубіжних рішень у власній соціальній системі. Ключовими напрямками адаптації можуть стати:

1. Створення єдиного національного реєстру соціальних послуг з можливістю інтеграції з іншими державними системами.
2. Запровадження цифрової ідентифікації отримувачів послуг, у тому числі через застосунок Дія, що дозволить автоматизувати прийняття рішень щодо призначення допомоги.
3. Розробка мобільних платформ і чат-ботів для надання консультацій та контролю за станом соціальних виплат.
4. Використання аналітики даних для виявлення груп ризику, оцінки ефективності соціальних програм та ухвалення обґрунтованих управлінських рішень.
5. Підвищення цифрової грамотності серед працівників соціальних служб та вразливих категорій населення.

Важливим аспектом у запозиченні зарубіжного досвіду є його адаптація до національного контексту – правової системи, організаційної структури соціальної сфери, фінансових можливостей та культурних чинників [2].

Серед потенційних загроз на шляху впровадження цифрових практик можна виокремити:

1. Кібербезпеку – питання захисту персональних даних стає критичним у разі цифровізації соціальної інформації.
2. Ризик цифрового виключення – частина населення може бути позбавлена доступу до послуг через відсутність навичок чи технічних можливостей.
3. Стійкість інституційної системи – часті кадрові зміни, політична нестабільність можуть гальмувати процеси цифрової модернізації [5].

Проте за умови комплексного підходу, міжвідомчої взаємодії та підтримки з боку міжнародних партнерів ці виклики є такими, що можуть бути подолані.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Таким чином, цифрова трансформація соціальної сфери є стратегічно важливим напрямом модернізації публічного управління в Україні. Зарубіжний досвід провідних країн, таких як Естонія, Данія, Сінгапур, демонструє високий потенціал використання цифрових технологій для підвищення ефективності, прозорості та доступності соціальних послуг. Ключовими елементами успішної цифровізації виступають: інтегровані інформаційні системи, електронна ідентифікація, аналітика даних і проактивне обслуговування громадян.

Аналіз поточної ситуації в Україні свідчить про наявність окремих позитивних напрацювань, насамперед у межах платформи «Дія» та цифровізації окремих адміністративних послуг. Однак соціальна сфера досі характеризується фрагментарністю систем, недостатньою координацією між органами влади, технічними обмеженнями та нерівномірним доступом до цифрової інфраструктури.

Використання зарубіжних практик у цифровій трансформації соціальної сфери України є можливим та доцільним за умови глибокої адаптації до національного контексту, інституційної стабільності, правового забезпечення, належного фінансування та підвищення цифрової компетентності всіх учасників процесу. Така трансформація має базуватися на системному підході та передбачати не лише технічне оновлення, а й зміни в управлінських підходах, організації надання послуг і формуванні нової культури взаємодії держави з громадянином.

Надалі доцільно зосередитися на розробці єдиної цифрової екосистеми соціального захисту, формуванні комплексного цифрового профілю отримувача послуг, а також запровадженні механізмів моніторингу ефективності цифрових рішень у соціальній політиці. Таким чином, впровадження кращих зарубіжних практик може стати каталізатором глибоких і сталих змін у соціальній сфері України.

Список використаних джерел і літератури

1. Городиський В. В. Цифровізація системи соціального захисту в Україні: виклики та перспективи. *Економіка та держава*. 2021. № 12. С. 40–44.
2. Кириченко О. А. Зарубіжний досвід цифрової трансформації державного управління. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2022. № 5. С. 4–10.
3. Концепція розвитку цифрової економіки та суспільства України на 2018–2020 роки : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 17.01.2018 року № 67-р. URL: <https://www.kmu.gov.ua> (дата звернення: 23.05.2025).
4. Звіт про цифрову трансформацію соціальної сфери у 2022 році / Міністерство цифрової трансформації України. URL: <https://thedigital.gov.ua> (дата звернення: 23.04.2025).
5. Поліщук В. І. Проблеми та перспективи цифровізації соціальної політики України. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Право»*. 2023. Вип. 74. С. 121–125.
6. Danish Agency for Digital Government. Digital Post and Borger.dk Denmark's National Digital Services. URL: <https://digst.dk> (дата звернення: 23.04.2025).
7. Ministry of Finance of Denmark. Digital Welfare Strategy 2018–2022. Copenhagen: Government of Denmark, 2018. URL: <https://en.digst.dk> (дата звернення: 23.04.2025).
8. Ministry of Social Affairs of Estonia. *e-Social Services Platform: Overview*. 2021. URL: <https://www.sm.ee/en> (дата звернення: 23.04.2025).
9. OECD. Digital Government Review of Estonia: Towards a data-driven public sector. OECD Digital Government Studies, 2020. 212 p.
10. Smart Nation and Digital Government Office (Singapore). (2023). Smart Nation Initiatives and Data-Driven Social Support. URL: <https://www.smartnation.gov.sg> (дата звернення: 23.04.2025).
11. Smart Nation Singapore. Annual Report 2022. Singapore: Government Technology Agency, 2022. URL: <https://www.smartnation.gov.sg> (дата звернення: 23.04.2025).

References

1. Horodyskyj, V. V. (2021). Cyfrovizacija systemy socialjnogo zakhystu v Ukraini: vyklyky ta perspektyvy [Digitalization of the social protection system in Ukraine: challenges and prospects]. *Ekonomika ta derzhava*, (12), 40–44. [in Ukrainian].
2. Kyrychenko, O. A. (2022). Zarubizhnyj dosvid cyfrovoji transformaciji derzhavnoho upravlinnja [Foreign experience in digital transformation of public administration]. *Derzhavne upravlinnja: udoskonalennja ta rozvytok*, (5), 4–10. [in Ukrainian].

3. Kabinet Ministriv Ukrainy. (2018). *Koncepcija rozvytku cyfrovoji ekonomiky ta suspiljstva Ukrainy na 2018–2020 roky: Rozporjadzhennja vid 17.01.2018 roku № 67-r* [Concept of the development of the digital economy and society of Ukraine for 2018–2020: Order No. 67-r dated January 17, 2018]. Retrieved from <https://www.kmu.gov.ua> [in Ukrainian].
4. Ministerstvo cyfrovoji transformaciji Ukrainy. (2022). *Zvit pro cyfrovu transformaciju socialjnoji sfery u 2022 roci* [Report on digital transformation of the social sphere in 2022]. Retrieved from <https://thedigital.gov.ua> [in Ukrainian].
5. Polishchuk, V. I. (2023). Problemy ta perspektyvy cyfrovizaciji socialjnoji polityky Ukrainy [Problems and prospects of digitalization of Ukraine's social policy]. *Naukovyj visnyk Uzhhorodskoho nacionaljnogo universytetu. Serija: Pravo*, (74), 121–125. [in Ukrainian].
6. Danish Agency for Digital Government. (n.d.). *Digital Post and Borger.dk Denmark's National Digital Services*. Retrieved from <https://digst.dk> [in English].
7. Ministry of Finance of Denmark. (2018). *Digital Welfare Strategy 2018–2022*. Copenhagen: Government of Denmark. Retrieved from <https://en.digst.dk> [in English].
8. Ministry of Social Affairs of Estonia. (2021). *e-Social Services Platform: Overview*. Retrieved from <https://www.sm.ee/en> [in English].
9. OECD. (2020). *Digital Government Review of Estonia: Towards a Data-Driven Public Sector*. OECD Digital Government Studies, 212 p. [in English].
10. Smart Nation and Digital Government Office (Singapore). (2023). *Smart Nation Initiatives and Data-Driven Social Support*. Retrieved from <https://www.smartnation.gov.sg> [in English].
11. Smart Nation Singapore. (2022). *Annual Report 2022*. Singapore: Government Technology Agency. Retrieved from <https://www.smartnation.gov.sg> [in English].

Balukhtina O. M.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social Work
National University Zaporizhzhia Polytechnic

Venher R. O.

Postgraduate Student at the Department of Social Work
National University Zaporizhzhia Polytechnic

FEATURES OF USING FOREIGN PRACTICES IN THE DIGITAL TRANSFORMATION OF UKRAINE'S SOCIAL SPHERE

The article explores international experience in the digital transformation of the social sector, examining key practices of e-governance and tools for delivering social services in the context of digitalization. The potential for applying such practices in Ukraine is analyzed, with an outline of the factors contributing to successful implementation and associated risks. Recommendations are formulated for the further development of digital infrastructure in the social sphere based on international experience.

The aim of this study is to comprehensively examine the specifics of utilizing international experience in the process of digital transformation of Ukraine's social sector. This will help identify directions for the continued development of digital transformation in the social sphere of Ukraine based on global best practices. Such advancement will contribute to improving the quality of life for citizens and ensuring inclusive social development.

Key words: digitalization, social sector, international experience, e-services, digital transformation, public administration.

УДК 364.4-053.9:364-787.522(4-15)(=161.2)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.4>

Бойко Г. В.

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
Запорізький національний університет
e-mail: hannaboyko@ukr.net
ORCID ID: 0000-0002-1610-5793

Приймак О. М.

доктор історичних наук, професор,
професор кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
Запорізький національний університет
e-mail: olegpriimak75@gmail.com
ORCID ID: 0000-0003-0896-1431

Широбокова О. О.

кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
Запорізький національний університет
e-mail: mollyshirobokova@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-8041-0944

**ПСИХОЛОГІЧНІ МОДЕЛІ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
В АДАПТАЦІЇ УКРАЇНЦІВ ПОХИЛОГО ВІКУ
ПІД ТИМЧАСОВИМ ЗАХИСТОМ У ЗАХІДНІЙ ЄВРОПІ**

Військова агресія російської федерації проти України призвела до втечі від війни багатьох українців. Це спричинило особливі форми міграції наших співгромадян, зокрема, значна частина потрапила під тимчасовий захист у країнах Західної, Центральної та Північної Європи. Їм довелося пристосовуватися до нових умов життя в короткі терміни і в незнайомих умовах. Особливо складною така адаптація стала для людей похилого віку, для яких зміни звичного способу й умов життя є суттєвим викликом. Сучасна соціальна робота застосовує підхід, сконцентрований на сильних сторонах клієнта, як розвиток традиційних психологічно орієнтованих моделей. Він передбачає індивідуальний підхід і можливості групової роботи для відстеження і розширення прийомів і досвіду адаптації в нових умовах. Метою публікації є висвітлення результатів дослідження таких моделей для сприяння адаптації українців похилого віку в нових соціальних і культурних умовах, а саме: застосування психодіагностики для виявлення емоційного стану українців похилого віку в Європі, проведення опитувань для з'ясування їхніх основних запитів. Це стало підґрунтям для планування комплексного підходу у сприянні адаптації через взаємодію соціальних, культурних та індивідуальних чинників у контексті підходу, орієнтованого на сильні сторони клієнта. Зокрема, в результаті проведених пошуків визначено, що важливу роль в адаптації українців похилого віку під тимчасовим

захистом у Європі відіграють соціальна та медична допомога літнім українцям, отримання можливості самостійного контролю певних сфер життя, підвищення рівня їхньої інтеграції до нового культурного і мовного середовища, а також наявність у них особистісних ресурсів і досвіду переїздів у попередньому житті.

Ключові слова: психологічні моделі соціальної роботи, підхід, орієнтований на сильні сторони клієнта, адаптація, українці похилого віку, тимчасовий захист.

Постановка проблеми. Переживання війни, спровокованої повномасштабним вторгненням РФ, не тільки загостило і поглибило цілу низку соціальних проблем в українському суспільстві, але й спричинило нові, більш серйозні, невідкладні і такі, готових рішень яких немає в досвіді українського суспільства і держави. До таких проблем належить і проблема переселенців, як у межах України, тобто внутрішньо переміщених осіб, так і за її межами, а саме тих українців, які знайшли притулок у країнах Європи, отримавши статус «під тимчасовим захистом». Саме останні стикнулися з найбільш складними викликами адаптації, адже опинились в іншому культурному і мовному середовищі, відірвані від власних домівок, сімей, друзів і звичного способу життя. Відповідно, вирішення питань сприяння їх адаптації за допомогою прийомів і методів, які враховують сучасні напрями саме психологічних моделей соціальної роботи, дає можливість виявити існуючі особистісні ресурси і прийоми, які мають бути застосовані для допомоги.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання адаптації людей похилого віку до життєвих умов – досить популярний предмет наукових досліджень. Важливий аналіз поняття «людина похилого віку» здійснила М. Житинська, яка визначила його змістові критерії: поступове припинення професійної діяльності, вихід на пенсію та збереження при цьому достатнього рівня функціонування психологічних, когнітивних та фізіологічних складників. Авторка обґрунтувала, що саме в цей період процес старіння включає певні тенденції, а саме: по-перше, відновлення умов для самореалізації і творчості і, відповідно, зростання потреби у соціально-педагогічній підтримці; по-друге, старіння відбувається у взаємодії трьох складників: біологічного (поступове згасання всіх функцій організму, його вразливість перед різного роду чинниками та підвищена ймовірність смерті; соціального (зміна соціального статусу, ролей, способів поведінки та спілкування); психологічного (ставлення людини до неминучості процесу старіння, вибір можливих прийнятних способів адаптації до нових умов, формування нових стратегій подолання труднощів) [4, с. 87]. В. Джуган і Р. Джуган проаналізували та узагальнили підходи до визначення поняття «людина похилого віку», або «третього віку», визначаючи вікову межу початку цього вікового періоду як 60+, як категорії соціальної роботи [3]. Питанням адаптації мігрантів присвятила свої дослідження Т. Меліченко. Її наукові пошуки включають дослідження впливу міграції на психічний стан мігрантів, аналіз аспектів адаптації та ефективну психологічну і соціальну підтримку [5].

У традиційній класифікації теорій та моделей соціальної роботи Т. Семигіна визначає психологічно орієнтовану модель як таку, що спирається на наукові теорії психології, зокрема гуманістично-екзистенційну [8, с. 40]. У перспективних напрямках розвитку соціальної роботи, на думку авторки, важливе значення має підхід, *орієнтований на сильні сторони клієнта*, що конкретизується, зокрема, застосуванням групової роботи та індивідуального консультування, орієнтованого на вирішення проблем розвитку у клієнтів почуття контролю над ситуаціями, в яких вони переживають виклик, адаптації і пристосування до нових умов. Це, на наш погляд, можна розуміти як розвиток психологічно орієнтованих моделей соціальної роботи [8, с. 42–43]. Такий підхід може бути реалізований, на нашу думку, зокрема, шляхом спираючись на сучасні напрями в психотерапії, а саме короткотермінову психотерапію, орієнтовану на вирішення (BSFT), що передбачає використання життєвого досвіду і сильних сторін клієнта для розвитку його спроможності у подоланні актуальних проблем [11].

Водночас у вітчизняній літературі дослідження застосування психологічних моделей у груповій соціальній роботі з адаптації мігрантів до нових умов життя є досить обмеженими, а наразі в них є нагальна потреба.

Метою статті є теоретичний аналіз і емпіричне дослідження застосування психологічної моделі соціальної роботи (підходу, орієнтованого на сильні сторони клієнта) для сприяння адаптації українців похилого віку під тимчасовим захистом до нових соціальних і культурних умов проживання в Європі (Словаччині), а саме застосування опитування, психодіагностики для планування групової роботи з метою сприяння адаптації в межах реалізації комплексного підходу і врахування взаємодії соціальних, культурних та індивідуальних чинників.

Методи дослідження: загальнотеоретичні: аналіз, синтез узагальнення, системний (для опрацювання теоретичного матеріалу); емпіричні: бесіда, спостереження, опитування, групова психоедукаційна та тренінгова робота

Результати дослідження. Одними з ключових труднощів, з якими стикаються мігранти-біженці похилого віку у нових місцях проживання, є виклики соціальної та психологічної адаптації, пов'язані з переживанням змін, культурними розбіжностями, почуттям ізоляції та втрати [2]. Заходи з допомоги в адаптації до нових умов життя можуть стати ефективним інструментом для підтримки цієї категорії наших співвітчизників у процесі подолання стресу й емоційних труднощів [6]. Соціальна підтримка відіграє ключову роль у процесі адаптації, сприяючи зниженню рівня стресу та підвищенню психологічного добробуту. Відповідно, для українців похилого віку, які перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині, наявність соціальних зв'язків і підтримки може значно полегшити процес адаптації до нового середовища. Для допомоги літнім українцям, які перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині, важливо розглядати адаптацію як процес, що залежить від комплексу факторів, включаючи стрес, когнітивні процеси, соціокультурні особливості та фізіологічні аспекти. Адаптація,

особливо в похилому віці, може бути вкрай складним викликом для особистості, що супроводжується переживанням стресу, невпевненості та втратою соціальних зв'язків [1]. Відповідно до моделі адаптації, яку розробив Дж. Енгель, успішна адаптація є результатом складної взаємодії між фізіологічними процесами, індивідуальними психологічними особливостями та соціальним контекстом [11]. Для літніх людей, що перебувають у нових життєвих умовах, ця модель дає змогу розглядати адаптацію як комплексний процес, що враховує як фізичне здоров'я, так і психологічне благополуччя та соціальну підтримку.

Особливу увагу слід приділити соціальним аспектам життя людей похилого віку. Через вікові зміни стану здоров'я вони можуть бути менш мобільними, що ускладнює підтримання ними активних соціальних зв'язків, особливо в умовах вимушеної міграції або зміни місця проживання. Адже традиційно важливу роль у їхньому житті відіграють підтримка сім'ї, друзів і громади. Для українців похилого віку, які опинилися під тимчасовим захистом у Словаччині, адаптація до нових умов може бути особливо складною через ізоляцію від рідного оточення та втрату відчуття стабільності.

Крім того, важливим є культурний аспект: багато людей похилого віку мають глибокі корені в українській культурі та традиціях, що може ускладнювати їхню інтеграцію в нові культурні реалії Словаччини. Водночас збереження власної культурної ідентичності може виступати важливим ресурсом у процесі адаптації.

Тимчасовий захист – це правовий механізм, який надається людям, що були змушені покинути свою країну через війни, конфлікти, переслідування або інші надзвичайні обставини. Українцям тимчасовий захист у Європейському Союзі, зокрема у Словаччині, надано через збройний конфлікт в Україні. Цей статус передбачає право на проживання, доступ до медичних послуг, працевлаштування та освіти, але не є еквівалентом статусу біженця або постійного мешканця, адже тимчасовий захист подовжується на термін, який визначає кожна європейська країна, виходячи зі своїх умов і рішень. У контексті адаптації статус тимчасового захисту може мати як позитивні, так і негативні наслідки для людей. З одного боку, він надає безпеку, стабільність і захист у новому середовищі, дозволяючи людям продовжувати своє життя в безпечних умовах. З іншого боку, тимчасовий статус може призвести до відчуття невизначеності, оскільки людина не знає, як довго цей статус діятиме і що на неї чекає в майбутньому. Це може викликати тривогу, депресію і додатково ускладнити процес адаптації, особливо для осіб похилого віку, які більш чутливо реагують на зміни у своєму життєвому середовищі.

Адаптація українців похилого віку в Словаччині має свої специфічні соціальні та культурні аспекти, які впливають на процес їх інтеграції в нове суспільство. Одним із ключових соціальних викликів є встановлення нових соціальних зв'язків у незнайомому середовищі. Літні люди, які залишають свою країну та опиняються в новому культурному контексті, часто стикаються з труднощами у створенні нових контактів, що може призводити до соціальної ізоляції.

Соціальна інтеграція українців похилого віку в Словаччині також залежить від державної політики щодо мігрантів. Зокрема, доступ до медичних послуг, соціальних програм та можливості навчання є важливими чинниками, що впливають на успішність адаптації. Дослідження свідчать, що ефективна державна підтримка може істотно полегшити процес адаптації, тоді як її відсутність призводить до підвищення рівня тривожності, соціальної ізоляції та депресії. Наприклад, спеціальні програми для літніх мігрантів, що включають мовні курси, консультації із соціальними працівниками та заходи культурної інтеграції, можуть сприяти успішному переходу до нового життя в іншій країні. Соціальні та культурні аспекти є критичними елементами процесу адаптації українців похилого віку в Словаччині. Культурні аспекти відіграють важливу роль у процесі адаптації. Незважаючи на те, що між українською та словацькою культурами існує певна спільність, зокрема, у сфері релігії та звичаїв, літні мігранти можуть відчувати труднощі у прийнятті нових культурних норм і традицій. Успішна інтеграція залежить від здатності літніх людей підтримувати свої соціальні зв'язки, зберігати національну ідентичність та отримувати необхідну підтримку від приймаючої країни [9]. Зазначені аспекти можуть бути ґрунтом розробки програм допомоги, які враховували б специфіку досвіду і сприйняття літніх мігрантів і полегшували їхнє життя в нових умовах.

Дослідження було проведено у 2024 р. у стінах комунітного центру Гундулічова в Братиславі, куди респонденти, українці похилого віку, що знаходяться під тимчасовим захистом, приходили за отриманням інформації або послуг, пов'язаних з їхнім статусом. Опитування було проведено волонтером, що працює з українцями похилого віку в комунітному центрі, Данчук І.А. в межах магістерського дослідження (під керівництвом доцента Бойко Ганни). У процесі дослідження було проведене опитування 100 українців похилого віку, котрі перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині, яке дало можливість зрозуміти рівень їх адаптації до нових умов життя. Більшість респондентів, а саме 70%, перебувають у віковій групі від 65 до 75 років, 30% – це особи, старші за 75 років. Важливо зазначити, що 85% опитаних – це жінки, що вказує на те, що серед літніх мігрантів жінки становлять більшість. Також більшість респондентів є вдовами або вдівцями, що свідчить про підвищену потребу в емоційній підтримці та соціалізації. Термін перебування в Словаччині від одного до двох років, виїзд їх усіх з України відбувся після початку повномасштабного вторгнення РФ.

Аналіз результатів опитування показав, що рівень задоволеності життям у Словаччині серед опитаних – 6–7 балів із 10. Це свідчить про певні труднощі, з якими стикаються літні українці. Основними факторами, що сприяють адаптації учасників дослідження, є високий рівень безпеки та доступ до соціальних послуг. Проте багато респондентів вказали на труднощі, пов'язані з мовним бар'єром, медичним обслуговуванням та відсутністю звичних соціальних контактів.

Соціальна взаємодія є важливим складником адаптації. Приблизно 70% респондентів зустрічаються з іншими українцями раз на тиждень, що підкреслює важливість підтримки від земляків. Водночас взаємодія з місцевим населенням залишається обмеженою здебільшого через мовні труднощі та культурні відмінності.

Щодо загального здоров'я та самопочуття значна частина опитаних зазначила переживання стресу та втоми, особливо на початкових етапах перебування в новій країні. Приблизно 40% респондентів відзначили погіршення фізичного стану після переїзду. Крім того, більшість респондентів (приблизно 80%) мають хронічні захворювання, які ускладнюють процес адаптації.

На основі отриманих результатів можна зробити кілька висновків. По-перше, важливо організовувати регулярні зустрічі та соціальні заходи для літніх мігрантів, щоб покращити їхню соціалізацію в країні перебування під тимчасовим захистом. Крім того, необхідно забезпечити доступ до психологічної підтримки та розширити кількість безкоштовних курсів з вивчення мови. Медичні послуги також потребують удосконалення з урахуванням особливих потреб літніх людей. Також впливовим фактором є бажання літніх людей навчитися комп'ютерної (смартфонові) грамотності. Це пов'язано з тим, що велика кількість мігрантів похилого віку залишилася один на один зі своїми смартфонами і їм потрібно виконувати різноманітні щоденні функції онлайн через свій телефон (оплата комунальних послуг, ідентифікація в пенсійному фонді, платіжні трансакції та інше). Усе вище перераховане може значно покращити їхню адаптацію та якість життя у Словаччині. Додатково, варто розглянути можливість створення центрів підтримки для літніх мігрантів, де вони зможуть отримати консультації з юридичних, соціальних та медичних питань, що сприятиме їхньому комфортному життю та почуттю безпеки.

У фінальній частині опитування респондентів попросили поділитися своїми думками та рекомендаціями для тих, хто може опинитися у подібній ситуації – переживати переїзд у похилому віці до іншої країни. Такий прийом був спрямований на те, щоб виділити найбільш важливі аспекти досвіду учасників щодо адаптації у нових умовах. Респонденти надали кілька ключових рекомендацій для літніх людей, які планують переїзд до іншої країни:

1. Будьте готові до змін. Багато учасників наголосили на важливості психологічної готовності до нових умов життя. Вони рекомендували намагатися прийняти факт, що життя після переїзду буде відрізнятися від того, до чого люди звикли в Україні. Один із наших респондентів сказав: «Потрібно навчитися бути відкритим до нового і не боятися змін, навіть якщо вони здаються важкими».

2. Активно шукайте соціальні зв'язки. Літні люди, які змогли побудувати контакти і знайти підтримку серед інших українців або місцевих жителів, відзначили значно легший процес адаптації. Вони рекомендували не уникати соціальної активності, оскільки це допомагає зменшити відчуття самотності та сприяє

швидшій інтеграції. Серед відповідей наших учасників є порада: «Не сидіть вдома. Ходіть на зустрічі, долучайтесь до клубів або просто спілкуйтеся із сусідами».

3. Вивчайте мову країни перебування. Однією з рекомендацій була порада розпочати вивчення місцевої мови якомога раніше. На думку наших учасників, це важливо, тому що зменшить бар'єри в спілкуванні та допоможе відчувати себе впевненіше у новому середовищі, відповідно, і легше виконувати повсякденні справи: робити покупки, звертатися за медичною допомогою, вирішувати питання щодо свого статусу в місцевій громаді, будувати контакти із сусідами. «Якщо є можливість, вивчайте мову до переїзду або записуйтеся на курси одразу після приїзду», – зазначила одна респондентка.

4. Звертайтеся за допомогою. Деякі респонденти радили не відмовлятися від підтримки, як психологічної, так і соціальної чи медичної. Вони підкреслили, що є багато організацій, які можуть допомогти адаптуватися, але важливо не ігнорувати їхню допомогу. «Не бійтеся звертатися про допомогу, коли вам важко», – зазначила одна з учасниць.

Відповідаючи на запитання про те, які поліпшення чи послуги вони хотіли б отримати для полегшення адаптації літніх людей у Словаччині, респонденти висловили кілька важливих ідей:

1. Мовні курси для літніх людей. Значна кількість учасників висловила бажання мати доступ до безкоштовних або субсидованих мовних курсів, адаптованих саме для літніх людей. Багато з них зазначили, що наявні курси надто інтенсивні, мають швидкий тем подачі нового матеріалу і тому не враховують вікові особливості учасників літнього віку. «Ми б хотіли бачити мовні курси, які спеціально для літніх людей, – повільніші, з простими поясненнями», – зазначив один із респондентів.

2. Соціальні клуби та спільноти для іноземців похилого віку, що знаходяться під тимчасовим захистом. Респонденти підкреслили важливість створення локацій, де літні люди могли б спілкуватися з іншими, які перебувають у схожій ситуації. «Нам потрібні місця, де ми могли б збиратися, обговорювати наші проблеми і допомагати одне одному», – сказав один учасник. Варто підкреслити, що для літніх людей особливо важливий формат зустрічей офлайн. Такі клуби могли б стати важливим елементом соціальної інтеграції, допомагаючи відчувати підтримку та знаходити друзів.

3. Доступ до медичних послуг. Одним із найгостріших питань, що піднімалися, був доступ до медичних послуг. Респонденти наголосили, що часто не можуть отримати необхідну медичну допомогу через мовний бар'єр або незнання процедур. Інформаційно-роз'яснювальна робота щодо специфіки місцевої системи охорони здоров'я, підтримки, яка надається особам похилого віку, які перебувають під тимчасовим захистом, додаткові можливості, якими вони можуть користуватися за додаткову плату, створить підґрунтя для прийняття власних рішень і більшої впевненості українців під тимчасовим захистом. Ще один важливий

напряму у цій сфері – це організація супроводу, перекладу під час відвідування лікарів і отримання медичних послуг. «Нам потрібна допомога в розумінні, як працює система охорони здоров'я тут, і підтримка перекладачів», – зазначила одна респондентка.

4. Психологічна підтримка. Респонденти також висловили бажання отримати більше психологічної допомоги, зокрема через консультації або групи підтримки. Вони зазначили, що багато з них досі відчують тривогу і розгубленість через переїзд та зміни в житті, і професійна допомога могла б значно покращити їхній стан. «Нам потрібні програми підтримки для літніх людей, щоб допомогти справлятися з тривожністю», – сказав один із респондентів.

Виходячи з отриманих відповідей, можна дійти висновку, що адаптація українців похилого віку, які перебувають під тимчасовим захистом у Словаччині, вимагає комплексного підходу. Створення програми адаптації, яка б враховувала специфічні потреби цієї групи населення, може значно покращити їхнє життя та полегшити процес інтеграції до місцевих спільнот.

За допомогою опитувальника «Самооцінка рівня стійкості до стресу» (за Н. Кіршевою та Н. Рябчиковою) проведена діагностика рівня стресостійкості учасників дослідження [7]. Методика «Самооцінка стійкості до стресу» допомогла визначити рівень стресостійкості серед учасників. Люди, які проживають у спеціалізованих закладах, продемонстрували нижчий рівень стресостійкості: лише 15% мають високий рівень, 50% – середній, і 35% – низький. Натомість ті, хто проживає самотійно, показали кращі результати: 25% з них мають високий рівень стресостійкості, 60% – середній, і лише 15% – низький. Вірогідно, власний контроль за організацією життя надає більшу задоволеність життям і «тренує» стресостійкість. Такі результати підкреслюють важливість досвіду здійснення власного контролю особами похилого віку, що знаходяться під тимчасовим захистом, за певними сферами життя для ефективної адаптації. Відповідно, в організації соціальної роботи з даною категорією в контексті застосування підходу, орієнтованого на сильні сторони клієнта, важливо сприяти тим ситуаціям, де люди похилого віку зможуть самотійно робити вибір, приймати рішення та контролювати певні аспекти свого життя.

Виявлено також, що досвід переживання події переселення на попередніх етапах життя особами похилого віку, які перебувають під тимчасовим захистом, також впливає на стресостійкість. Так, виявилось, що серед тих учасників дослідження, хто раніше мав досвід міграції навіть у межах України, 30% мають високий рівень стресостійкості, 55% – середній, і 15% – низький. Натомість серед тих, хто вперше вимушено переселився, лише 15% мають високий рівень стресостійкості, 50% – середній, і 35% – низький.

Попри позитивні зміни в самоусвідомленні та готовність до особистісного розвитку, дослідження виявило і певні труднощі, з якими стикаються українці похилого віку під тимчасовим захистом у Словаччині. Багато учасників (69%) від-

значили, що навіть через значний строк адаптації (півроку-рік) вони стикаються із серйозними емоційними та соціальними викликами. Це може проявлятися у вигляді негативних переживань, тривожності через невизначеність щодо майбутнього, труднощі у встановленні соціальних зв'язків або відчуття ізольованості. Деякі учасники (43%) повідомляли про проблеми з інтеграцією в нове суспільство, зокрема, через мовний бар'єр і культурні відмінності, що значно ускладнює їхню щоденну діяльність і соціальну інтеграцію.

Для вирішення виявлених проблем важливо застосовувати програми адаптації. Такі програми є важливим інструментом для поліпшення як психологічного, так і фізичного стану українців похилого віку, які знаходяться під тимчасовим захистом у Словаччині. Програма має бути структурована таким чином, щоб максимально охопити різні аспекти життя літніх людей, забезпечивши комплексний підхід до їхньої інтеграції. Окрім медичної та мовної підтримки, значна увага має приділятися організації групових активностей і творчих занять, що дозволить учасникам формувати нові соціальні зв'язки та відчувати себе частиною спільноти. Завдяки цим заходам учасники програми не лише отримують необхідну допомогу, але й зможуть знайти нові інтереси, що сприятиме їхньому емоційному добробуту та зміцненню соціальних зв'язків у новій країні.

Основними складниками групової роботи мають бути: 1) терапевтичний, спрямований на подолання переживання стресу і налагодження емоційного добробуту учасників, в окремих випадках – організація звернення до фахівців психологів для надання індивідуальних консультацій; 2) медично-лікувальний – оцінка загального стану здоров'я і планування медичної допомоги у разі потреби; 3) зміцнення контактів всередині групи: організація заходів, спрямованих на розвиток контактів між учасниками, з'ясування спільних інтересів, формування гуртків за інтересами і залучення до них учасників за власним вибором, як-от кулінарного, рукодільного, рибної ловлі тощо; 4) соціальна інтеграція: організація заходів за участю представників словацької громади, наприклад презентація страв української та словацької кухні, створених учасниками групи і представниками словацької громади; 5) організація груп вивчення словацької мови з подальшою роботою мовних клубів; 6) інформаційний складник, спрямований на роз'яснення правового підґрунтя.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Викладений матеріал дозволяє зробити такі висновки. Загалом, виконане дослідження дозволило проаналізувати складні аспекти адаптації українців похилого віку, на підставі цього розробити практичні рішення, які можуть суттєво вплинути на їхнє благополуччя. Результати дослідження свідчать про важливість застосування в соціальній роботі комплексного підходу до підтримки найбільш вразливих категорій населення, що може стати основою для подальших ініціатив у сфері застосування підходу, орієнтованого на сильні сторони клієнта, в соціальній роботі з мігрантами. Виявлені труднощі, з якими стикаються українці похилого віку, що опини-

лися під тимчасовим захистом у Європі (Словаччині), підкреслюють важливість створення спеціалізованих програм адаптації. Такі програми повинні включати підтримку в адаптації до нових культурних і соціальних умов, навчання мови, а також сприяння створенню мереж соціальної підтримки, які спрямовані на зменшення відчуття ізолюваності та покращення загального почуття добробуту цієї категорії українців. Саме комплексний підхід, орієнтований на сильні сторони клієнтів, у програмі адаптації може допомогти покращити становище, активізувати власні сили і ресурси людей похилого віку, які знаходяться під тимчасовим захистом, та сприятиме набуттю позитивного досвіду життя в нових умовах. Групові форми роботи допоможуть літнім людям обговорювати свої проблеми в безпечному середовищі та підтримувати одне одного. Учасники зможуть ділитися своїм досвідом і почуттями, отримуючи підтримку. Це не тільки сприятиме розвитку соціальних зв'язків, але й знижуватиме почуття ізоляції та відчуження, з яким часто стикаються мігранти похилого віку. Перспективою такого роду досліджень є реалізація програм адаптації українців похилого віку, що перебувають під тимчасовим захистом у Європі, вивчення їхньої результативності і їх удосконалення. Такий досвід буде корисний для застосування як в інших країнах, так і безпосередньо в межах України для розвитку соціальної роботи з внутрішньо переміщеними особами похилого віку.

Список використаних джерел і літератури

1. Анатомія стресу. *Ганс Сельє та послідовники* / упор. Є. Скіндер-Влас. 2-е вид., доп. Київ : Медкнига, 2024. 148 с.
2. Григорчук Л. В. Життєстійкість як психологічний ресурс адаптації особистості. *Інсайт: психологічні виміри суспільства* : матеріали міжнародної конференції / ред.: кол. І. С. Попович, С. І. Бабатіна, І. Р. Крупник та ін. Херсон : ВД «Гельветика», 2019. Вип. 1 (16). С. 90–93.
3. Джуган В.В., Джуган Р.І. Дефініція поняття «люди похилого віку» як категорії соціальної роботи. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»*. Ужгород, 2022. Випуск 1 (50). С. 77–80.
4. Житинська М.О. Соціально-педагогічна підтримка життєдіяльності осіб похилого віку в умовах територіального центру соціального обслуговування : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05. Київ, 2018. 250 с.
5. Меліченко Т. Д. Психологічна допомога суб'єктам змушеної міграції. *Модернізація українського суспільства в умовах євроінтеграції* : збірник наукових робіт / за заг. ред. Т. В. Семенюк, С. М. Коляденко, Н. П. Павлик. Житомир : Вид-во Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2016. 130 с.
6. Мельничук М.Г. Психосоціальна адаптація як необхідна умова пристосування до нових умов існування. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2016. Випуск 53. С. 126–134.
7. Самооцінка рівня стійкості до стресу (за Н. Кіршевою та Н. Рябчиковою). URL: <https://vseosvita.ua/library/opytuvalnyk-samoosinka-stiikosti-do-stresu-681563.html>
8. Семигіна Т. Сучасна соціальна робота. Київ : Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2020. 275 с.
9. Сердюкова Г.Б. Особливості смисложиттєвих орієнтацій у осіб похилого віку. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості* : зб. наук. праць за матер. III Міжнар.

наук.-практ. конф., м. Херсон, 30 вересня – 01 жовтня 2021 р. / ред. колегія: І. Р. Крупник, О. Є. Блинова, Н. І. Тавровецька (відп. за випуск) та ін. Херсон : ФОП Вишемирський В.С., 2021. С. 273–275.

10. George L. Engel The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science, New Series*. Vol. 196. No. 4286 (Apr. 8, 1977). P. 129–136.

11. Trepper, T., Dolan, Y., McCollum, E., Nelson, T. Steve de Shazer and the Future of Solution-focused Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2007. Vol. 5. P. 26–58.

References

1. Anatomiiastresu. Hans Selie ta poslidovnyky.(2024). [The anatomy of stress: Hans Selye and his followers] Upor. Ye.Skinder-Vlas, 2-e vyd., dop. Kyiv : Medknyha, 148 [in Ukrainian].

2. Hryhorchuk, L. V., (2019) Zhyttiistiikist yak psykhologichnyi resurs adaptatsii osobystosti [Resilienceas a psychological resource of personality adaptation]. *Insait: psykhologichni vymiry suspilstva: mater. mizhnar. konf. / red.: kol. I. S. Popovych, S. I. Babatina, I. R. Krupnyk ta in. – Kherson: VD “Helvetyka”*, 1 (16). 90–93 [in Ukrainian]

3. Dzhuhan, V.V., & Dzhuhan, R.I. (2022). Definitisiia poniattia “liudy pokhyloho viku”, yak katehorii sotsialnoi roboty [The definition of the concept of “elderly people” as a category of socialwork]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Seriia: “Pedahohika. Sotsialna robota”*, 1 (50), 77–80 [in Ukrainian].

4. Zhytynska, M.O. (2018). Sotsialno-pedahohichna pidtrymka zhyttiediialnosti osib pokhyloho viku v umovakh terytorialnoho tsentru sotsialnoho obsluhovuvannia [Social and pedagogical support of the life activities of elderly people in the context of a territorial social service center]. *Candidate’s thesis*. Natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni M.P. Drahomanova, Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy. Kyiv, 250 [in Ukrainian].

5. Melichenko, T. D. (2016). Psykhologichna dopomoha subiektam zmusheno imihratsii. [Psychological support for individual saffected by forced migration]. *Modernizatsiia ukrainskoho suspilstva v umovakh yevrointehratsii: zbirnyk naukovykh robit / zazah. red. T. V. Semeniuk, S. M. Koliadenko, N. P. Pavlyk. Zhytomyr: Vyd-vo Zhytomyrskoho derzhavnoho universytetu imeni Ivana Franka*, 130 [in Ukrainian].

6. Melnychuk, M. H. (2016). Psykhosotsialna adaptatsiia yak neobkhidna umova prystosuvannia do novykh umov isnuvannia [Psychosocial adaptationas a necessary condition for adjustment to new living conditions]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykhologhiia*, 53, 126–134 [in Ukrainian].

7. Samootsinka rivnia stiikosti do stresu [Self-assessmen to stress resilience level] (za N. Kirshevoiuta N. Riabchykovoiiu) Retrieved from: <https://vseosvita.ua/library/opytuvalnyk-samootsinka-stiikosti-do-stresu-681563.html> [in Ukrainian].

8. Semyhina, T. (2020). Suchasna sotsialna robota. [Modern social work] *Akademiia pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu*. Kyiv, 275 p. [in Ukrainian].

9. Serdiukova, H. B. (2021). Osoblyvosti smyslozhyttievykh oriantatsii u osib pokhyloho viku [Features of elderly people’s life meaningful orientations]. *Sotsiokulturni ta psykhologichni vymiry stanovlennia osobystosti: zb. nauk. pratsz a mater. III Mizhnar. nauk.-prakt. konf. (m. Kherson, 30 veresnia – 01 zhovtnia 2021 r.) / red. kolehiia: I. R. Krupnyk, O. Ye. Blynova, N. I. Tavrovetska (vidp. zavypusk) ta in. Kherson: FOP Vyshemyrskyi V.S.*, 273–275 [in Ukrainian].

10. George, L. Engel (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science, New Series*. Vol. 196. No. 4286. pp. 129–136 [in English].

11. Trepper, T., Dolan, Y., McCollum, E., & Nelson, T. (2007). Steve de Shazer and the Future of Solution-focused Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 5, pp 26–58 [in English]

Boiko G. V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Philosophy,
Public Administration and Social Work
Zaporizhzhia National University

Pryimak O. M.

Doctor of Historical Sciences, Professor,
Professor at the Department of Philosophy,
Public Management and Social Work
Zaporizhzhia National University

Shirobokova O. O.

Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Philosophy,
Public Administration and Social Work,
Zaporizhzhia National University

**PSYCHOLOGICAL MODELS OF SOCIAL WORK IN ADAPTATION
OF UKRAINIANS ELDERLY UNDER TEMPORARY PROTECTION
IN WESTERN EUROPE**

The military aggression of the Russian Federation against Ukraine caused the necessity for many Ukrainians to flee the war. This situation provoked special forms of migration of our fellow citizens; in particular, a significant part came under temporary protection in countries of West, Central and Northern Europe. It became necessary for them to adapt to new living conditions in a short time and in unfamiliar conditions. The particular complexity of such adaptation is characteristic of the elderly, for whom changes in the usual way and conditions of life are a significant challenge. The modern social work uses an approach focused on the client's strengths as a development of traditional psychologically oriented theories. It includes an individual approach to each person and the possibility of group work to track and expand techniques and experience of adaptation in new conditions.

The purpose of the publication is to highlight the results of research on such models to promote the adaptation of elderly Ukrainians in new social and cultural conditions: the application of psycho-diagnostics for the emotional state of elderly Ukrainians in Europe, surveys to identify their main requests. This became the basis for planning a comprehensive approach to facilitating adaptation through the interaction of social, cultural and individual factors. In the context of a client-centered approach and facilitating adaptation. In particular, as a result of the research conducted, it was determined that an important role in the adaptation of elderly Ukrainians under temporary protection in Europe is played by social and medical help, the ability to independently control certain areas of life, the increase level of integration into a new cultural and linguistic environment, as well as personal resources and experience of migration in previous life.

Key words: psychological approach, focused on the client's strengths, adaptation, Ukrainians elderly, temporary protection.

УДК 376:362.4:37.018

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.5>

Біскуп В. С.

кандидат соціологічних наук,
доцент кафедри психології та соціальної роботи
Західноукраїнський національний університет
e-mail: vbiskup@gmailcom
ORCID ID:0000-0003-4557-4414
Researcher: ID: G-5539-2017

АБІЛІТАЦІЯ ЯК ПРОЦЕС ФОРМУВАННЯ НОВИХ НАВИЧОК: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

У статті розглядається проблема чіткого розмежування понять «абілітація» та «реабілітація» в науковому і практичному дискурсах соціальної роботи. Звертається увага на термінологічну невизначеність, яка може негативно позначитися на якості соціальних послуг. Абілітація розглядається як процес формування нових навичок в осіб, які їх раніше не мали, а реабілітація – як відновлення втрачених функцій. У статті аналізуються наукові підходи до визначення вказаних понять, вітчизняні та закордонні дослідження, нормативно-правова база, зокрема законодавство України та Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю. У роботі запропоновано порівняльну таблицю критеріїв абілітації та реабілітації у контексті соціальної роботи, яка охоплює такі критерії, як мету, цільову групу втручання, роль соціального працівника та відповідні методи та підходи. Виділено чотири ключові сфери абілітації: соціально-побутову, професійно-трудова, ціннісно-нормативну та трансцендентно-смилову, кожна з яких охоплює розвиток нових компетентностей. Зазначено важливість подолання аномії через ціннісно-нормативну абілітацію.

Ключові слова: абілітація, реабілітація, соціальна робота, сфери абілітації.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві, в якому зростає увага до прав осіб з інвалідністю, інклюзивної освіти та ефективної соціальної політики, чітке розмежування понять «абілітація» та «реабілітація» стає критично важливим. Ці терміни часто не розрізняють, що призводить до методологічних помилок у практиці соціальної підтримки.

Наукова та практична актуальність полягає в необхідності теоретичного уточнення термінології, особливо в українському контексті, де дослідження цих понять ще не досить розвинені. Абілітація (формування нових навичок в осіб, які їх ніколи не мали) та реабілітація (відновлення втрачених функцій через травми або хвороби) вимагають різних підходів, оскільки неоднозначність у їх трактуванні може призводити до некоректних висновків і незадовільних результатів інтервенцій.

Отже, дослідження цих понять має вагомe значення для наукового дискурсу, розробки нових та удосконалення існуючих соціальних програм, правового захисту та формування інклюзивного суспільства. Без чіткого розмежування абі-

літації та реабілітації неможливо забезпечити ефективну підтримку різноманітних груп людей з особливими потребами чи осіб, які вимагають фахового втручання в системі освіти, охорони здоров'я, соціального захисту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика абілітації розосереджена у науковій літературі, публіцистичних публікаціях, нормативно-правових актах як на національному, так і на міжнародних рівнях. Зокрема, С. О. Хоменко визначає абілітацію як новий складник у системі супроводу дітей раннього віку. В такому контексті абілітація означає навчання дитини вмінь досягати певного рівня функціонального розвитку альтернативними шляхами, якщо звичні недоступні, а також адаптувати навколишнє середовище для компенсації відсутніх або порушених функцій у дитини [11, с. 324].

Ю. Ю. Варивода у своїй роботі детально аналізує взаємозалежність соціальної реабілітації, соціальної адаптації та соціальної інтеграції у сфері соціальної роботи [2]. Проте, на нашу думку, не віднайшли свого відображення у цій, безумовно, цінній науковій розвідці питання соціальної абілітації як важливого ресурсного потенціалу для забезпечення ще не набутого досвіду у повноцінному функціонуванні повсякденного життя.

К. Крутій та Л. Зданевич зосереджували увагу на підготовці майбутніх фахівців до роботи з різними категоріями дітей в умовах спеціального абілітаційного простору [6].

Закордонні вчені у контексті емпіричного дослідження молоді у процесі абілітації зазначають, що згідно з Міжнародною класифікацією функціонування, інвалідності та здоров'я участь визначається як «залученість у життєвій ситуації», описуючи її як багатовимірну концепцію, яка складається з двох взаємопов'язаних компонентів: присутності (фізична наявність у ситуації) та залученості – внутрішнього, суб'єктивного досвіду участі, яка включає мотивацію, наполегливість, емоційний стан, соціальні взаємодії тощо [13].

Безумовно, важливими є теоретичні та прикладні видання щодо організаційних заходів медико-психологічної реабілітації з військовослужбовцями – учасниками бойових – дій на етапі відновлення, застосування Міжнародної класифікації функціонування (МКФ) обмеження життєдіяльності та здоров'я у практиці фахівців із реабілітації, принципів і особливостей використання МКФ, зокрема, мультидисциплінарною реабілітаційною командою [9; 10].

Проте, на нашу думку, у мовному, теоретичному та практичному дискурсі існує зміщення акцентів у трактуванні реабілітаційних та абілітаційних послуг, їх розуміння як синонімічних понять. Вважаємо за необхідне коректно їх розмежовувати з метою забезпечення точності наукового та професійного спілкування, а також для ефективного планування та реалізації відповідних соціальних, медичних та освітніх програм.

Мета статті. У статті здійснено спробу чіткого розмежування понять «реабілітація» та «абілітація» в теоретичному та практичному дискурсі з метою під-

вищення точності наукового спілкування та ефективності реалізації соціальних, медичних і освітніх програм.

Результати дослідження. За визначенням фахівців соціальної сфери, абілітація (лат. *abilitatio*; від лат. *habilis* – зручний, пристосувальний) розуміється як комплекс заходів (послуг), спрямованих на формування нових і підсилення вже існуючих ресурсів соціального, психічного та фізичного розвитку дитини або сім'ї. Термін найчастіше використовують стосовно дитини з особливими потребами, а також сім'ї, яка знаходиться в кризовій ситуації [3, с. 7].

За кордоном прийнято розрізняти поняття «абілітація» та «реабілітація». Абілітація розуміється як комплекс послуг, спрямованих на формування нових і мобілізацію, посилення наявних ресурсів соціального, психічного й фізичного розвитку людини, натомість реабілітацією в міжнародній практиці прийнято називати відновлення здібностей, які були в минулому, але втрачені внаслідок хвороби, травми, змін умов життєдіяльності [4, с. 17].

За іншим визначенням, реабілітація – це процес повторного навчання навичкам, які були втрачені через травму або захворювання. Це навички та функціональні здібності, які свого часу були притаманні людині, але згодом були втрачені або значно погіршилися. Прикладом цього є навчання рухати рукою після інсульту або черепно-мозкової травми. Абілітація – це процес навчання та оволодіння навичкою вперше. Під час абілітації людина не може покладатися на будь-які попередні спогади про те, як вона раніше застосовувала цю навичку, оскільки це для неї щось нове [14].

С. О. Хоменко, розглядаючи атрибутивні ознаки процесу абілітації, вважає, що такими є формування відсутніх здібностей. Абілітаційні послуги мають бути спрямовані на розвиток у дитини функцій і здібностей, які в нормі з'являються без спеціальних зусиль оточення, а у дитини з обмеженнями життєдіяльності можуть з'явитися тільки в результаті цілеспрямованої роботи. Таким чином, атрибутивною ознакою абілітації є розвиток природних функцій і здібностей, які характеризуються поняттям норми [12, с. 231].

У Законі України «Про реабілітацію осіб з інвалідністю» визначено, що реабілітація осіб з інвалідністю розуміється як система медичних, психологічних, педагогічних, фізичних, професійних, трудових, фізкультурно-спортивних, соціально-побутових заходів, спрямованих на надання особам допомоги у відновленні та компенсації порушених або втрачених функцій організму для досягнення і підтримання соціальної та матеріальної незалежності, трудової адаптації та інтеграції в суспільство, а також забезпечення осіб з інвалідністю допоміжними засобами реабілітації і медичними виробами.

Натомість у статті 37 цього ж Закону у контексті соціальної реабілітації термін «абілітація» береться в дужки після визначення основного терміна «соціальна реабілітація», що, на нашу думку, свідчить про те, що абілітація розуміється як синонім попереднього. Ось як виглядає визначення у нормативному документі:

«Стаття 37. Соціальна реабілітація (абілітація) спрямовується на оптимізацію і коригування ставлення осіб з інвалідністю, дітей з інвалідністю до своїх вад, становища в сім'ї та суспільстві, виховання у них навичок до самообслуговування, адаптацію в навколишньому середовищі» [8].

У Конвенції про права осіб з інвалідністю, ратифікованій Верховною Радою України, означені терміни також вживаються без чіткого розмежування. Зокрема, у статті 26 «Абілітація та реабілітація» визначено, що необхідно вживати заходів з метою надання особам з інвалідністю можливостей для досягнення й збереження максимальної незалежності, повних фізичних, розумових, соціальних та професійних здібностей і повного включення й залучення до всіх аспектів життя [7].

Загалом, на нашу думку, абілітацію у процесі відновлення здатності до повсякденного життя варто розуміти як діяльність із розвитку, що стимулює потенційні можливості осіб, які зазнали негативних життєвих ситуацій та були не готові з ними ефективно впоратися. Спрямованість абілітації пов'язана з формуванням необхідних навичок соціальної адаптації та інтеграції, створенням нових чи актуалізацією тих шляхів нарощування соціального потенціалу, які уможливають продуктивну взаємодію особистості з мінливим соціумом [1, с. 81].

Отже, абілітація сутнісно пов'язана із набуттям тих здібностей, за сприяння яких людина, свого часу потрапивши у скрутні чи несприятливі умови перебування, відкриває альтернативні траєкторії самозцілення, має змогу відновити власну ідентичність та сенс існування.

Відповідно до проведеного аналізу нами запропонована порівняльна таблиця критеріїв абілітації та реабілітації саме в соціальній роботі, яка дозволяє продемонструвати схожості й відмінності між цими двома поняттями, що використовуються у практиці соціального супроводу.

Таблиця охоплює ключові аспекти, такі як визначення понять, мета заходів, об'єкти втручання, основні завдання, тривалість процесу, результати, а також роль фахівця у кожному з процесів. Такий підхід дає можливість краще зрозуміти специфіку і напрями практичного застосування абілітації та реабілітації в соціальній роботі, забезпечити системний підхід до аналізу потреб клієнтів, а також підвищити ефективність планування і реалізації соціальних послуг. Цей аналітичний інструмент є корисним як для наукових досліджень, так і для практичної діяльності соціальних працівників, особливо у процесі формування індивідуальних програм соціальної підтримки.

Зазначимо, що соціальна абілітація є системою заходів, процедур, протоколів втручання, які мають власну специфіку та структурні компоненти. Нами виокремлено чотири сфери абілітації, які не суперечать загальноприйнятим сегментам суто реабілітаційних заходів, а дещо укрупнюють розуміння втручання у життєві ситуації осіб, які потребують оновлених правил соціалізації, спрямованих, власне, не на відновлення, а на набуття актуальних навичок, які не були досягнуті у попередньому життєвому досвіді.

Таблиця 1

**Порівняльна таблиця критеріїв абілітації та реабілітації
в соціальній роботі**

Критерії	Абілітація (в соціальній роботі)	Реабілітація (в соціальній роботі)
Мета	Соціалізація осіб, які не мали сформованих соціальних навичок.	Відновлення соціальних зв'язків і функцій після втрати або кризи.
Цільова група	Діти-сироти, особи з інвалідністю з дитинства, внутрішньо переміщенні особи, військовослужбовці, які зазнали безповоротних фізичних чи психологічних травмувань.	Люди після травм, психічних розладів, різноманітних залежностей, психічно здорові люди, які потребують відповідної фахової допомоги.
Основні заходи	Соціально-педагогічна підтримка, тренінги навичок, наставництво.	Соціальна адаптація, підтримка у працевлаштуванні, робота із сім'єю.
Роль соціального працівника	Навчити базовим соціальним, комунікативним і побутовим навичкам.	Допомогти повернутися до суспільства, відновити активну участь у системі соціальних комунікацій.
Кінцевий результат	Здатність самостійно функціонувати в суспільстві.	Повернення до активного соціального життя після втрати.
Підходи та методи	Індивідуальні плани розвитку, інклюзія, міжвідомча співпраця, реадаптація.	Кризовий менеджмент, кейс-менеджмент, реінтеграція.

Отже, перша сфера пов'язана із соціально-побутовою абілітацією, тобто набуттям нових навичок участі у суспільних подіях, користування громадським транспортом, відвідування закладів культури, торгівлі, медичного обслуговування тощо. Це сприяє включенню особистості у соціальне довкілля та формуванню базових життєвих навичок (гігієни, самопомоги, навігації у просторі, організації особистого часу). Зазначені компетенції забезпечують фундамент для подальшої соціальної автономії та самостійності особистості. Соціально-побутова абілітація також поєднує у собі розвиток комунікативних здібностей, здатності ефективно взаємодіяти з іншими людьми, вести діалог, висловлювати власну думку, вступати в соціальні контакти, уникати конфліктів або конструктивно їх вирішувати.

Друга сфера охоплює професійно-трудову абілітацію, яка пов'язана з професійною орієнтацією та підготовкою до трудової діяльності у нових життєвих ситуаціях, якщо потенційний працівник не володів жодною спеціальністю з попереднім трудовим досвідом. Означена абілітація передбачає формування трудових навичок, розвиток відповідальності, дисципліни, здатності працювати у команді, виконувати завдання за графіком, а також визначає готовність до можливих напрямів майбутньої професійної реалізації в умовах межової невизначеності. Професійна перекваліфікація, готовність до вибору нових видів діяльності та формування професійної ідентичності сприяє не тільки поглибленню професійних знань і вмінь, але й активному входженню особистості в нове професійне середовище, забезпечуючи її адаптацію до змінних соціально-економічних умов та ринкових вимог.

Ціннісно-нормативна абілітація спрямована на формування в особистості системи цінностей, норм поведінки та етичних принципів, необхідних для соціально

прийняттого способу життя, забезпечує її інтеграцію у суспільні зв'язки через засвоєння нових культурних норм, правил взаємодії та моральних орієнтирів. Процес ціннісно-нормативної абілітації є ключовим у подоланні аномії – стану, за якого попередні цінності втрачені, а нові ще не сформовані. За Е. Дюркгеймом, аномія виникає в умовах соціальної дестабілізації та характеризується руйнуванням звичної нормативної основи поведінки, призводить до внутрішнього дисбалансу та соціальної дезорієнтації особистості. Подолання аномії постає важливою метою соціальної роботи, спрямованої на відновлення особистісної та соціальної ідентичності.

Трансцендентно-сміслова абілітація розуміється як процес формування у людини нових духовних, смислових і символічних компетентностей, які виходять за межі повсякденного досвіду. Акцент ставиться не на відновленні втрачених функцій, а на розвитку здатності осмислювати життя, формувати особистісні смисли, розуміти символи та метафори, а також знаходити глибокий сенс у взаємодії з навколишнім світом. Таким чином, трансцендентно-сміслова абілітація забезпечує особистість інструментами для духовного самовираження, культурного входження у нові смислові простори та пошуку глибокого сенсу у взаємодії з навколишнім світом. За влучним висловом знаного українського філософа С. Б. Кримського, «особистість здійснюється як трансформація зовнішнього світу у внутрішній... А з другого боку – у своєму самобудівництві осмисленого існування відкриває зовнішньому світу буттю можливість засвідчення, виявлення особливого, альтернативного світу» [5, с. 33]. Натомість негативні злами, непродуктивні життєві ситуації, переживання і трагедії, які відбуваються поза межами будь-якого особистісного впливу, деструктивно діють на психологічну, смислову, емоційну сфери особистості, підривають віру і довіру до світу, людей. Врешті-решт і до самих себе.

Виокремленні чотири сфери абілітації становлять цілісну модель, яка спрямована не лише на компенсацію існуючих обмежень, а й на активне формування нових соціальних ресурсів, забезпечуючи особистість засобами, механізмами, методами ефективної участі у суспільному житті. Запропонований підхід дозволяє перейти від традиційного моделювання допомоги до партнерства, де клієнт є активним суб'єктом процесу змін, а не лише об'єктом втручання.

Висновки і перспективи подальших досліджень. На підставі проведеного аналізу висновуємо, що чітке розмежування понять «абілітація» та «реабілітація» є необхідним етапом для забезпечення точності наукового та професійного дискурсу в соціальній роботі, має практичну значущість для планування, реалізації та оцінки соціальних, а також медичних і освітніх програм, спрямованих на підтримку людей, які потерпають від різноманітних соціальних негараздів та потребують залучення до нових моделей поведінки, мислення, світосприйняття, ціннісних орієнтирів.

Абілітація, як показано у статті, орієнтована на формування нових навичок та компетентностей, тоді як реабілітація передбачає відновлення втрачених функ-

цій. Така принципова різниця повинна враховуватись під час проєктування індивідуальних, інституційних стратегій супроводу, особливо в системах соціальної допомоги та соціального захисту різних категорій населення.

Теоретико-методологічний аспект подальших досліджень полягає у подальшому уточненні термінологічного поля, зокрема, у міжнародному порівняльному контексті, щоб забезпечити наукову сумісність термінів у рамках українського та світового дослідницького простору. У практичному аспекті вбачається необхідною розробка практико-орієнтованих методик, форм, методів, заходів, які б забезпечували чітке застосування концепцій абілітації та реабілітації у роботі соціальних служб, шкіл, реабілітаційних центрів й усіх зацікавлених інституцій, які здійснюють кваліфіковану допомогу усім громадянам, які її потребують.

Список використаних джерел і літератури

1. Біскуп В. С. Абілітація як процес відновлення здатності до повсякденного життя. *Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, м. Тернопіль, 4–5 листопада 2022 р. : в 2 т. Тернопіль : ЗУНУ, 2022. Т. 1. С. 80–81.
2. Варивода Ю. Ю. Взаємозалежність соціальної реабілітації, соціальної адаптації та соціальної інтеграції у сфері соціальної роботи. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Педагогіка. Соціальна робота»* / гол. ред. О. Бартош. Ужгород : Говерла, 2023. № 2 (53). С. 26–29.
3. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. проф. І. Д. Зверєвої. Київ, Сімферополь : Універсум, 2012. 536 с.
4. Квітко Н. Соціально-психологічні особливості адаптації та реабілітації дітей з обмеженими функціональними можливостями. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2021. № 4 (108). С. 15–23.
5. Кримський С. Б. Під сигнатурою Софії. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 367 с.
6. Крутий К.Л., Зданевич Л.В. Підготовка майбутніх фахівців до роботи з різними категоріями дітей в умовах спеціального абілітаційного простору. *Педагогічний дискурс* : зб. наук. праць / гол. ред. І.М. Шоробура. Хмельницький : ХГПА, 2017. Вип. 22. С. 76–80.
7. Про ратифікацію Конвенції про права осіб з інвалідністю і Факультативного протоколу до неї : Закон України від 16.12.2009 р. № 1767–VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71#Text
8. Про реабілітацію осіб з інвалідністю в Україні : Закон України від 19.12.2017 р. № 2249-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text>
9. Психологічна робота з військовослужбовцями-учасниками бойових дій на етапі відновлення : методичний посібник. Київ : «Центр учбової літератури», 2023. 283 с.
10. Реабілітаційний набір Міжнародної класифікації функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я в практиці фахівців із реабілітації : навчально-методичний посібник / В.М. Савченко, О.М. Поляничко та ін. Київ : Київ. столич. ун-т ім. Б. Грінченка, 2024. 536 с.
11. Хоменко С. О. Абілітація як нова складова системи супроводу дітей раннього віку. *Наука і молодь – 2021: пріоритетні напрями глобалізаційних змін* : матеріали I Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених, м. Київ, 16 квітня 2021 року. Київ : Навчально-науковий інститут менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти», 2021. С. 323–325.

12. Хоменко С.О. Атрибутивні ознаки процесу абілітації дітей раннього віку з особливими потребами. *Актуальні проблеми ортопедagogіки, ортопсихології та реабілітології* : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. М. Шеремет, А. Шевцова, А. Заплатинської. Київ : Альянт, 2021. С. 230–232.

13. Karlsson C., Andersson A.N., Lundqvist L-O., Huus K. Participation in the Habilitation Process, from the Perspective of Young People. *Scandinavian Journal of Disability Research*. 2025. № 27 (1). P. 227–239.

14. Stavrou A. Rehabilitation vs Habilitation: What's the Difference? URL: <https://www.myotspot.com/rehabilitation-vs-habilitation>

References

1. Biskup, V. S. (2022). Abilitatsiia yak protses vidnovlennia zdibnosti do povsiakdennoho zhyttia [Habilitation as a process of restoring every day capacity]. In *Psykhosotsialni resursy osobystisnoho ta sotsialnoho rozvytku v epokhu hlobalizatsii : Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (Vol. 1, pp. 80–81). ZUNU [in Ukrainian].

2. Khomenko, S. O. (2021). Abilitatsiia yak nova skladova systemy suprovidu ditei rannoho viku [Abilitation as a new component of early childhood support system]. In *Nauka i molod–2021: Priorytetni napriamy hlobalizatsiinykh zmin* (pp. 323–325). Naukovo-navchalnyi instytut menedzhmentu ta psykholohii DZVO “Universytet menedzhmentu osvity” [in Ukrainian].

3. Khomenko, S. O. (2021). Atrybutyvni oznaky protsesu abilitatsii ditei rannoho viku z osoblyvymy potrebamy [Attributive signs of the habilitation process for young children with special needs]. In M. Sheremet, A. Shevtsov, & A. Zaplatynska (Eds.), *Aktualni problemy ortopedahohiky, ortopsykholohii ta reabilitolohii : Materialy IV Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (pp. 230–232). Aliant [in Ukrainian].

4. Krutii, K. L., & Zdanevych, L. V. (2017). Pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv do roboty z riznymy katehoriiami ditei v umovakh spetsialnoho abilitatsiinoho prostoru [Training future professionals to work with various categories of children in a special habilitation environment]. *Pedahohichni dyskurs*, (22), 76–80 [in Ukrainian].

5. Krymskyi, S. B. (2008). *Pid syhnaturoiu Sofii* [Under the signature of Sophia]. Vydavnychiy dim “Kyievo-Mohylianska akademiia” [in Ukrainian].

6. Kvitko, N. (2021). Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti adaptatsii ta reabilitatsii ditei z obmezhenyimi funktsionalnymi mozhlyvostyami [Socio-psychological features of adaptation and rehabilitation of children with limited functional abilities]. *Pedahohichni nauky: Teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii*, (4) 108, 15–23 [in Ukrainian].

7. Psykholohichna robota z viiskovosluzhbovtsiamy –uchasnykamy boiovykh dii na etapi vidnovlennia [Psychological work with combatants at the stage of recovery]. (2023). Tsentruchbovoiliteratury [in Ukrainian].

8. Savchenko, V. M., Polianychko, O. M., et al. (2024). *Reabilitatsiinyi nabor Mizhnarodnoi klasyfikatsii funktsionuvannia, obmezhennia zhyttiedialnosti ta zdorovia v praktytsi fakhivtsiv iz reabilitatsii: Navchalno-metodychnyi posibnyk* [Rehabilitation set of the ICF in rehabilitation practice]. Kyivskiy stolichnyi universytet im. B. Hrinchenka [in Ukrainian].

9. Varyvoda, Yu. Yu. (2023). Vzaiemozalezhnist sotsialnoi reabilitatsii, sotsialnoi adaptatsii ta sotsialnoi intehtatsii u sferi sotsialnoi roboty [Interdependence of social rehabilitation, adaptation and integration in social work]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu: Seriia: Pedahohika. Sotsialna robota*, (2) 53, 26–29 [in Ukrainian].

10. Verkhovna Rada Ukrainy. (2009). *Pr oratyfikatsiiu Konventsii pro prava osib z invalidnistiu i Fakultatyvnoho protokolu d onei: Zakon Ukrainy vid 16.12.2009 № 1767–VI* [On ratification of the Convention on the Rights of Persons with Disabilities]. Retrieved from: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_g71#Text [in Ukrainian].

11. Verkhovna Rada Ukrainy. (2017). *Pro reabilitatsiiu osib z invalidnistiu v Ukraini: Zakon Ukrainy vid 19.12.2017 № 2249-VIII* [On the rehabilitation of persons with disabilities in Ukraine]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2961-15#Text> [in Ukrainian].
12. Zvierieva, I. D. (Ed.). (2012). *Entsyklopediia dlia fakhivtsiv sotsialnoi sfery* [Encyclopedia for social sphere professionals]. Universum [in Ukrainian].
13. Karlsson, C., Andersson, A. N., Lundqvist, L.-O., & Huus, K. (2025). Participation in the habilitation process, from the perspective of young people. *Scandinavian Journal of Disability Research*, 27 (1), 227–239. Retrieved from: <https://doi.org/10.16993/sjdr.XXX> [in English]
14. Stavrou, A. (n.d.). *Rehabilitation vs habilitation: What's the difference?* MyOTSpot. Retrieved from: <https://www.myotspot.com/rehabilitation-vs-habilitation> [in English]

Biskup V. S.

Candidate of Sociological Sciences,
Associate Professor at the Department of Psychology and Social Work
West Ukrainian National University

**HABILITATION AS A PROCESS OF FORMING NEW SKILLS:
FROM THEORY TO SOCIAL WORK PRACTICE**

The article addresses the issue of clearly distinguishing between the concepts of «habilitation» and «rehabilitation» within the scientific and practical discourse of social work. Attention is drawn to terminological uncertainty, which can negatively affect the quality of social services. Habilitation is considered as a process of forming new skills in individuals who previously lacked them, while rehabilitation is understood as the restoration of lost functions. The article analyzes scientific approaches to defining the seconcepts, examines domestic and international research, and reviews relevant legislative frameworks, including Ukrainian legislation and the United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities. A comparative table of criteria for habilitation and rehabilitation in the context of social work is proposed, covering such as pects as goals, target groups, the role of the social worker, and corresponding methods and approaches.

Four key areas of habilitation are identified: socio-domestic, vocational-labor, value-normative, and transcendental-meaningful – each encompassing the development of new competencies. Emphasis is placed on overcoming anomie through value-normative habilitation.

Key words: habilitation, rehabilitation, social work, areas of habilitation.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.6>

Гальцева Т. О.

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
e-mail: tgaltseva1@gmail.com
ORCID ID: 0000-0001-7447-4776
Researcher ID: ABE-2047-2021

Величко Р. В.

магістр психології, здобувач ступеня доктора філософії,
асистент кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
e-mail: revelichko@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-4242-0033
Researcher ID: AFP-2338-2022

КОНСТРУЮВАННЯ МЕТОДИКИ ВИВЧЕННЯ ІНКРЕМЕНТАЛЬНОСТІ ІМПЛІЦИТНИХ УЯВЛЕНЬ: ПОТЕНЦІАЛ АСОЦІАТИВНОГО ТЕСТУВАННЯ В ЕМПІРИЧНОМУ ДОСЛІДЖЕННІ

У статті розглянуто потенціал психодіагностики як ключової галузі психологічної науки, що забезпечує розробку інструментарію для емпіричного вивчення особистості. Особливу увагу приділено необхідності впровадження нових підходів для дослідження глибинних переконань людини, зокрема такого феномена, як інкрементальність уявлень. На противагу традиційним методам, що часто обмежені усвідомлюваними проявами психіки, запропоновано використовувати асоціативне тестування. Цей підхід дозволяє виявляти латентні когнітивні схеми, які є фундаментом індивідуальної поведінки та мотивації. Метою дослідження було наукове обґрунтування застосування асоціативних тестів для аналізу інкрементальності імпліцитних уявлень особистості. Вихідне припущення полягало в тому, що асоціативні методики здатні розкрити приховані зв'язки та ставлення у свідомості щодо інтерпретації понять інкрементальності (орієнтації на розвиток і зміни) або фіксованості (орієнтації на стабільність і незмінність здібностей). Такий підхід дає змогу сформувати цілісний образ актуальних характеристик особистості в контексті її здатності до трансформацій та розвитку. Дослідження спиралося на історичний контекст асоціативної психології та сучасні концепції, зокрема імпліцитні теорії інтелекту та особистості К. С. Двек. Завданням було не лише розробити нову методику, а й визначити її психометричні основи та діагностичні можливості. У результаті було створено методику вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень (МВІУ), яка ґрунтується на принципах прямого та ланцюгового асоціативного тестування. Її відмінність від опитувальних методик полягає в мінімальній структурованості інструкції, що зменшує вплив контекстуальних обмежень та соціально-рольових приписів, забезпечуючи виявлення автентичних пріоритетів респондентів. У процесі розробки МВІУ був сформований перелік

із 60 слів-стимулів, які відображають дихотомію інкрементальних та фіксованих уявлень, включаючи нейтральні слова для маскування. Отримані асоціативні реакції дозволили виявити ключові слова-маркери, що характеризують інкрементальність/фіксованість імпліцитних уявлень. Впровадження методики проводилося в онлайн-середовищі, де респонденти обирали слова, які здаються їм найбільш привабливими та релевантними. Для обробки результатів був розроблений кількісний показник «Інкрементальність». Проведені розрахунки показали, що методика має високу внутрішню узгодженість та конструктивну валідність, що підтверджує її надійність як діагностичного інструменту.

Ключові слова: особистість, інтелект, здібності, імпліцитні теорії інтелекту та особистості, імпліцитні уявлення, асоціативне тестування, асоціанізм, теорії особистості, психодіагностика, інкрементальність, фіксованість.

Постановка проблеми. Психодіагностика як галузь психологічної науки виконує провідну функцію в розробленні інструментів для емпіричного вивчення особистості. Вона поєднує теоретичні засади з практичними підходами до розпізнавання та оцінювання індивідуально-психологічних характеристик особистості людини. На відміну від інших типів діагностики (медичної, технічної, педагогічної), психодіагностика ґрунтується на специфічному об'єкті – психіці людини – і використовує методи, що дозволяють вивчати як свідомі, так і імпліцитні уявлення. У цьому контексті актуальним постає завдання розробки нових підходів до дослідження глибинних переконань особистості, зокрема інкрементальності уявлень. Одним із потенційних інструментів для цього є асоціативне тестування, здатне виявляти латентні когнітивні схеми, що формують індивідуальну поведінку та мотивацію.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На початковому етапі звернімося до історичного контексту та фундаментальних положень асоціативної психології. У науково-психологічний дискурс поняття «асоціація» вводиться як відносно елементарний, проте універсальний механізм генезису та інтеріоризації досвіду.

З плином часу зазначене поняття набуває центрального значення в концептуалізації ключових психічних процесів, охоплюючи спектр від сенсорних відчуттів до когнітивної діяльності. Новаторське вчення, що ґрунтується на принципах асоціації, має назву «асоціанізм».

Асоціанізм у своєму розвитку пройшов кілька важливих етапів [3].

1. Ранній емпіричний асоціанізм (XVII–XVIII століття), що пов'язаний з іменами британських емпіриків, таких як Дж. Локк [10], Д. Юм [9], Дж. Берклі [5].

2. Класичний асоціанізм (XIX століття), що характеризується більш систематичним розвитком теорії асоціацій. Ключовими постатями є Д. Гартлі [8], Дж. С. Мілль [11], А. Бен [4].

3. Асоціативна психологія наприкінці XIX – на початку XX століття, що представлена такими вченими, як Г. Еббінгауз [7], Е. Л. Торндайк [12].

4. Хоча в чистому вигляді асоціанізм як домінуюча психологічна школа відійшов у минуле, його ідеї продовжують впливати на сучасну психологію. Принципи асоціативного навчання лежать в основі багатьох теорій навчання, пам'яті,

формування ставлень та навіть деяких аспектів когнітивної психології та нейронаук.

Зупинимося коротко на ключових засадах асоціативної психології. У контексті пояснення складних психічних процесів вирішальне значення мають чотири основні чинники, що визначають динаміку перебігу уявлень в індивідуальній психіці:

- 1) асоціативна спорідненість;
- 2) яскравість образів спогадів;
- 3) емоційне забарвлення уявлень (чуттєвий тон);
- 4) констеляція уявлень.

Наступний крок зробимо в напрямі розуміння інкрементальності імпліцитних уявлень, феномена, який конструюється та описується за аналогією з імпліцитними теоріями інтелекту та особистості К. С. Двек.

Згідно з концепцією дослідниці, імпліцитна теорія особистості репрезентує собою дихотомію між імпліцитною теорією константної особистості (що передбачає сталість особистісних характеристик) та імпліцитною теорією збагачуваної особистості (яка постулює можливість розвитку особистісних характеристик) [1; 6].

У своїх дослідженнях, присвячених регуляції навчального процесу, К. С. Двек диференціювала два типи імпліцитних теорій інтелекту: теорію константного інтелекту, також відому як теорія «заданості» (entity theories), та інкрементальну теорію, або теорію «наращення» (incremental theories). Індивіди, що поділяють константну імпліцитну теорію, розглядають інтелект як стабільну та незмінну властивість, яка не підлягає фіксації чи контролю. На противагу цьому прихильники інкрементальної імпліцитної теорії вважають інтелект динамічною характеристикою, яка є цілком здатною до вдосконалення та збагачення протягом життєвого шляху.

Українські дослідниці М. А. Салюк та І. Ф. Аршава розглядають імпліцитні теорії як індивідуальні когнітивні схеми, основне призначення яких полягає у формуванні цілісної картини світу [1].

Науковиця В. В. Горбунова визначає імпліцитні теорії як суб'єктивні пояснювальні схеми, що являють собою характерні та специфічні уявлення про себе та навколишній світ, яким притаманні плануюча та антиципаційна функції [2].

Отже, імпліцитні теорії інтелекту та особистості – це своєрідна система індивідуальних і суб'єктивних переконань людини про власний інтелект і власну особистість.

Виходячи з усталених розумінь про імпліцитні теорії, ми дійшли такого формулювання: імпліцитні уявлення – це глибоко вкорінені, індивідуальні, часто неусвідомлювані когнітивні конструкції, які формують особистісне бачення себе, інших людей і світу загалом. Вони є частиною внутрішньої системи переконань і впливають на інтерпретацію подій, прийняття рішень, емоційні реакції та пове-

дінкові стратегії. Водночас інкрементальні імпліцитні уявлення – це глибоко особистісні переконання людини про те, що її інтелектуальні, особистісні та поведінкові характеристики є змінними, гнучкими й такими, що підлягають розвитку. Це поняття протиставляється фіксованим імпліцитним уявленням, згідно з якими здібності є сталими й мало піддаються зміні.

Таким чином, **мета** статті полягає у необхідності обґрунтування можливості використання асоціативних тестів для вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень особистості.

Ми виходили з припущення, що асоціативна методика дозволяє вивчити приховані зв'язки та ставлення у свідомості людини щодо інтерпретації понять інкрементальності або фіксованості, що, своєю чергою, дає можливість сформулювати інтегрований образ актуальних характеристик особистості в конкретній зоні реальності, а саме у контексті її здатності до змін, розвитку або ж орієнтації на стабільність і фіксовані здібності. Таким чином, асоціативна методика відкриває перспективу вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень у сконцентрованій, непрямій, але інформативній формі.

Завдання дослідження:

- розробити методику вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень, визначити її психометричні основи;
- провести вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень особистості, виявити діагностичні можливості методики.

Методологічна база дослідження: теоретико-методологічний аналіз філософської, соціологічної та психолого-педагогічної літератури, а також реалізація принципу єдності свідомості та діяльності, принципу детермінізму.

Методи дослідження: аналітичні, діагностичні, статистичні методи обробки результатів.

Практична значущість полягає в розробленні та впровадженні асоціативного тесту для вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень.

Результати дослідження. Експериментальною базою дослідження стали 90 респондентів (громадяни України, різної статі, взяті у пропорції 1:1, віку, статусу та освітнього рівня, усі мешканці міст України). Початкове дослідження виконувалося протягом 2023–2024 рр., подальший збір матеріалу та його обробка здійснювалися у 2024–2025 рр.

Ґрунтуючись на представленому, дослідження інкрементальності імпліцитних уявлень здійснюється за допомогою процедури, що базується на принципах прямого та ланцюгового асоціативного тесту.

Асоціативні дослідження спрямовані на ідентифікацію зв'язків між лінгвістичними одиницями (або візуальними репрезентаціями, експресивними засобами, семіотичними знаками, колористичними рішеннями, аудіальними стимулами тощо). У зв'язку з цим інструкція в асоціативному тестуванні може бути сформульована з високим ступенем невизначеності. Забезпечення мінімальної струк-

турованості інструкції дозволяє елімінувати вплив контекстуальних обмежень або соціально-рольових приписів, характерних для опитувальних методів, що сприяє виявленню автентичних пріоритетів досліджуваних. Такий підхід мінімізує артефакт «заданої гіпотетичної ситуації», який є невід’ємним складником досліджень, що використовують конкретні опитувальні інструменти. Отримані в результаті асоціативних досліджень дані відображають наявні когнітивні зв’язки між концептами, символічними системами, візуальними образами тощо.

Асоціативне тестування може бути інтегроване у комплекс діагностичних методик, спрямованих на оцінку особистісних характеристик. У контексті дослідження етіології певних проблемних станів застосування асоціативного тесту сприяє формуванню цілісного уявлення про актуальні труднощі індивіда, одночасно виявляючи його стереотипні поведінкові патерни.

Окрім цього, відповідно до концепції К. Г. Юнга, асоціативний тест дає можливість отримати додаткову інформацію, компенсуючи недостатність усвідомлюваних даних шляхом опосередкованого дослідження несвідомих психічних процесів.

Організація і процедура дослідження. Спочатку випробовуваним (10 осіб, здобувачі вищої освіти Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара) пред’являли 4 слова-стимули: «Стабільність», «Розвиток», «Стійкість», «Зміна». Цей дихотомічний набір найкращим чином відображає простір інкрементальних або фіксованих імпліцитних уявлень. На ці ключові для інкрементальності та фіксованості слова-стимули кожен випробовуваний записував по 10 асоціативних реакцій. Потім вже на ці 10 слів-реакцій знову пропонувалося записати 10 будь-яких слів, що спали на думку.

Кількість отриманих асоціацій була неоднаковою в асоціативних полях: «стабільність» – 182, «розвиток» – 209, «стійкість» – 204, «зміна» – 116. В асоціативному полі на слова «стабільність», «розвиток» та «стійкість» утворилося більше «гнізд» і більше однакових слів-асоціацій: 182, 209 та 204 відповідно.

Отримані результати представлені в табл. 1.

Далі з усього масиву слів, що представляють реакції на слова-стимули «стабільність-стійкість», було відібрано найбільш характерні, однозначно трактовані всіма випробовуваними слова-реакції.

З усього масиву слів, що представляють реакції на слова-стимули «розвиток-зміна», було відібрано найбільш характерні, однозначно трактовані всіма випробовуваними слова-реакції. До них ми віднесли:

Формування – 26, рух вперед – 25, динаміка – 25, становлення – 22, прогрес – 21, оновлення – 20, зміна – 17, наполегливість – 13, розвиток – 19, розширення знань – 11, імпровізація – 11, завзятість – 11, розширення можливостей – 9, мотивація – 14, розширення горизонтів – 7, безупинність – 7, мінливість – 6, продовження руху – 7, безмежжя – 6, різноманітність – 6, саморозвиток – 6, випадковість – 6, спонтанність – 4, процес – 4, зусилля – 4, вдосконалення – 3,

нарощування потенціалу – 2, стихійність – 3, покращення результатів – 3, несподіваність – 3, зусилля – 2, інакше, нове, інновація, інакший, свіжість, новизна, новітній, змінений, інакшість.

Таблиця 1

Зіставлення слів-стимулів та отриманих асоціативних реакцій

Слова-стимули	Слова – асоціативні реакції
Стабільність	Спокій – 10, фіксованість – 10, усталеність – 10, узгодженість – 10, стійкість – 9, обмеження – 9, сталість – 9, надійність – 9, постійність – 8, константність – 8, дисципліна – 8, закріпленість – 7, стриманість – 7, поміркованість – 7, локалізація – 7, рівномірність – 5, передбачуваність – 5, унікальність – 5, звичність – 5, первозданність – 4, непохитність – 4, послідовність – 4, заданість – 4, результат – 3, фундаментальність – 2, відсутність змін – 2, порядок, тиша, традиція, витримка, непорушність, результативність, звичка, незмінність, безпека, логіка, вірність.
Розвиток	Формування – 16, рух вперед – 15, динаміка – 15, мотивація – 13, становлення – 12, прогрес – 11, оновлення – 10, наполегливість – 10, імпровізація – 10, завзятість – 9, розвиток – 9, розширення знань – 8, розширення можливостей – 7, зміна – 7, безупинність – 6, мінливість – 6, продовження руху – 5, розширення горизонтів – 5, безмежжя – 5, різноманітність – 5, саморозвиток – 4, випадковість – 4, спонтанність – 4, процес – 3, зусилля – 2, вдосконалення – 2, нарощування потенціалу – 2, покращення результатів – 2, несподіваність – 2, стихійність – 2, інакше, нове, інновація, інакший.
Стійкість	Локалізація – 10, непохитність – 10, заданість – 9, рівномірність – 9, фіксованість – 8, відсутність змін – 8, непорушність – 8, звичність – 8, послідовність – 8, узгодженість – 7, результат – 7, стриманість – 7, усталеність – 7, закріпленість – 6, незмінність – 6, впорядкованість – 6, стійкість – 6, дисципліна – 6, надійність – 6, результативність – 6, спокій – 6, унікальність – 6, константність – 6, обмеження – 5, постійність – 5, первозданність – 5, передбачуваність – 5, поміркованість – 4, сталість – 4, фундаментальність – 4, традиційність, інертність, рамки, консерватизм, справедливність, чіткість, сканування, нерухомість, консервація, структура, структурованість, нормованість.
Зміна	Рух вперед – 10, формування – 10, зміна – 10, динаміка – 10, оновлення – 10, становлення – 10, прогрес – 10, розвиток – 10, наполегливість – 3, розширення знань – 3, завзятість – 2, продовження руху – 2, розширення горизонтів – 2, розширення можливостей – 2, саморозвиток – 2, випадковість – 2, безупинність, стихійність, безмежжя, імпровізація, мотивація, різноманітність, вдосконалення, процес, свіжість, новизна, новітній, змінений, покращення результатів, несподіваність, зусилля, спонтанність, нарощування потенціалу, інакшість.

Було відібрано найпоширеніші та змістовно навантажені слова-відповіді, що характеризують інкрементальність/фіксованість імпліцитних уявлень особистості людини.

Таким чином, було отримано новий діагностичний інструмент, що дозволяє досить швидко й точно вимірювати інкрементальність імпліцитних уявлень особистості і при цьому вільний від обмежень опитувальних методик. До нього увійшли 60 слів, що дозволяють виявити особливості інкрементальності імпліцитних уявлень. 10 слів у запропонованому наборі мають нейтральний характер, 25 слів забарвлені інкрементально, ще 25 – фіксовано. Однак, згідно з результа-

тами попереднього етапу, усі слова віднесено до різних полюсів – інкрементального або фіксованого. Нейтральні слова мають «зашумлюючий» характер.

Отримана методика дістала назву: **методика вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень (МВІУ)**. Далі різним групам досліджуваних пред'являлася сконструйована методика.

Технічні нотатки щодо проведення МВІУ

Місце проведення тестування: онлайн-середовище з використанням платформи Google Forms (орієнтовна тривалість: 15–20 хвилин).

Матеріал: список із 60 словами-стимулами.

Інструкція. Серед запропонованих слів оберіть ті, які здаються Вам більш привабливими та мають відношення до Вас та Вашої реальності.

Стійкість	Зміна
Сталість	Рух вперед
Незмінність	Формування
Константність	Динаміка
Постійність	Вдосконалення
Результат	Процес
Непохитність	Оновлення
Спокій	Становлення
Непорушність	Саморозвиток
Узгодженість	Розширення знань
Рівномірність	Нарощування потенціалу
Фіксованість	Покращення результатів
Усталеність	Продовження руху
Відсутність змін	Розширення горизонтів
Результативність	Розширення можливостей
Закріпленість	Завзятість
Обмеження	Наполегливість
Первозданність	Прогрес
Фундаментальність	Зусилля
Послідовність	Розвиток
Впорядкованість	Стихійність
Локалізація	Безмежжя
Стриманість	Безупинність
Звичність	Несподіваність
Передбачуваність	Випадковість
Надійність	Мінливість
Поміркованість	Спонтанність
Заданість	Імпровізація
Дисципліна	Мотивація
Унікальність	Різноманітність

Обробка результатів

Ключ до методики вивчення інкрементальності імпліцитних уявлень: згідно з ключем методики, усі слова поділяються на дві рівні групи інкрементальної та фіксованої спрямованості.

Інкрементальні імпліцитні уявлення передбачають схильність уявляти труднощі як можливості для зростання, бути наполегливим перед невдачами та більше цінувати процес навчання, ніж кінцевий результат. Слова фіксованої спрямованості передбачають схильність уникати складних завдань, боятися виглядати некомпетентними, легко відступати перед труднощами та бути більше орієнтованими на демонстрацію своїх «вроджених» здібностей, ніж на їх розвиток.

Кінцевий параметр, що підраховується, називається «Інкрементальність» і обчислюється за такою формулою: $I = A / (A + B)$, де I – інкрементальність; A – кількість відповідей інкрементальної спрямованості, обраних досліджуваним; B – кількість обраних досліджуваним відповідей фіксованої спрямованості.

Максимальне значення «1» відображає високий рівень інкрементальної спрямованості імпліцитних уявлень досліджуваного, характеризуючи його як особистість, яка вірить у можливість розвитку та вдосконалення своїх здібностей і якостей. Мінімальне значення «0» відповідає низькому рівню інкрементальної (або, іншими словами, максимальному рівню фіксованої) спрямованості імпліцитних уявлень досліджуваного, що свідчить про його схильність вважати свої здібності та якості сталими й незмінними. Тоді амбівалентність імпліцитних уявлень у цьому контексті, ймовірно, відображатиме стан, коли людина одночасно має суперечливі або змішані імпліцитні уявлення щодо можливості розвитку своїх здібностей та якостей. Іншими словами, амбівалентна людина може в одних ситуаціях або стосовно одних своїх якостей вірити в можливість їхнього розвитку (тяжити до «1»), а в інших ситуаціях або щодо інших своїх якостей вважати їх сталими та незмінними (тяжити до «0»).

Внутрішня узгодженість пунктів МВПУ оцінювалася за допомогою критерію α Кронбаха та варіювалася в незначних межах, досягаючи максимального значення, що дорівнює 0,794.

Результати застосування критерію Колмогорова-Смірнова для оцінки відповідності емпіричного розподілу вибірки теоретичному нормальному розподілу показали, що статистично значущих відмінностей між ними не виявлено ($d = 0,083$; $p = 0,165$ при рівні значущості $\alpha = 0,05$).

Таблиця 2

Результати, отримані за МВПУ

Рівні	Типологія спрямованості імпліцитних уявлень	Середнє значення у групі, бали	Частотність, %
Низький	Фіксованість імпліцитних уявлень	до 0,43	14
Середній	Амбівалентність імпліцитних уявлень	0,43–0,77	72
Високий	Інкрементальність імпліцитних уявлень	0,77–1	13

Отже, на основі отриманих дескриптивних статистик, а саме середнього арифметичного значення, що становить 0,60, та стандартного відхилення, яке дорівнює 0,17, ми можемо перейти до процедури розробки стандартизованих нор-

мативних показників для методики визначення інкрементальності імпліцитних уявлень (МВІУ) (табл. 2).

Крім того, методику вивчення соціальної ідентичності перевіряли на конструктивну валідність шляхом співвіднесення її результатів з даними, отриманими за методиками «Опитувальник імпліцитних теорій і цілей навчання К. Двек (у модифікації Т. В. Корнілової та С. Д. Смірної)» та «Опитувальник на визначення домінуючої установки особистості на успіх» К. Двек (в адаптації Н. А. Тертичної, Д. С. Цибенко). Кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта Пірсона показав взаємозв'язки, представлені в табл. 3, 4.

Як видно з таблиці 3, існує додатній кореляційний взаємозв'язок між показником інкрементальності МВІУ та шкалою прийняття теорії нарощуваного інтелекту ($\rho = 0,213^*$, $p < 0,05$), а також між показником інкрементальності МВІУ та шкалою прийняття теорії «збагачуваної» особистості ($\rho = 0,235^*$, $p < 0,05$).

Таблиця 3

Значення коефіцієнтів кореляції Пірсона між показниками МВІУ та показниками методики К. Двек «Опитувальник імпліцитних теорій і цілей навчання» (у модифікації Т. В. Корнілової та С. Д. Смірної)

№	Показник МВІУ	Показники методики К. Двек	Кореляції
1.	Інкрементальність	Прийняття теорії «нарощуваного» інтелекту	0,213*
2.	Інкрементальність	Прийняття теорії «збагачуваної» особистості	0,235*

Примітка: ** – рівень значущості $p < 0,01$; * – рівень значущості $p < 0,05$.

Таблиця 4

Значення коефіцієнтів кореляції Пірсона між показниками МВІУ та показниками методики К. Двек «Опитувальник на визначення домінуючої установки особистості на успіх» (в адаптації Н. А. Тертичної, Д. С. Цибенко)

№	Показник МВІУ	Показник методики К. Двек	Кореляції
1.	Інкрементальність	Домінуюча установка на успіх	-0,333**

Примітка: ** – рівень значущості $p < 0,01$; * – рівень значущості $p < 0,05$.

Як видно з таблиці 4, виявлено від'ємний кореляційний взаємозв'язок показника МВІУ з показником домінуючої установки особистості на успіх за методикою «Опитувальник на визначення домінуючої установки особистості на успіх» (в адаптації Н. А. Тертичної, Д. С. Цибенко), і він є достовірним ($\rho = -0,333^{**}$, $p < 0,01$).

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Отже, методика визначення інкрементальності імпліцитних уявлень особистості є надійним і валідним діагностичним інструментом, що дозволяє використовувати її в практичній психодіагностичній роботі.

Список використаних джерел і літератури

1. Аршава І. Ф., Салюк М. А. Імплицитні теорії інтелекту та особистості як предиктори психологічного благополуччя і оптимізму. *Journal of Psychology Research*. 2019. № 25 (8). С. 10–20.
2. Горбунова В. В. Проблеми дослідження імплицитних теорій. *Соціальна психологія*. 2008. № 30 (4). С. 17–28.
3. Історія психології: від античності до початку XX століття : навчальний посібник / авт-уклад. О. П. Коханова. Київ : НВП «Інтерсервіс», 2016. 235 с.
4. Bain A. The emotions and the will. 1878. New York : D. Appleton & Company. 604 p.
5. Berkeley G., McCormack T. J. A Treatise Concerning the Principles of Human Knowledge. Illustrated, reprinted ed. Dover philosophical classics. 2003. New York : Oxford Philosophical Texts Series. Courier Corporation. 128 p.
6. Dweck C. S., Leggett E. L. A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*. 1988. № 95 (2). P. 256.
7. Ebbinghaus H. Über das Gedächtnis: Untersuchungen zur experimentellen Psychologie. 1885. Leipzig : Duncker & Humblot. 169 s.
8. Hartley D. Observations on Man: His Frame, His Duty, and His Expectations. *History of psychology series, Scholars' Facsimiles & Reprints*. 1966. P. 1040.
9. Hume D. A Treatise of Human Nature / Ed. by Sir L. A. Selby-Bigge. 1975. Oxford : Microbook library of English literature. Clarendon Press. P. 709.
10. Locke J. An Essay Concerning Humane Understanding. In Four Books. 1st ed. 1690. London : Printed by Eliz[abeth] Holt, for Thomas Basset, at the George in Fleetstreet, near St. Dunstan's Church. 404 p.
11. Mill J. S. A System of Logic, Ratiocinative and Inductive: Being a Connected View of the Principles of Evidence, and Methods of Scientific Investigation. 1843. Vol. 1. Oxford : J. W. Parker. P. 624.
12. Thorndike E. L. Animal intelligence: An experimental study of the associative processes in animals. *Psychological Review: Monograph Supplements*. 1898. № 2 (4). P. 109.

References

1. Arshava, I. F., & Saliuk, M. A. (2019). Implitsytni teorii intelektu ta osobystosti yak predyktory psykholohichnoho blahopoluchchia i optymizmu [Implicit theories of intelligence and personality as predictors of psychological well-being and optimism]. *Journal of Psychology Research*, 25 (8), 10–20 [in Ukrainian].
2. Horbunova, V. V. (2008). Problemy doslidzhennia implitsytnykh teorii [Problems of research of implicit theories]. *Sotsialna psykholohiia*, 30 (4), 17–28 [in Ukrainian].
3. Kokhanova, O. P. (2016). Istoriia psykholohii: vid antychnosti do pochatku XX stolittia: navch. posibnyk [History of psychology: from antiquity to the beginning of the XX century: textbook]. NVP "Interservis" [in Ukrainian].
4. Bain, A. (1876). Elements of psychology. D. Appleton and Company [in English].
5. Berkeley, G., & McCormack, T. J. (2003). A Treatise Concerning the Principles of Human Knowledge. *Courier Corporation* [in English].
6. Dweck, C. S., & Leggett, E. L. (1988). A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*, 95 (2), 256 [in English].
7. Ebbinghaus, H. (1885). Über das Gedächtnis: Untersuchungen zur experimentellen Psychologie [On Memory: Investigations into Experimental Psychology]. *Duncker & Humblot* [in Deutsch].
8. Hartley, D. (1966). Observations on Man: His Frame, His Duty, and His Expectations. *Scholars' Facsimiles & Reprints* [in English].
9. Hume, D. (1975). A Treatise of Human Nature. Clarendon Press [in English].

10. Locke, J. (1690). An Essay Concerning Humane Understanding. In Four Books. London: Printed by Eliz. Holt, for Thomas Basset [in English].

11. Mill, J. S. (1843). A System of Logic, Ratiocinative and Inductive: Being a Connected View of the Principles of Evidence, and Methods of Scientific Investigation. Vol. 1. J. W. Parker [in English].

12. Thorndike, E. L. (1898). Animal intelligence: An experimental study of the associative processes in animals. *Psychological Review: Monograph Supplements*, 2 (4), 109 [in English].

Galtseva T. O.

Doctor of Psychology, Professor,
Professor at the Department of General and Social Psychology
Oles Honchar Dnipro National University

Velychko R. V.

Master of Psychology, PhD candidate,
Assistant at the Department of General and Social Psychology
Oles Honchar Dnipro National University

**DESIGNING A METHODOLOGY FOR STUDYING THE
INCREMENTAL NATURE OF IMPLICIT REPRESENTATIONS:
THE POTENTIAL OF ASSOCIATION TESTING
IN EMPIRICAL RESEARCH**

The article discusses the potential of psychodiagnostics as a key branch of psychological science, which provides the development of tools for the empirical study of personality. Particular attention is paid to the need to introduce new approaches to the study of deep human beliefs, in particular, the phenomenon of incrementalism. As opposed to traditional methods, which are often limited to the conscious manifestations of the psyche, it is proposed to use associative testing. This approach allows to identify latent cognitive schemes that are the basis of individual behavior and motivation. The purpose of the study was to provide a scientific justification for the use of association tests to analyze the incremental nature of implicit representations of a person. The initial assumption was that associative techniques are able to reveal hidden connections and attitudes in the mind regarding the interpretation of the concepts of incrementality (focus on development and change) or fixity (focus on stability and unchanging abilities). This approach makes it possible to form a holistic image of the actual characteristics of a person in the context of his or her ability to transform and develop. The study was based on the historical context of associative psychology and modern concepts, in particular, the implicit theories of intelligence and personality of C. S. Dweck. The task was not only to develop a new methodology, but also to determine its psychometric foundations and diagnostic capabilities. As a result, the methodology for studying the incrementality of implicit representations (MSIIR) was created, which is based on the principles of direct and chain association testing. Its difference from survey methods is the minimal structure of the instructions, which reduces the impact of contextual constraints and social-role prescriptions, ensuring the identification of respondents' authentic priorities. In the course of developing the MSIIR, a list of 60 stimulus words was compiled that reflect the dichotomy of incremental and fixed perceptions, including neutral words for masking. The resulting associative reactions allowed us to identify key marker words characterizing the incremental-fixed nature of implicit representations. The methodology was implemented in an online environment, where

respondents chose the words that seemed most attractive and relevant to them. To process the results, a quantitative indicator “Incrementality” was developed. The calculations showed that the methodology has high internal consistency and construct validity, which confirms its reliability as a diagnostic tool.

Key words: personality, intelligence, abilities, implicit theories of intelligence and personality, implicit representations, association testing, associationism, personality theories, psychodiagnostics, incrementality, fixity.

УДК 159.923.2:329

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.7>

Гальцева Т. О.

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
e-mail: tgaltseva1@gmail.com
ORCID ID: 0000-0001-7447-4776
Researcher ID: ABE-2047-2021

Телегіна О. Л.

здобувач ступеня доктора філософії,
кафедра загальної та соціальної психології
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
e-mail: oleksandratieliehina@gmail.com
ORCID ID: 0009-0005-5489-8965
Researcher ID: NQE-6138-2025

ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ ПРОФЕСІЙНОГО ЖІНОЧОГО ЛІДЕРСТВА: РОЛЬ СОРОМУ В ПІДТРИМАННІ ГЕНДЕРНОЇ НЕРІВНОСТІ

Статтю присвячено огляду теоретичних підходів до розуміння поняття «сором», причин його виникнення та етапів формування як в онтогенетичному розвитку особистості, так і в філогенезі людства загалом. Особливу увагу зосереджено на маніпулятивному потенціалі сорому, що реалізується через несвідоме підпорядкування соціальним правилам і нормам, колективно інтерналізованим у процесі еволюції, але таким, що втратили свою актуальність у сучасному суспільстві. Обґрунтовано положення про те, що сором, виконуючи функцію соціального контролю, виступає ефективним механізмом стримування жінок на шляху до і в середині професійного лідерства. Це зумовлено тим, що сам феномен лідерства суспільство анахронічно асоціює з чоловічою статтю. У статті проаналізовано прояви структурних та міжособистісних гендерних бар'єрів, таких як ефект «дірявої труби», «скляна стеля», токенізм і феномен «королеви бджіл». Розкрито тіньову роль сорому в кожному з цих явищ та проілюстровано їх послідовну взаємодію в процесі професійної самореалізації жінки-лідера. Показано, що сором функціонує не лише як зовнішній обмежувач у формі соціального осуду й публічного присоромлення жінок за прагнення до влади – як до стереотипно маскулінного явища, – але й як внутрішній регулятор поведінки через переконання: «я не маю права тут бути». Таким чином, сором постає як багаторівнева соціопсихологічна конструкція, що підтримує патріархальні моделі влади шляхом гальмування жіночої реалізації у сфері лідерства

Ключові слова: бар'єр професійної самореалізації, гендерна нерівність, жінка-лідер, сором, соціальний контроль, «скляна стеля», ефект «дірявої труби», токенізм, «королева бджіл».

Постановка проблеми. Вже понад п'ятдесяти років існування бар'єрів професійної реалізації жінок є не лише беззаперечно визнаним фактом, а й об'єктом дослідницької зацікавленості представників різних наук гуманітарної сфери. Дослідження гендерної дискримінації, спрямовані на пошук причин існування та способів подолання перешкод на шляху жіночого лідерства, базуються на вивченні прояву структурної та економічної нерівності і культурних стереотипів щодо жінок, як на ринку праці загалом, так і в управлінських ролях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання, розглянуті в даній статті, описані на основі вивчення робіт таких іноземних та вітчизняних науковців, як-от: Дж. Альпер, Б. Браун, С. Вілсон С.М. Гарсія, К. Голдберг, Т.Е. Джайаранте, Е. Еріксон, Р. Ерскін, Ф. Інгліш, Р.М. Кантер, Г. Кауфман, Г. Лінд, Х.Б. Льюїс, Г. Стайнсом, К. Тревісом К.Дж. Ханек, Л. Ціммер, В. Шейн, Л.Д. Заграй, Л.М. Карамушка, І.І. Рекуненко та інших.

Метою статті є теоретичний аналіз змісту поняття «сором» у психологічній літературі та ролі соціального контролю, що він відіграє у професійному житті жінки, яка претендує на лідерські позиції та заявляє свої права на таке стереотипно-маскулінне явище як влада.

Результати дослідження. Існування бар'єрів професійного жіночого лідерства визнано по всьому світу на урядовому рівні. Опублікований у березні 2025 року огляд дослідження Міжнародної організації праці, присвячений жінкам в бізнесі та менеджменті, свідчить, що глобальний рівень зайнятості (показник працюючих представників на 100% гендерної групи) становить: 48,8% для жінок порівняно з 72,9% для чоловіків. Це висвітлює суттєвий розрив у можливостях доступу до формування робочої сили у майже 24% та підкреслює поточні проблеми у досягненні економічної гендерної рівності в усьому світі [19; 21]. Але порівняння жінок і чоловіків на керівних посадах, яку наведено у таблиці 1, виглядає навіть більш драматично.

Таблиця 1

Глобальна репрезентація гендерної структури керівних посад (2025)

Рівень керівництва	Жінки	Чоловіки
Молодший менеджмент	13%	87%
Топ менеджмент	5%	95%
Усі рівні	~30%	~70%

Дані статистики свідчать про суттєвий, майже семикратний розрив навіть серед молодшого менеджменту. На рівні керівників вищої ланки, ми бачимо, що лише кожна двадцята людина є жінкою [20]. Таким чином, складаючи близько половини світової робочої сили (у співвідношенні до кількості робочих місць), жінки історично недостатньо представлені на кожному етапі керівної ієрархії. Цей тренд наглядно ілюструє ефект «дірватої труби» (буквально «Leaky pipeline») – метафора, яка з 1980-х років використовується для описання поступового вибування

жінок із професійної траєкторії на різних етапах просування в кар'єрі, зокрема у сфері топ-менеджменту [6]. Жінки у великій кількості виходять на ринок праці, але на вищих кар'єрних сходинках їх відфільтровують через структурні, соціально-психологічні, організаційні, культурні, економічні бар'єри, тощо.

Загальноновизнаним терміном, що описує перешкоди для просування жінок на керівні посади, незважаючи на їх кваліфікації та досягнення, є «Скляна стеля», серед проявів існування якої виокремлюють культурні стереотипи сприйняття жінок як лідерів, нерівність в оплаті праці, а також соціальних вимогах, пов'язаних із поєднанням кар'єри і сімейних обов'язків [4]. Деякі автори визнають, що бар'єри можуть бути тоншими і не обов'язково непроникними, а більш схожими на «лабіринт» – де упередження та дискримінація часто утримують найвищі ешелони організаційної влади, недоступними для жінок чи, принаймні, ускладнюють їх досягнення [17].

Частково це відбувається через дію стійкого стереотипу, який асоціює процес управління з чоловічою статтю. Конкретний образ ідеального менеджера різниться залежно від культури, проте, скрізь він надає перевагу характеристикам, що асоціюються переважно з чоловіками [25].

Жінки недостатньо представлені у владі та є менш бажаними кандидатками на лідерські позиції не тільки через свої фемінні характеристики. Дослідження показали, що вони сприймаються менш позитивно на керівних посадах і оцінюються більш негативно саме через впровадження в свою поведінку нормативних стереотипів чоловічого лідерства. Зокрема, у ряді досліджень було показано, що успіх у виконанні завдань або робочих проєктів, які сприймаються як гендерно невідповідні, викликає меншу симпатію та більшу неприязнь з боку оцінювачів для жінок та меншу повагу до чоловіків, незважаючи на продемонстровану ними компетентність. Ці негативні оцінки призводять до організаційних наслідків, таких, як нижча можливість просування по службі та менша винагорода праці. З огляду на те, що керівні посади є стереотипно чоловічими, описаний феномен може допомогти додатково пояснити повільне просування жінок в організаціях та нижчу оплату праці. Таким чином, демонстрація соціально підкріпленої стереотипної поведінки зумовленої статтю, зухвале порушення встановлених гендерних норм, веде до впровадження соціальних санкцій та негативної реакції суспільства [17].

Одним з найефективніших механізмів прояву суспільного осуду, що виконує регулятивну функцію є сором. Згідно Браун Б., Інґліш Ф., Креспелл І., сором є базовою соціальною емоцією, що виникає у відповідь на реальне або уявне засудження з боку інших та супроводжується не лише внутрішнім переживанням «невідповідності» поведінки людини соціальним нормам чи очікуванням, а й психосоматичними проявами, як то реакція почервоніння шкіри чи пришвидшене серцебиття, що робить сором унікальним явищем, притаманним лише людині [8; 9; 12; 13].

На думку З. Фрейда, сором являє собою інтерналізацію певного негативного погляду на себе впливовими іншими: спочатку батьками, а потім, згодом, суспільством. Він виникає в процесі еволюції через бажання приховати та захистити геніталії, які раніше були скриті, тобто приховати частини себе від інших через страх бути засудженим або знищеним [13]. Зарубіжні психологи М. Баш надавав сорому значне місце в психоаналітичній теорії, порівнюючи сором із болючим захисним маневром, який кладе край самовираженню або очікуванням; К. Голдберг наголошував на захисній функції сорому, визначаючи його як самотній досвід, що слугує засобом самозахисту; Г. Кауфман писав, що на феноменологічному рівні – це як відчувати себе сприйнятим з болісним відчуттям недооцінки. Дослідниця С. Вілсон описувала сором як сильне відчуття унікальної та безнадійної відмінності, сприйняття себе принизливим від інших людей [15]. Таким чином науковці вважають, що з сексуальним підтекстом чи без нього, такі притаманні сорому прояви як почервоніння, бажання сховатись, зменшитися та закритись, які часто можливо описати метафорою «провалитися крізь землю», безумовно відповідають відчуттю небезпечного оголення [12; 13] та ілюструють ключову функцію сорому – захисну.

На думку Інґліш Ф., потреба в захисті виникає внаслідок переживання почуття страху через реальну або уявну загрозу життю. Як в онто-, так і в філогенезі факт залишення батьками чи виключення з соціуму дорівнює фактичній смерті. Інформація про це збережена в нашій генетичній пам'яті і формує основу страху бути вилученим з групи через свою відмінність чи невідповідність її стандартам та нормам [13].

У своїх дослідженнях феномену сорому Р. Ерскін приходить до висновків, що це є своєрідний процес самозахисту, який полягає в униканні емоцій, що виникають внаслідок приниження та ведуть до відчуття втрати довіри до себе та оточуючих [15; 16]. На переконання Х.Б. Льюїс, приниження дитини супроводжується придушенням гніву через страх втратити стосунки, переживанням смутку через неприйняття та зниження самооцінки внаслідок внутрішньої згоди на приниження – усе це зрештою переходить у афект сорому [15].

Але чому дорослі люди, в умовах, що не загрожують життю або реальному виключенню з групи, інстинктивно обирають «дитячу» форму реагування на деякі події? Відповідь на це питання можна знайти в концепції розвитку людини Е. Еріксона, яка зображує життєвий цикл у вигляді восьми послідовних стадій визначаючи, що схильність до сорому виникає приблизно на стадії двох–трьох років, тобто, достатньо рано в онтогенезі, тоді як, наприклад, здатність до почуття провини з'являється лише через кілька років, коли дитина вже може (хоч і неточно) розрізняти правильне і неправильне, формулюючи свої розмірковування в речення [8; 9; 12–14; 18; 24]. Саме через те, що сором виникає так рано в процесі соціального розвитку індивіда, його вплив спрямований не на дії, як почуття провини, а на саму особистість формуючи рішення про себе

«я поганий/-на». А зроблені з урахуванням сорому висновки про виживання, набагато важче піддаються змінам, бо є більш примітивними, органічними, неформальними та невербальними, пише Інґліш Ф. [13].

Описуючи сором як ціну, що платить дитина, засвоюючи певний сигнал контролю від своєї родини та культури, дослідниця зазначає, що саме через акт присоромлення відбувається адаптація дитини до правил та норм родини, чітко спрямовуючи фокус уваги саме на функцію соціального контролю. Саме через це, люди відчують сором лише за ті питання, до яких вони сприйнятливі/привчені, або через попереднє програмування, або через ідентифікацію з певною нормою [12; 13; 15]. Науковця вказує на те, що багато соціальних кодексів, через порушення яких ми розплачуємося соромом, спочатку були розроблені соціумом для захисних цілей, але з часом, у міру розвитку нових правових систем, неписані кодекси втратили свою первинну функцію. Саме це дає нам змогу побачити прояв маніпулятивного механізму сорому, коли архаїчні, колективно інтерналізовані в процесі еволюції правила, ставши марно гнітючими для людей через необґрунтованість та анахронічність, ефективно продовжують викликати вивчені реакції сорому, коли ігноруються [12; 13]. Отже, оскільки схильність до сорому з'являється на ранніх стадіях розвитку дитини і пов'язана з органічними компонентами, констатує дослідниця, використання деяких методів соціального контролю, спираються саме на природну чутливість людини до цього почуття [12; 13].

Як же сором пов'язаний з жіночим лідерством? Коли мова йде про «другу статтю», сором був і залишається головною силою, яка «утримує жінок на своєму місці» відповідно до звичаїв будь-якого суспільства, в якому вони знаходяться. Базу для цього в процесі виховання закладають турботливі батьки, вселяючи своїм донькам думку, що сором – це характеристика, що особливо імпонує саме жінкам і дівчатам. При цьому використовуються такі синоніми, як «стримана, серйозна, скромна, сором'язлива». Червоніти від незручності «привабливо» та «мило». Тому, кожен раз, відкидаючи в боротьбі за лідерські позиції «фемінну роль», жінки майже неминуче потрапляють в тенета сорому, зіштовхуючись із прихованою, але вагомою перепорою [12].

Проілюструвати яку роль «сором» відіграє в процесі професійної реалізації жінки можна на прикладі таких відомих конструктів гендерної психології, як феномени «скляної стелі», «токенізму» та «королеви бджіл». Усі три феномени – це прояви структурних і міжособистісних бар'єрів, з якими жінки стикаються на шляху до і в середині професійного лідерства де сором виконує роль внутрішнього емоційного регулятора, що підсилює бар'єри й впливає на поведінку.

Розглянемо кожен з цих феноменів більш детально. Як ми зазначали раніше, ключовим поняттям у дослідженнях гендерної нерівності є «скляна стеля» – термін, який вперше було вжито у 1978 році менеджером середньої ланки М. Лоден, яка за випадковим збігом обставин мала замінити свою керівницю під час панельної дискусії про жінок і роботу [23; 27]. За майже пів століття, багато дослідників

у сфері соціології, психології, економіки, менеджменту та політики зробили свій вклад у вивчення та обґрунтування цього феномену [4; 28] доповнюючи визначення залежно від теми дослідження. Загальним для всіх є розуміння, що «скляна стеля» – це невидимі, штучні але реальні бар'єри, засновані на установках організації або культурних упередженнях, що заважають жінкам просуватися до найвищих щаблів кар'єрної ієрархії, незважаючи на їхні кваліфікації або досягнення. Подолавши бар'єр «скляної стелі», жінки часто стають «токенами» – поодинокими представницями статі символічно включеними в групу, організацію або на керівні посади, щоб справити враження рівних можливостей, без реального надання їм впливу, влади чи відповідного ставлення.

Запропонована в 1977 році соціологом Р. М. Кантер, концепція токенізму, сьогодні, в умовах популяризації корпоративної політики привертає все більше уваги дослідників гендерних питань. А сам феномен токенізму набуває статусу бар'єру справжньої рівності у професійних середовищах, часто приймаючи форму латентної дискримінації, яка прихована за зовнішньою «інклюзивністю» [2; 3; 5; 10; 23]. Через свою малу чисельність, токени опиняються під пильною увагою та сприймаються більш стереотипно, їх характеристики перебільшуються та гіперболізуються, що в свою чергу створює напругу щодо не відповідності очікуванням, відчуття ізоляції, необхідність постійно доводити свою цінність. Такий досвід емоційно виснажує жінок та призводить до вигорання, підсвідомому перешкоджанню власному розвитку або пропонує пристосовуватися до культури більшості, дистанціюючись від «жіночого» та перетворюючись на «королеву бджіл» аби вижити в середовищі, яке не готове до їх появи, вказує Г. Стайнсом. «Королева бджіл» – це жінка керівник, яка досягла успіху в середовищі, де домінують чоловіки, але замість того, щоб підтримувати інших жінок, вона: дистанціюється від них, знецінює їхню роль, і навіть може перешкоджати їхньому кар'єрному зростанню [11].

Безумовно, значна частина досліджень щодо жіночого лідерства ґрунтується на припущеннях сестринства та солідарності між жінками. Однак, наявна література про жіноче керівництво вищого рівня свідчить, про те, що досягнувши успіху в умовах домінування чоловіків, жінки усвідомлюючи ризик втратити здобутих позицій, відчують необхідність уникати будь-якої асоціації з іншими представницями своєї статі. Та окрім відсутності очікуваної підтримки своїх підлеглих жінок вони, навпаки, починають відігравати негативну роль у їх просуванні по службі [7; 11; 26]. Цей феномен вперше був описаний в 1974 році вченими Г. Стайнсом, К. Тревісом та Т. Е. Джайаранте в дослідженні під назвою «Синдром Королеви бджіл». Незважаючи на те, що, на перший погляд, така поведінка виглядає, як легітимізація гендерної нерівності самими жінками, феномен «королеви бджіл» сам по собі є наслідком гендерної дискримінації [11].

Усі ці явища утворюють певний ланцюг, ланки якого об'єднані фоновим відчуттям ізоляції, страху виключення через усвідомлення «я не маю права тут бути» – соромом за бажання займати місце та відігравати роль, яка сприймається

як виняток або порушення норми. Поєднання цих понять та форм прояву сорому наведено у таблиці 2.

Таблиця 2

Роль сорому відповідно до бар'єру професійної реалізації

Феномен	Суть	Прояв	Прихований психологічний механізм	Роль сорому
Скляна стеля	Невидимі бар'єри, які не дають жінці піднятися вище в ієрархії	Структурні обмеження та системна дискримінація	Знецінення, недовіра до компетентності жінки	Внутрішнє відчуття «я не заслуговую», «я недостатньо хороша»
Токенізм	Жінка – єдина або одна з дуже небагатьох у чоловічому середовищі	Ізоляція та гіпервидимість	Постійне оцінювання, прагнення бути «ідеальною»	Сором за власні невдачі, страх «зганьбити всю групу», стигма бути «єдиною»
Королева бджіл	Жінка-лідер, яка відмежовується від інших жінок і не підтримує їх	Внутрішній конфлікт ролей через відмову від солідарності з іншими жінками	Спроба пристосуватися до «чоловічої» системи ціною власної ідентичності	Внутрішній сором за асоціацію з «жіночістю» як слабкістю; стратегія самозахисту

Наведений вище приклад – це одна з багатьох можливих комбінацій проявів гендерної нерівності в процесі професійної реалізації особистості, не останню роль в якому відіграє сором.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Професійна реалізація жіночого лідерства сьогодні відбувається в умовах подвійних стандартів. На соціальному рівні ми з року в рік бачимо підвищення уваги до гендерного питання у вигляді урядових і корпоративних заходів підтримки та розвитку жіночого лідерства, заохочення жінок ставити високі кар'єрні цілі та окремих навчальних програм для менеджерів-жінок. Але на психологічному рівні, який виявляється більш глибоким, жінка, що виступає вперед, конкурує з чоловіками та заявляє свої права на таке стереотипно-маскулінне явище як влада, порушує давно інтерналізовані норми суспільства та привертає негативну увагу. Працюючи, як механізм соціального контролю, сором виступає не лише зовнішнім обмеженням у формі обурення соціуму на подібну зухвалість та присоромлення жінок за спробу порушення анахронічних правил, але й внутрішнім регулятором поведінки через думку «я не маю права тут бути». Це створює внутрішній конфлікт між бажанням, потребою особистості в самореалізації та страхом покарання за порушення існуючих правил і норм у вигляді виключення з групи та ізоляції (професійній, кар'єрній, соціальній). А отже, саме цей страх ізоляції, потреба в захисті і, як наслідок, сором формує основу бар'єрів реалізації потенціалу жінки, що залежно від ситуації може мати форму таких різних гендерних феноменів як «скляна стеля», «токенізм», «королева бджіл» та інших.

Список використаних джерел і літератури

1. Заграй Л. Д. Теорії гендеру: Гендерні дослідження у психології: навчальний посібник. ДВНЗ «Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника». Івано-Франківськ : ФОП Петраш К.Т. 2019. 264 с.
2. Карамушка Л.М., Ткалич М.Г. Гендерна взаємодія персоналу як психолого-організаційний феномен. *Організаційна психологія. Економічна психологія. Науковий журнал*. 2015. № 3. С. 44–51. URL: <http://orgpsy-journal.in.ua/index.php/opep/article/view/221>
3. Кормич Л. І. Соціально-рольовий вплив статей на суспільний розвиток. *Актуальні проблеми політики*. 2014. № 53. С. 11–19. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appol_2015_53_4.
4. Рекуненко І. І., Гордієнко В. П., Балагуровська І. О., Дробот В. Д. Ефект скляної стелі у лідерстві. *Менеджмент*. 2025. № 1. <https://orcid.org/10.5281/zenodo.14738123>
5. Усанова Л., Нестеренко М. Гендерні стереотипи та проблеми лідерства. *Соціальна філософія та філософія історії. Філософські обрії*. 2015. № 33. С. 98–106. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.20383>.
6. Alper J. The Pipeline Is Leaking Women All the Way Along. *Science*, Vol. 260, Issue 5106. 1993. P. 409–411. URL: <https://www.science.org/doi/10.1126/science.260.5106.409>
7. Arvate P. R., Galilea G. W., Todescat I. The queen bee: A myth? The effect of top-level female leadership on subordinate females. *The Leadership Quarterly*, Vol. 29, Issue 5. 2018. P. 533–548. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2018.03.002>
8. Brown B. *The Gifts of Imperfection*. Penguin Random House UK. 2020. 240 p.
9. Brown B. *Daring Greatly*. Penguin. 2016. 304 p.
10. Brewis D., Soule R., Monteiro P., Kravcenko D. Talking about organizations. Tokenis-Rosabeth Moss Kanter. 2016. URL: <https://www.talkingaboutorganizations.com/e17/>
11. Derks B., Van Laar C., Ellemers N. The queen bee phenomenon: Why women leaders distance themselves from junior women. *The Leadership Quarterly*, Vol. 27. Issue 3. 2016. P. 456–469. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2015.12.007>
12. English F., Crespelle I. *S'épanouir tout au long de sa vie*. Paris: InterEditions-Dunod. 2010. 206 p.
13. English F. Shame and Social Control Revisited. *Transactional Analysis Journal*. 1994. № 24 (2). P. 109–120. <https://doi.org/10.1177/036215379402400206>
14. Erikson E. H. *Childhood and Society*. New York. W. W. Norton & Company. 1993. 445 p.
15. Erskine R. G. Shame and Self-Righteousness: Transactional Analysis Perspectives and Clinical Interventions. *Transactional Analysis Journal*. 1994. № 24 (2). P. 86–102. <https://doi.org/10.1177/036215379402400204>
16. Erskine R. G., Clark B., Evans K. R., Goldberg C., Hyams H., James S. & O'Reilly-Knapp M. The Dynamics of Shame: A Roundtable Discussion. *Transactional Analysis Journal*. 1994. № 24 (2). P. 80–85. <https://doi.org/10.1177/036215379402400203>
17. Hanek, K. J., & Garcia, S. M. Barriers for women in the workplace: A social psychological perspective. *Social and Personality Psychology Compass*. 2022. № 16 (10). <https://doi.org/10.1111/spc3.12706>
18. Hyams H. Shame: The Enemy within. *Transactional Analysis Journal*. 1994. № 24 (4). P. 255–264. <https://doi.org/10.1177/036215379402400404>
19. International Labour Organization. Women in business and management: Building on the legacy of the Beijing Declaration. Research Brief. 2025. URL: <https://www.ilo.org/publications/women-business-and-management-building-legacy-beijing-declaration>
20. International Labour Organization. Women and the economy: 30 years after the Beijing Declaration. Research Brief. 2025. URL: <https://www.ilo.org/publications/women-and-economy-30-years-after-beijing-declaration>

21. International Labour Organization. Women in business: How employer and business membership organizations drive gender equality. 2024. URL: <https://www.ilo.org/publications/women-business-how-employer-and-business-membership-organizations-drive>
22. Kagan J. The Glass Ceiling: Definition, History, Effects, and Examples. 2025 (1). URL: <https://www.investopedia.com/terms/g/glass-ceiling.asp>
23. Kanter R. M. Men and Women of the Corporation. Ingram Publisher Services. 1993. 416 p.
24. Nathanson D.L. Shame Transactions. *Transactional Analysis Journal*. 1994. № 24 (2). P. 121–129. <https://doi.org/10.1177/036215379402400207>
25. Schein V. A Global Look at Psychological Barriers to Women's Progress in Management. *Journal of Social Issues*. 2001. № 57 (4). P. 675–688. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00235>
26. Staines G.L., Tavis C.A., Jayaratne T. E. The queen bee syndrome. *Psychology Today*. 1974. № 7. P. 55–60. <https://doi.org/10.1037/e400562009-003>
27. Vargas T. She coined the term ‘glass ceiling.’ She fears it will outlive her. *The Washington Post*. 2018. № 03. URL: <https://www.washingtonpost.com/news/retropolis/wp/2018/03/01/she-coined-the-phrase-glass-ceiling-she-didnt-expect-it-to-outlive-her/>
28. Zimmer L. Tokenism and Women in the Workplace: The Limits of Gender-Neutral Theory. *Social Problems*. 1988. № 35 (1). P. 64–77. URL: <http://www.jstor.org/stable/800667>

References

1. Zahrai, L. D. (2019). Teorii genderu: Teoriiy genderu: Genderni doslidgennia u psykologii: navchalnyi posibnyk [Theories of Gender: Gender Studies in Psychology: textbook] / DVNZ “Prykarpatskyi natsionalnyi universytet im. V.Stefanyka”. Ivano-Frankivs’k: FOP Petrash K. T. 264 P. [in Ukrainian].
2. Karamushka, L. M., & Tkalych, M.G. (2015). Genderna vzaiemodiia personal iak psykologo-organizatsiynyi fenomen [Staff’s gender interaction as a psychological and organizational phenomenon]. *Organizatsiyna psykologiya. Ekonomichna psykologiya. Naukovyi jurnal*, 3, 44–51. Retrieved from: <http://orgpsy-journal.in.ua/index.php/oep/article/view/221>. [in Ukrainian].
3. Kormych, L. I. (2014). Socialno-roliovyy vplyv statei na suspilnyi rozvytok [The social and role influence of gender on social development]. *Actualni problem polityky*, 53, 11–19. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/appol_2015_53_4. [in Ukrainian].
4. Rekunenko, I. I., Hordiienko, V. P., Balahurovska, I. O., & Drobot, V. D. (2025). Efekt sklianoi steli u liderstvi [The glass ceiling effect in leadership]. *Menedgment*, 1. <https://orcid.org/10.5281/zenodo.14738123>. [in Ukrainian].
5. Usanova, L., & Nesterenko, M. (2015). Genderni stereotypy ta problemy liderstva [Gender stereotypes and problems of leadership]. *Socialna filisofia ta filisofia istorii. Filosofski obrii*, 33, 98–106. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.20383>. [in Ukrainian].
6. Alper, J. (1993). The Pipeline Is Leaking Women All the Way Along. *Science*, Vol. 260, Issue 5106. P. 409–411. <https://www.science.org/doi/10.1126/science.260.5106.409> [in English].
7. Arvate, P. R., Galilea, G. W., & Todescat, I. (2018). The queen bee: A myth? The effect of top-level female leadership on subordinate females. *The Leadership Quarterly*, Vol. 29, Issue 5. P. 533–548. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2018.03.002> [in English].
8. Brown, B. (2020). The Gifts of Imperfection. Penguin Random House UK. 240 p. [in English].
9. Brown, B. (2016). Daring Greatly. Penguin. 304 p. [in English].
10. Brewis, D., Soule, R., Monteiro, P., & Kravcenko, D. (2016). Talking about organizations. Tokenis-Rosabeth Moss Kanter. Retrieved from: <https://www.talkingaboutorganizations.com/e17/> [in English].
11. Derks, B., Van Laar, C., & Ellemers, N. (2016). The queen bee phenomenon: Why women leaders distance themselves from junior women. *The Leadership Quarterly*, Vol. 27. Issue 3. P. 456–469. <https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2015.12.007> [in English].

12. English, F., & Crespelle, I. (2010). S'épanouir tout au long de sa vie [Flourish throughout your life]. Paris: InterEditions-Dunod. 206 p. [in French].
13. English F. (1994). Shame and Social Control Revisited. *Transactional Analysis Journal*, 24 (2), 109–120. <https://doi.org/10.1177/036215379402400206> [in English].
14. Erikson, E. H. (1993). *Childhood and Society*. New York. W. W. Norton & Company. 445 p. [in English].
15. Erskine R. G. (1994). Shame and Self-Righteousness: Transactional Analysis Perspectives and Clinical Interventions. *Transactional Analysis Journal*, 24 (2), 86–102. <https://doi.org/10.1177/036215379402400204> [in English].
16. Erskine, R. G., Clark, B., Evans, K. R., Goldberg, C., Hyams, H., James, S., & O'Reilly-Knapp, M. (1994). The Dynamics of Shame: A Roundtable Discussion. *Transactional Analysis Journal*, 24 (2), 80–85. <https://doi.org/10.1177/036215379402400203> [in English].
17. Hanek, K. J., & Garcia, S. M. (2022). Barriers for women in the workplace: A social psychological perspective. *Social and Personality Psychology Compass*. № 16 (10). <https://doi.org/10.1111/spc3.12706> [in English].
18. Hyams, H. (1994). Shame: The Enemy within. *Transactional Analysis Journal*, 24 (4), 255–264. <https://doi.org/10.1177/036215379402400404> [in English].
19. International Labour Organization. (2025). Women in business and management: Building on the legacy of the Beijing Declaration. Research Brief. Retrieved from: <https://www.ilo.org/publications/women-business-and-management-building-legacy-beijing-declaration> [in English].
20. International Labour Organization. (2025) Women and the economy: 30 years after the Beijing Declaration. Research Brief. Retrieved from: <https://www.ilo.org/publications/women-and-economy-30-years-after-beijing-declaration> [in English].
21. International Labour Organization. (2024). Women in business: How employer and business membership organizations drive gender equality. Retrieved from: <https://www.ilo.org/publications/women-business-how-employer-and-business-membership-organizations-drive> [in English].
22. Kagan J. (2025). The Glass Ceiling: Definition, History, Effects, and Examples. (1). <https://www.investopedia.com/terms/g/glass-ceiling.asp>
23. Kanter, R. M. (1993). *Men and Women of the Corporation*. Ingram Publisher Services. 416 p. [in English].
24. Nathanson, D. L. (1994). Shame Transactions. *Transactional Analysis Journal*, 24 (2), 121–129. <https://doi.org/10.1177/036215379402400207> [in English].
25. Schein, V. (2001). A Global Look at Psychological Barriers to Women's Progress in Management. *Journal of Social Issues*, 57 (4), 675–688. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00235> [in English].
26. Staines, G. L., Tavis, C. A., & Jayaratne, T. E. (1974). The queen bee syndrome. *Psychology Today*, 7, 55–60. <https://doi.org/10.1037/e400562009-003> [in English].
27. Vargas, T. (2018). She coined the term 'glass ceiling.' She fears it will outlive her. *The Washington Post*. № 03. Retrieved from: <https://www.washingtonpost.com/news/retropolis/wp/2018/03/01/she-coined-the-phrase-glass-ceiling-she-didnt-expect-it-to-outlive-her/> [in English].
28. Zimmer, L. (1988). Tokenism and Women in the Workplace: The Limits of Gender-Neutral Theory. *Social Problems*, 35 (1), 64–77. Retrieved from: <http://www.jstor.org/stable/800667>

Galtseva T. O.

Doctor of Psychology, Professor,
Professor at the Department of General and Social Psychology
Oles Honchar Dnipro National University

Tieliehina O. L.

PhD candidate,
Department of General and Social Psychology
Oles Honchar Dnipro National University

PSYCHOLOGICAL BARRIERS TO PROFESSIONAL FEMALE LEADERSHIP: THE ROLE OF SHAME IN SUSTAINING GENDER INEQUALITY

The article is devoted to the review of various theoretical approaches to the concept of shame, examining its origins and the developmental stages both in the ontogenetic growth of the individual and in the phylogenesis of humanity as a whole. Particular attention is paid to the manipulative potential of shame, which operates through unconscious submission to social rules and norms that were collectively internalized in the course of evolution but have lost their relevance in contemporary society. The article substantiates that shame, performing a function of social control, serves as an effective mechanism for restraining women both on the path to and within professional leadership. This is due to the fact that the very phenomenon of leadership is anachronistically associated by society with the male gender. The paper analyzes manifestations of such structural and interpersonal gender barriers as the “leaky pipeline” effect, the “glass ceiling,” tokenism, and the “queen bee” phenomenon. It reveals the shadow role of shame in each of these phenomena and illustrates their sequential interaction in the process of professional self-realization of a female leader. It is shown that shame functions not only as an external constraint in the form of social condemnation and public shaming of women for striving toward power – as a stereotypically masculine domain – but also as an internal behavioral regulator through the belief: “I don’t have the right to be here.” Thus, shame emerges as a multi-level sociopsychological construct that sustains models of patriarchal domination by suppressing women’s realization in the sphere of leadership.

Key words: professional self-realization barrier, gender inequality, female leader, shame, social control, “glass ceiling”, “leaky pipe” effect, tokenism, “queen bee phenomenon”.

УДК 37.091.12:159.98]:316.613.434-027.252]:005.336.4-027.63](045)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.8>

Дудник О. А.

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри психології

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

e-mail: o.a.dudnyk@udpu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0003-3856-7443

РОЛЬ ПСИХОЛОГА ЗАКЛАДУ ОСВІТИ У ПРОФІЛАКТИЦІ БУЛІНГУ: ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД

У статті проаналізовано актуальність проблеми булінгу в закладах освіти України в умовах соціальних трансформацій, цифровізації та воєнного стану. Зазначено, що булінг є складним соціально-психологічним явищем, яке має глибокі наслідки для емоційного розвитку, самооцінки та соціального функціонування дітей. Метою дослідження є аналіз сучасних підходів до участі психолога в системі профілактики булінгу в освітньому середовищі на основі вивчення зарубіжного досвіду. Розглянуто ключові наукові моделі, зокрема програму ОБРР (Д. Ольвеус), ініціативи BRN (Д. Еспелаж, С. Свірер), KiVa-програму (К. Салміваллі), а також підходи до запобігання кібербулінгу (С. Хіндуджі, Дж. Патчін).

На основі синтезу цих підходів запропоновано багатовекторну модель участі психолога у профілактиці булінгу, що включає діагностично-аналітичну, консультативну, освітньо-профілактичну, організаційно-координаційну функції, а також онлайн-підтримку та моніторинг. У моделі визначено ролі психолога, форми і засоби роботи, які можуть бути ефективно адаптовані до українського освітнього контексту. Акцент зроблено на потребі командної взаємодії в освітньому просторі, профілактиці на всіх рівнях шкільної спільноти та створенні безпечного мікроклімату. Окреслено перспективи подальших досліджень, зокрема, щодо впровадження та оцінки ефективності моделі в реальних умовах української школи.

Ключові слова: булінг, шкільний психолог, профілактика, освітнє середовище, психологічна служба, шкільна політика безпеки.

Постановка проблеми. Проблема булінгу – цілеспрямованого й систематичного насильства серед однолітків у шкільному середовищі – набула особливої гостроти в контексті глибоких змін, що відбуваються в освітньому, інформаційному та соціальному просторі України. У сучасних умовах цифровізації, підвищеного рівня соціальної напруги та тривалого воєнного стану спостерігається зростання агресивних проявів і зниження толерантності серед учнівської молоді. Одночасно підвищується емоційна вразливість дітей, що робить їх ще більш чутливими до будь-яких форм психологічного чи фізичного насильства

У більшості випадків жертва булінгу не здатна протистояти кривдникам. Подібні стосунки з'являються між особистостями, які ще тільки формуються. З одного боку – жертва, яка регулярно зазнає морального або фізичного насильства і часто

не здатна себе захистити, а з іншого – агресор, який має перевагу (фізичну, психологічну, соціальну) над жертвою.

Особливо глибокі травматичні наслідки спостерігаються в осіб, які зазнають систематичного переслідування. Ці наслідки проявляються на різних рівнях: від порушення емоційної стабільності, зниження самооцінки, втрати довіри до себе та своїх можливостей – до проблем зі сном, концентрацією уваги та психосоматичними розладами. Булінг часто супроводжується соціальною ізоляцією та почуттям самотності. У дітей, які стають об'єктом цькування, формується негативне ставлення до школи, значно знижується навчальна мотивація, може виникати відмова від відвідування школи, уникнення участі у шкільному житті, занурення в себе, прагнення до самотності, замкнутість.

Таким чином, булінг є не лише соціальною, а й глибоко психологічною проблемою, яка впливає на розвиток особистості, емоційний стан і майбутнє соціальне функціонування кожного учасника; у ситуації булінгу кожна роль має свій внесок у підтримку або припинення насильства. Усвідомлення цього має стати основою для розроблення системи психологічної підтримки в освітніх закладах, що дозволить не лише реагувати на прояви насильства, а й запобігати їх появі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Упродовж останніх десятиліть проблема булінгу в закладах освіти стала об'єктом активного міждисциплінарного вивчення, а питання участі шкільного психолога та ролі психологічної служби у профілактиці та подоланні цькування набуло особливої актуальності. Світова наукова спільнота запропонувала низку концептуальних і практичних підходів до вирішення цієї проблеми, що знайшли відображення в працях провідних дослідників.

Класичні праці Д. Ольвеуса започаткували системне вивчення шкільного насильства та лягли в основу антикризових програм [5; 6; 7; 8]. У роботах Д. Еспелаж і С. Свірер наголошується на міждисциплінарному підході до подолання булінгу [1; 15].

Дослідження К. Салміваллі демонструють ефективність програм групової взаємодії [12], а П. Сміт підкреслює роль психолога як модератора конфліктів [13].

Сучасні дослідження С. Хіндуджі та Дж. Патчіна фокусуються на цифрових формах агресії, підкреслюючи потребу цифрової грамотності серед освітян [3]. Д. Пеплер та Ш. Хаймел доводять, що підтримка психологом емоційного благополуччя учня прямо пов'язана з рівнем агресії у колективі, акцентують на важливості раннього втручання та створення підтримувального середовища в школі [4; 9;].

Поширення цькування серед учнів призводить до психічних травм, зниження навчальної мотивації, соціальної ізоляції та подеколи суїцидальних намірів.

При цьому дослідниками відзначається багатовекторна діяльність шкільного психолога у профілактиці булінгу – від моніторингу і консультування до участі у стратегічному плануванні та просвітницькій роботі. Погляди провідних учених

підтверджують, що успішна профілактика неможлива без активної й професійної участі психолога як координатора антибулінгових ініціатив.

Мета статті – аналіз зарубіжного досвіду щодо ролі психологічної служби, зокрема участі психолога закладу освіти, у профілактиці булінгу, вивчення провідних моделей та програм, які реалізуються у різних країнах світу, а також виявлення ефективних практик, що можуть бути адаптовані до українського освітнього середовища.

Результати дослідження. Одним із перших, хто системно дослідив феномен булінгу, був норвезький дослідник Д. Ольвеус (Dan Olweus), який започаткував наукове вивчення шкільного насильства ще у 1970-х роках. Булінг – це системне порушення стосунків, що вимагає цілеспрямованої інтервенції всієї школи. Це не просто індивідуальна поведінка, а прояв дисбалансу сил і хронічної соціальної напруги [5].

Його класична праця «Bullying at School: What We Know and What We Can Do» стала основою для розробки програми Olweus Bullying Prevention Program (OBPP), яка успішно реалізується у понад 30 країнах світу. Це один із перших науково обґрунтованих підходів до шкільної профілактики булінгу, де шкільний психолог відіграє ключову роль у формуванні культури нульової толерантності до насильства. Програма акцентує на системному підході до протидії булінгу: вона передбачає зміни на рівні школи, класу, учня та родини. У цій моделі психолог виступає координатором процесу змін, проводячи регулярну діагностику, навчання вчителів, індивідуальну роботу з учнями та модерацію антибулінгових команд [7].

Роль шкільного психолога:

- проведення анонімних опитувань учнів;
- ведення індивідуальних і групових консультацій;
- створення «антибулінгової команди» у школі;
- навчання педагогів розпізнаванню сигналів булінгу;
- робота з батьками та класом загалом [6; 8].

Програма засвідчила зниження рівня булінгу до 50% вже після першого року впровадження.

Істотний внесок у вивчення шкільного булінгу зробила Д. Еспелаж (Dorothy Espelage), яка акцентує увагу на пов'язаних чинниках – сексуальних домаганнях, домашньому насильстві та груповій динаміці в шкільному середовищі. У своїх публікаціях вона закликає психологів бути не лише консультантами, а й активними учасниками створення безпечного шкільного простору. Спільно з С. Свіпер (Susan Swearer) вони започаткували Bullying Research Network (BRN) – міжнародну науково-практичну платформу для обміну знаннями та впровадження ефективних стратегій запобігання булінгу [1; 15].

Ключові ідеї та принципи діяльності BRN:

1. Наукова валідність перед практикою. Платформа просуває лише ті інтервенції, ефективність яких підтверджена емпіричними дослідженнями. Це відмежування від популістських підходів та «моди».

2. Соціоекологічна модель розуміння булінгу. Булінг не є ізольованою поведінкою окремої дитини. Це явище вкорінене у взаємодії між індивідом, сім'єю, школою, громадою та культурою.

3. Інтеграція даних і практики. BRN активно співпрацює зі школами для впровадження рекомендацій у реальних умовах – це не лише теорія, а постійний обмін з практиками.

4. Увага до вразливих груп. Особливий акцент – на підтримці учнів із меншинських груп, жертв дискримінації, осіб з інвалідністю, які частіше зазнають булінгу.

5. Підтримка шкільних психологів і вчителів. BRN вважає, що шкільні психологи – ключові агенти змін, які потребують регулярного навчання, інструментів та колаборації з науковцями.

6. Розвиток критичного мислення щодо булінгу. Платформа має на меті не лише лікувати наслідки, а й формувати культуру розуміння, що таке булінг, як він формується та як змінювати поведінку споглядачів [14].

Модель Espelage та Swearer поєднує освітній, емоційний та поведінковий компоненти у роботі психолога. Психолог тут виконує функції профілактики, втручання та відновлення у складних випадках шкільного насильства.

Акцентуючи увагу на сучасних підходах до дослідження булінгу та пов'язаної з ним молодіжної насильницької поведінки, авторки підкреслюють, що діяльність психолога має зосередитись на:

– *скринінгу та ідентифікації ризиків*: психологи мають проводити діагностику емоційного стану дітей та виявляти учнів, схильних до агресивної чи жертвенної поведінки; рекомендується використовувати стандартизовані інструменти оцінювання булінгу та соціально-емоційного розвитку;

– *розробленні та впровадженні програм втручання*: психологи залучаються до створення інтервенційних програм, що враховують індивідуальні та групові потреби; програми повинні бути багаторівневими (універсальні, цільові, інтенсивні) та мати соціально-емоційне спрямування.

– *освітній діяльності та консультуванні*: психологи проводять тренінги для вчителів, учнів і батьків щодо розпізнавання булінгу, навичок ненасильницької комунікації, підтримки постраждалих; вони забезпечують індивідуальне консультування дітей, що зазнали булінгу або демонструють агресивну поведінку.

– *створенні безпечного шкільного середовища*: психологи виступають посередниками між адміністрацією, педагогами та учнями, допомагаючи формувати позитивний шкільний клімат; вони беруть участь у розробленні політик і протоколів реагування на випадки булінгу.

– *оцінці ефективності програм*: збір даних, моніторинг змін у поведінці та добробуті учнів, коригування програм на основі результатів [2].

Підхід Д. Еспелаж та С. Свірер до визначення ролі психолога у системі профілактики булінгу базується на соціоекологічній моделі, що охоплює вплив різ-

них рівнів середовища на дитину – від індивідуального до суспільного. Психолог має бути медіатором змін у культурі школи; необхідно переходити від каральних до освітніх заходів; ефективна профілактика можлива лише за умов командної роботи: учень – вчитель – психолог – родина [15].

Значний внесок у визначення ролі психолога щодо профілактики булінгу зробила фінська дослідниця К. Салміваллі (Christina Salmivalli), яка розробила інноваційну програму KiVa («Проти булінгу») – системну програму запобігання булінгу в школах, основна мета якої – зменшити рівень булінгу у шкільному середовищі шляхом зміни групової динаміки, залучення спостерігачів (bystanders) до активної протидії агресії та створення атмосфери нетерпимості до насильства [12].

Ключові особливості програми KiVa:

1. Акцент на споглядачах. Замість зосередження лише на жертві чи агресорі, програма працює з усім класом, зокрема з тими, хто пасивно спостерігає; споглядачі можуть змінити ситуацію, якщо їх навчити діяти свідомо.

2. Поетапне навчання. Програма поділена на модулі для різного віку (молодші, середні, старші класи), що включають: інтерактивні уроки, рольові ігри, обговорення, комп'ютерні ігри й симуляції.

3. KiVa-Команда в школі. У кожному закладі створюється спеціальна KiVa-команда (з учителів, психолога, соціального педагога), яка розслідує інциденти булінгу та підтримує учнів.

4. Онлайн-підтримка та моніторинг. Вчителі та адміністрація мають доступ до електронної системи відстеження ситуації, зокрема анонімних опитувань учнів.

5. Орієнтація на зміну соціального клімату. Програма спрямована не лише на окремі випадки булінгу, а й на формування загальної культури взаємоповаги та безпечного середовища [12].

Впровадження програми KiVa в освітнє середовище призводить до зниження випадків булінгу до 30–50% вже протягом першого року, покращення емоційного клімату в класах. Програма визнана однією з найефективніших у світі та впроваджена у понад 20 країнах (включаючи Францію, Нідерланди, Італію, США).

Дослідження К. Салміваллі свідчать, що найвищої ефективності в профілактиці булінгу можна досягти тоді, коли шкільний психолог залучає до роботи всю спільноту освітнього середовища: не лише постраждалих чи агресорів, а й глядачів, які часто пасивно підтримують ситуацію. Ключову роль у профілактиці відіграє соціальне навчання, під час якого учні опановують моделі відповідальної поведінки, а також усвідомлюють групову відповідальність за емоційний клімат у класі.

Також важливий внесок у вивчення й запобігання булінгу зробив К. Рігбі (K. Rigby), який підкреслює, що наслідки булінгу не обмежуються жертвою, вони зачіпають усю шкільну спільноту, оскільки формують атмосферу страху, апатії та мовчазної згоди, а успішна профілактика залежить від рівня соціального залучення учнів, їхньої емпатії та готовності брати відповідальність. Він пропонує

вбудовувати психологічні інтервенції в шкільну культуру через групову роботу, фасилітацію конфліктів та активне залучення спостерігачів [10; 11].

Британський науковець П. Сміт (Peter K. Smith) у своїх дослідженнях (Understanding School Bullying) виділяє типологію булінгу (фізичний, вербальний, соціальний), особливої уваги він надає кібербулінгу як новітній формі насильства, що потребує окремих механізмів втручання [13].

Роль шкільного психолога у профілактиці булінгу за П. Смітом:

1. Фахівець з моніторингу й діагностики – психолог – має проводити анонімні опитування, інтерв'ю та спостереження, щоб вчасно виявляти прихований булінг.

2. Медіатор у конфліктних ситуаціях – виступає як нейтральний посередник між учасниками булінгу: жертвою, агресором, батьками та педагогами; психолог не повинен «карати», а має створювати умови для конструктивного вирішення конфлікту.

3. Координатор профілактичних програм – має бути ключовою фігурою в реалізації антибулінгових ініціатив: від тренінгів для учнів до супервізій для педагогів.

4. Формувач безпечного мікроклімату – впливає на соціальний клімат у школі через постійну підтримку учнів, активне реагування на порушення та розвиток емпатійного ставлення в учнівському середовищі.

5. Аналітик цифрових ризиків – з метою профілактики кібербулінгу психолог має розуміти природу онлайн-агресії та розробляти сучасні цифрові інструменти профілактики (анкетування, просвітницькі кампанії тощо) [13].

У контексті стрімкого розвитку цифрових технологій активізувалися дослідження С. Хіндуджі (Sameer Hinduja) та Дж. Патчіна (Justin Patchin) [3]. Вони є засновниками Cyberbullying Research Center і розробили практичні рекомендації для психологів щодо виявлення та подолання кібербулінгу, зокрема:

1. Систематичний моніторинг і анкетування. Психологи повинні регулярно проводити анонімні опитування серед учнів, щоб виявляти випадки кіберзнущань (як жертв, так і кривдників); платформи, на яких це трапляється (Instagram, TikTok, Discord тощо); рівень безпеки та підтримки, який учні відчувають у школі.

2. Освітня робота з учнями щодо «цифрової етики». Психолог має бути активним учасником інформаційної кампанії щодо: відповідального онлайн-спілкування, поваги до приватності інших, наслідків публікацій у мережі.

3. Робота з жертвами кібербулінгу. Забезпечити емоційну підтримку та приватну консультацію; допомогти учневі зберегти докази (скріншоти, листування); координувати дії з батьками, адміністрацією, у разі потреби – з поліцією.

4. Робота з агресорами. Виявити причини агресивної поведінки (часто це низька самооцінка, проблеми в родині, імпульсивність). Проводити індивідуальні бесіди, вчити відповідальності за цифрову поведінку. Спонукаати до відновлення стосунків (якщо жертва не проти) через «відновлювальні практики».

5. Внутрішньошкільна політика щодо кібербулінгу. Адміністрація школи за участю психолога має створити офіційний протокол реагування на кібербулінг; впровадити цифровий кодекс поведінки учня; проводити щорічні інформаційні тренінги для вчителів, учнів і батьків.

6. Ведення статистики та аналіз кейсів. Фіксувати випадки, аналізувати типові ситуації, щоби адаптувати профілактичні заходи до потреб конкретної школи [3].

Автори акцентують увагу на потребі цифрової грамотності серед педагогічного персоналу.

Узагальнення зарубіжних підходів до профілактики булінгу в закладах освіти та шляхів його подолання дає змогу систематизувати теоретичні напрацювання і запропонувати практичне бачення ролі психолога у профілактиці булінгу в українському освітньому середовищі у формі моделі, яка відображає функції, ролі практичного психолога, а також інструменти його діяльності. Мета моделі: забезпечити структуровану, ефективну та адаптивну участь практичного психолога у всіх етапах профілактики булінгу – від раннього виявлення до впровадження та оцінки превентивних стратегій (табл. 1). Ключовими принципами є: вся шкільна спільнота – в полі уваги психолога; профілактика булінгу ефективна лише тоді, коли охоплює жертв, агресорів, спостерігачів, педагогів та батьків.

Серед основних чинників успішної адаптації запропонованої моделі до українських реалій можна виділити:

- врахування психосоціального навантаження через війну, внутрішнє переміщення дітей, втрату соціальної опори;
- культурна чутливість та повага до національної ідентичності учнів;
- використання державних і міжнародних програм, зокрема підтримки від ЮНІСЕФ, «Безпечна школа» тощо.

Запропонована модель – це не лише відповідь на виклики сучасної школи, а й інструмент соціальної трансформації, що формує безпечне, чуйне та розвивальне середовище для всіх учасників освітнього процесу.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведений аналіз зарубіжного досвіду та сучасних міждисциплінарних підходів до профілактики булінгу засвідчив, що успішна протидія шкільному насильству неможлива без активної, цілісної та стратегічно скоординованої участі шкільного психолога. Профілактика булінгу – це не одноразова акція, а постійна стратегія, в якій психолог має бути не лише консультантом у кризовій ситуації, а й стратегічним координатором політики безпеки на всіх рівнях шкільного життя.

Інтеграція зарубіжних моделей профілактики булінгу в закладах освіти може суттєво підвищити ефективність протидії шкільному насильству та зміцнити психологічне благополуччя учнівського колективу

Запропонована багатовекторна модель участі психолога у профілактиці булінгу, побудована на основі праць провідних дослідників (Д. Ольвеус, Д. Еспелаж,

Таблиця 1

Модель багатовекторної участі психолога у профілактиці булінгу

№	Функція	Роль психолога	Ключові форми та інструменти
1	Діагностично-аналітична	Виявлення рівня булінгу, «гарячих точок», аналіз групової динаміки	Опитування, інтерв'ю, спостереження, соціометрія; виявлення груп ризику (потенційні агресори, жертви, спостерігачі); аналіз соціальних зв'язків і виявлення шкільної ізоляції чи мікрогруп конфлікту.
2	Освітньо-профілактична	Навчання учнів, вчителів і батьків основам ненасильницької комунікації	Тренінги, рольові ігри, інтерактивні заняття з розвитку емпатії, саморегуляції, навичок конструктивного вирішення конфліктів, бесіди, презентації.
3	Консультативна (індивідуальна та групова робота)	Допомога жертвам, агресорам, робота з причинами агресії	Психологічне консультування; психокорекційні програми для агресорів та жертв; формування підтримувальних груп, «peer-to-peer mentoring»; медіація, «без звинувачень», відновлювальні практики.
4	Координаційно-організаційна	Створення шкільної системи запобігання булінгу	Антибулінгова команда – створення внутрішньої політики закладу освіти з протидії булінгу (на основі наказу МОН № 1646 від 28.12.2019); протоколи реагування – розробка алгоритмів дій у разі виявлення булінгу; робота з адміністрацією; залучення соціального педагога, класного керівника до мультидисциплінарної підтримки учня.
5	Психосоціальна підтримка онлайн	Профілактика та втручання в кібербулінг	Інструктажі, анонімні форми звернень, онлайн-освіта, цифровий етикет, підтримка в месенджерах
6.	Моніторинг	Оцінка ефективності програм та змін у соціальному кліматі школи	Анонімні опитування учнів, спостереження в класі, вимірювання змін у психологічному кліматі, зменшення інцидентів булінгу, аналіз звернень до психолога; співпраця з громадськими організаціями, дослідницькими мережами (наприклад, BRN, KiVa) для впровадження сучасних практик.

С. Свірер, К. Салміваллі, П. Сміт, К. Рігбі, С. Хіндуджі та ін.), охоплює ключові функціональні напрями діяльності фахівця: від діагностики до моніторингу, від консультування до координації шкільних політик. Вона забезпечує адаптацію ефективних міжнародних практик до українського контексту з урахуванням викликів воєнного часу, цифрової трансформації освіти та психологічної вразливості дітей.

Подальші наукові розвідки передбачають емпіричне тестування запропонованої моделі в українських школах різних типів (сільських, міських, гімназіях, ліцеях) з метою вивчення її ефективності та адаптивності.

Модель виступає не лише як методичний інструмент для практичного використання в закладах освіти, а й як основа для формування системної політики безпечного шкільного простору.

Список використаних джерел і літератури

1. Espelage D.L., Swearer S.M. Bullying in North American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention. New York : Routledge. 2004. 320 p.
2. Espelage D. L., Swearer S. M. Updated Perspectives on Linking School Bullying and Related Youth Violence Research to Effective Prevention Strategies. In T. W. Miller (Ed.), *School Violence and Primary Prevention*. 2023. P. 199–216. https://doi.org/10.1007/978-3-031-13134-9_7200
3. Hinduja S., Patchin J.W. Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying. 2nd ed. Thousand Oaks: Corwin Press. 2015. 368 p.
4. Hymel S., Swearer S. Four decades of research on school bullying: An introduction. *American Psychologist*. 2015. Vol. 70(4). P. 293–299. <https://doi.org/10.1037/a0038928>
5. Olweus D. Aggression in the schools: Bullies and whipping boys. Oxford, England : Hemisphere, 1978. 218 p.
6. Olweus D. Bully/victim problems in school: Facts and intervention. *European Journal of Psychology of Education*. 1991. Vol. 12. P. 495–510. <https://doi.org/10.1007/BF03172807>
7. Olweus D. Bullying at School: What We Know and What We Can Do. Oxford : Blackwell Publishing, 1993. 140 p.
8. Olweus D., Limber S., Mihalic S. Bullying Prevention Program: Teacher Guide. Center City, MN : Hazelden Publishing, 2007. 170 p.
9. Pepler D.J., Craig W.M. Understanding and Addressing Bullying: An International Perspective. *Prevnet Series*. 2014. Vol. 1. P. 5–21.
10. Rigby K. Consequences of bullying in schools. *Canadian Journal of Psychiatry*. 2003. Vol. 48 (9). P. 583–590. <https://doi.org/10.1177/070674370304800905>
11. Rigby K. Bullying in childhood. In Smith P.K., Hart C.H. (Eds.), *Blackwell Handbook of Childhood Social Development*. Blackwell Publishing, 2004. P. 349–568.
12. Salmivalli C., Kärnä A., Poskiparta E. Development, evaluation, and diffusion of the KiVa antibullying program: A Finnish national effort. *International Journal of Behavioral Development*. 2011. Vol. 35(5). P. 405–411. <https://doi.org/10.1177/0165025411407457>
13. Smith P.K. Understanding School Bullying: Its Nature and Prevention Strategies. London : SAGE Publications Ltd, 2014. 304 p.
14. Swearer S.M., Espelage D. L., Napolitano S. Bullying Prevention and Intervention: Realistic Strategies for Schools. N.Y : Guilford Press, 2009. 170 p.
15. Swearer S., Espelage D. L., Vaillancourt T., Hymel S. What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. *Educational Researcher*. 2010. Vol. 39 (1). P. 38–47. <https://doi.org/10.3102/0013189X09357622>

References

1. Espelage, D.L., & Swearer, S.M. (2004). Bullying in North American Schools: A Social-Ecological Perspective on Prevention and Intervention. New York: Routledge. 320 p. [in English].
2. Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2023). Updated Perspectives on Linking School Bullying and Related Youth Violence Research to Effective Prevention Strategies. In T. W. Miller (Ed.), *School Violence and Primary Prevention* P. 199–216. https://doi.org/10.1007/978-3-031-13134-9_7200 [in English].
3. Hinduja, S., & Patchin, J.W. (2015). Bullying Beyond the Schoolyard: Preventing and Responding to Cyberbullying. 2nd ed. Thousand Oaks: Corwin Press. 368 p. [in English].
4. Hymel, S., & Swearer, S. (2015). Four decades of research on school bullying: An introduction. *American Psychologist*. Vol. 70 (4). P. 293–299. <https://doi.org/10.1037/a0038928> [in English].
5. Olweus, D. (1978). Aggression in the schools: Bullies and whipping boys. Oxford, England : Hemisphere. 218 p. [in English].
6. Olweus, D. (1991). Bully/victim problems in school: Facts and intervention. *European Journal of Psychology of Education*. V. 12. P. 495–510. <https://doi.org/10.1007/BF03172807> [in English].

7. Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Oxford: Blackwell Publishing, 140 p. [in English].
8. Olweus, D., Limber, S., & Mihalic, S. (2007). *Bullying Prevention Program: Teacher Guide*. Center City, MN: Hazelden Publishing. 170 p. [in English].
9. Pepler, D.J., & Craig, W.M. (2014). Understanding and Addressing Bullying: An International Perspective. *Pprevnet Series*. Vol. 1. P. 5–21 [in English].
10. Rigby, K. (2003). Consequences of bullying in schools. *Canadian Journal of Psychiatry*. 48 (9). P. 583–590. <https://doi.org/10.1177/070674370304800905> [in English].
11. Rigby, K. (2004). Bullying in childhood. In Smith P.K., Hart C.H. (Eds.), *Blackwell Handbook of Childhood Social Development* Blackwell Publishing. P. 349–568 [in English].
12. Salmivalli, C., Kärnä, A., & Poskiparta, E. (2011). Development, evaluation, and diffusion of the KiVa antibullying program: A Finnish national effort. *International Journal of Behavioral Development*. Vol. 35 (5). P. 405–411. <https://doi.org/10.1177/0165025411407457> [in English].
13. Smith, P.K. (2014). *Understanding School Bullying: Its Nature and Prevention Strategies*. London: SAGE Publications Ltd. 304 p. [in English].
14. Swearer, S.M., Espelage, D. L., & Napolitano, S. (2009). *Bullying Prevention and Intervention: Realistic Strategies for Schools*. N.Y: Guilford Press, 170 p. [in English].
15. Swearer, S., Espelage, D. L., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. *Educational Researcher*. Vol. 39 (1). P. 38–47. <https://doi.org/10.3102/0013189X09357622> [in English].

Dudnyk O. A.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

THE ROLE OF THE EDUCATIONAL INSTITUTION PSYCHOLOGIST IN PREVENTION OF BULLYING: FOREIGN EXPERIENCE

The article explores the crucial role of school psychologists in the prevention of bullying, drawing on international experience and evidence-based practices. In the context of rising aggression, social stress, and digitalization – exacerbated by the ongoing war in Ukraine – the issue of bullying has become increasingly urgent. The study emphasizes that bullying is not only a social but also a deeply psychological problem that affects the emotional well-being, academic motivation, and long-term development of children. The analysis highlights key international programs such as the OBPP (Norway), KiVa (Finland), and the work of scholars like Dorothy Espelage, Susan Swearer, Peter Smith, and Sameer Hinduja.

Based on the synthesis of these approaches, a multidimensional model of psychologist involvement in bullying prevention is proposed. This model includes diagnostic-analytical, consultative, educational-preventive, coordination-organizational functions, as well as digital support and monitoring.

The model defines the role of a psychologist, the main methods and tools of work that are relevant to the Ukrainian educational context. The emphasis is placed on a systematic approach to preventing bullying at the community level, the importance of working with all participants in bullying (victims, aggressors, witnesses) and creating a psychologically safe school climate. The article outlines the prospects for further research, including empirical testing of the model in the real conditions of a Ukrainian school.

Key words: bullying, school psychologist, prevention, educational environment, psychological service, school safety policy.

УДК 159.98:7

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.9>

Завгородня О. В.

доктор психологічних наук, старший дослідник,
головний науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України
e-mail: zolen1958@gmail.com
ORCID ID: 0000-0001-8786-8707

ОБРАЗОТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ ЯК ВІЗУАЛЬНА ФОРМА ОСМИСЛЕННЯ ДОСВІДУ ВОЄННОГО ЧАСУ

У статті досліджується образотворче мислення школярів як специфічна візуально-когнітивна форма осмислення досвіду втрати, тривоги, невизначеності й надії в умовах війни. Попри зростання уваги до теми травматичного досвіду дітей у воєнний час, образотворче мислення як ресурсний і діагностичний інструмент залишається недостатньо дослідженим у психологічній науці. Його зв'язок з екзистенційними феноменами – втратою, ізоляцією, тривогою, сенсом і надією – потребує подальшого теоретичного й емпіричного осмислення. Це особливо важливо під час аналізу дитячих малюнків як символічного засобу опрацювання як колективної, так і особистої травми.

Мета – дослідити художні роботи школярів як візуальні прояви осмислення травматичного досвіду війни; виявити повторювані візуальні метафори, символи та композиційні рішення, що репрезентують емоційний досвід; з'ясувати психологічний потенціал образотворчого мислення як засобу інтеграції травми й відновлення внутрішньої цілісності.

Наукова новизна дослідження полягає в аналізі психологічних механізмів естетичної трансформації травматичного досвіду та ролі образотворчого мислення у формуванні резилієнтності й колективного осмислення реальності в умовах війни.

Висновки. У воєнний час образотворче мислення дітей постає емоційно насиченою та символічно складною формою переживання дійсності. Художні роботи виконують низку функцій: емоційної регуляції, символічної інтеграції травми, комунікації, збереження суб'єктності, пам'яті та надії. Візуальні образи виступають знаками психологічного відновлення й переосмислення досвіду. Через символізацію, екстерналізацію, естетичне дистанціювання та рефлексивне образотворче мислення діти демонструють здатність трансформувати травму у візуальні структури, що підтримують індивідуальну та колективну стійкість. Таким чином, дитяча художня творчість виконує не лише терапевтичну, а й суспільно-культурну функцію, сприяючи переосмисленню колективної травми та укріпленню соціальної єдності.

Ключові слова: візуальна метафора, образотворче мислення, травматичний досвід, війна, дитяча творчість, інтеграція.

Постановка проблеми. Війна радикально змінює досвід дитинства, порушуючи базове відчуття безпеки, ритм щоденного життя та усталені орієнтири. Природна безтурботність дитинства поступається місцем досвіду, що виходить за межі вікових норм і пов'язаний із втратами, невизначеністю та емоційними потрясіннями. У таких умовах особливої ваги набуває образотворче мислення

школярів – здатність осмислювати світ через візуальні, символічні та асоціативні форми. Це мислення не лише виконує функцію творчого розвитку, а й слугує механізмом емоційного самозбереження, способом внутрішнього переосмислення реальності та пошуку сенсу в умовах кризи.

Попри зростання уваги до травматичного досвіду дітей у контексті війни, образотворче мислення як ресурсний і водночас діагностичний інструмент залишається недостатньо дослідженим у психологічній літературі. Особливо це стосується аналізу змісту дитячих малюнків як способу символічного опрацювання колективної та особистісної травми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Стаття спирається на праці, в яких висвітлено проблематику психологічних наслідків війни для дітей [5; 7; 8; 17 та ін.], окреслено методологічні підходи до проблеми невербальних засобів самовираження, які дають змогу артикулювати переживання, що не піддаються вербалізації [1; 3; 6; 14 та ін.], з'ясовано можливості й форми застосування арт-терапії [9; 11; 16 та ін.]. Психологічні наслідки війни для дітей охоплюють підвищену тривожність, ПТСР, емоційне виснаження, порушення сну та когнітивну регресію [5; 8]. В Україні на тлі повномасштабної війни зафіксовано зростання числа звернень за психологічною підтримкою серед дітей [17].

Дослідження підтверджують, що образотворча діяльність дає змогу дітям символічно репрезентувати пережите й сприяє інтеграції травматичного досвіду [6]. Згідно з [12], арттерапія є ключовою формою підтримки дітей, які пережили політичне насильство. Образотворча діяльність дає змогу опосередковано висловити досвід, що є занадто болісним для вербалізації [11]. Техніки психологічної допомоги, розроблені спеціально для дітей і молоді, акцентують на поєднанні вербальних і невербальних форм роботи [6], зокрема, із застосуванням сучасних цифрових платформ [13]. Такі засоби дають змогу молоді з гарячих точок символічно репрезентувати свій досвід через графічні історії, відкриваючи нові можливості для дослідження й інтервенцій. Клачерті [9] описує підхід, згідно з яким дитячі малюнки вбудовуються в метафоричні або фізичні «контейнери», наприклад книги, колажі. «Контейнер» виступає як захисна рамка, що утримує емоції, дозволяючи дітям у процесі створення історій досліджувати як свою вразливість, так і силу. Згідно з [15], структура травматичних наративів значною мірою залежить від культурних концепцій та контекстів, що обґрунтовує важливість культурної усвідомленості та доречності під час взаємодії з дискурсом травми. Вестергард [18] досліджує, як фольклорні наративи, зокрема історії про зустрічі з надприродними істотами, функціонують як репрезентації колективної травми. На її думку, ці історії не лише зберігають пам'ять про травматичні події, але й створюють простір для їх символічного опрацювання та трансформації [18].

Попри загальне визнання ролі художньої творчості в емоційному розвитку дитини, в академічному дискурсі недостатньо висвітлено образотворче мислення як специфічний ресурс опрацювання травматичного досвіду. Його зв'язок

з екзистенційними феноменами (втрати, ізоляції, тривоги, сенсу, надії) в умовах війни потребує подальшого теоретичного й емпіричного дослідження.

Мета статті – проаналізувати образотворчі роботи школярів як візуальні прояви процесу осмислення травматичного досвіду в умовах війни; виявити типові візуальні метафори, символи та композиційні прийоми, за допомогою яких діти репрезентують емоційний досвід; окреслити психологічний потенціал образотворчого мислення як засобу інтеграції травматичного досвіду та підтримки внутрішньої цілісності особистості.

Результати дослідження. Образотворче мислення – здатність сприймати, структурувати та передавати зміст через візуальні образи, використовуючи простір, колір, символи й композиційні рішення. У дітей, зокрема в обдарованих учнів мистецьких шкіл, цей тип мислення часто формується як провідний спосіб пізнання світу та самовираження. У дослідженні було проаналізовано роботи художньо обдарованих учнів (переважно мистецького ліцею імені М.І. Чемберджі в Києві), виконані в рамках творчих занять у різних техніках (акварель, графіка, монотипія, комп'ютерна графіка) під супроводом художниці, педагога та арттерапевки Наталі Володіної-Панченко.

У творах учнів – переживання воєнного часу. Діти й підлітки виражають біль і співчуття, змальовуючи наслідки ворожих обстрілів («А душа України жива» Тетяни К., «Привид зруйнованого міста» Аліни К.; «Поранений хлопчик» Микити Л.).

У роботі Тетяни К. «А душа України жива» (рис. 1) – центральний образ – біла постать із крилами, яка піднімається з-поміж руїн, – уособлює душу України. Вона ніби відривається від знищених міст, несучи в собі не лише пам'ять про втрати, а й надію на відродження. Контраст між темним, охопленим полум'ям тлом і світлим образом душі підкреслює боротьбу життя й смерті, світла й темряви. На тлі – понівечені будівлі, пожежі, знищена інфраструктура, зруйновані автомобілі. Та навіть у цьому апокаліптичному ландшафті зберігаються кольори українського прапора, що символізують незламність.



Рис. 1. А душа України жива

Образ душі, що здіймається вгору, пов'язаний і з християнськими, і з культурно-національними уявленнями про жертву, гідність і воскресіння. Контраст між цим образом і темним тлом підкреслює незламність духу навіть після катастрофи.

«Поранений хлопчик» Микити Л. – композиція, яка через зображення дитини, що пережила жахи обстрілу, передає травматичний досвід війни. Центром композиції є фігура пораненого хлопчика з численними перев'язками й синцями, сльозою на щоці. Хлопчик зображений на тлі палаючих будинків, розбитих конструкцій, поранених тварин – у світі, який втратив стабільність і безпеку, тло акцентує масштаб руйнування і беззахисність дитини у хаосі війни.



Рис. 2. Поранений хлопчик

Його погляд, сповнений болю, ніби він шукає захисту або втрачених близьких, що змушує відчувати особисту причетність до трагедії. Попри наївну стилістику (плоскі кольорові заливки, спрощена форма), твір несе глибоке психологічне навантаження. Особливо промовистим є контраст між насиченою, майже декоративною кольоровою палітрою й трагічним змістом: це створює напруження між дитячою мовою вираження й глибиною переживань. Графічна стилізація та яскраві кольори посилюють драматизм і водночас додають ноток наївного мистецтва, в якому сильні емоції знаходять пряме й щире вираження.

Частина дитячих малюнків, створених учнями з родин ВПО (переважно з Маріуполя), які певний час відвідували школу мистецтв № 2 у Києві, присвячена образам омріяного щастя, відновленого миру та втраченої домівки. У рамках теми «Моя мрія» діти створюють ідеалізовані візії – затишні будинки, гармонійну природу, спокійне повсякдення – як контрапункт до пережитих втрат і руйнувань. Інша група робіт зосереджена на рефлексії минулого й посттравматичному переосмисленні досвіду – через образи пам'яті. Характерним прикладом є малюнок Єлизавети У. «Остання перед війною осінь».



Рис. 3. Остання перед війною осінь

Центральним елементом композиції виступає зображення двох фігур під парасолькою на тлі осіннього пейзажу, що візуалізує стан зосередженого спокою, прощання або напруженого очікування; виконано у техніці графіки: монохром, штрихування, плавні лінії, що створюють драматичний настрій. Парасолька – символ захисту, але й крихкості. Осінь постає як метафора завершення, переходу, останнього моменту стабільності перед радикальною зміною. Рамка навколо сцени – яскрава, барвиста, виконана в стилі декоративного живопису. Вона складається з осіннього листя, жолудів, грибів, що створює враження багатства життя, краси природи. Відмінності між центральною частиною й рамкою посилюють контраст: внутрішній світ постатей ідилічний, але обрамлений осіннім завершенням, який натякає на незворотні зміни. Такий композиційний прийом дозволяє інтерпретувати малюнок як символічне відображення граничного досвіду – межі між миром і війною, спогадом і втратою. Назва доповнює візуальний символізм: це момент затишшя перед бурею, останній ковток мирного життя. «Остання перед війною осінь» є метафорою ностальгії, втрати й болісної пам'яті про те, що було зруйноване війною. Робота виявляє силу мистецтва як способу переживання досвіду та збереження внутрішнього світу людини в умовах травматичних подій.

Діти малюють захисників – бійців ЗСУ; військові сюжети – з промовистими назвами: «Нічний наступ ЗСУ на ворога» Назарія Г., «Воїни ЗСУ, за нами Україна» Тимофія Г., «Українські військові захищають Землю» Михайла Д.



Рис. 4. Нічний наступ ЗСУ на ворога

У роботі Назарія Г. (10 років) «Нічний наступ ЗСУ на ворога» центральна фігура – військовий у камуфляжі з яскравою зброєю, вона підкреслює силу, впевненість. Його постава – пряма, геройська. Це образ «захисника», який символізує боротьбу добра проти зла.

Тло – нічне небо, місяць, зірки – посилює драматизм і водночас надає малюнку елемент магічності. Уночі ворог не бачить, а свої – наступають. Це може бути метафора несподіваної, але справедливої перемоги. Навколо – символи транспорту, військової техніки. Кольори не типові для реалістичного зображення війни, але типові для дитячого погляду – це спроба Назарія осмислити страшну тему через мову гри, фантазії, уяви. Зокрема, відтінки зеленого асоціюються з полем, життям, надією. Хоч іде війна, земля жива, її не знищено. Контури нага-

дують піксельну графіку. Дитина інтегрує образи війни у знайомий ігровий простір, опрацьовує страх через фантазію, поєднує гру з реальністю війни без страхітливих деталей, що може допомагати знизити тривогу. Назарій виражає почуття пошани до воїнів і надію: ЗСУ сильні, наступають, переможуть. Малюнок демонструє важливу функцію дитячої творчості в умовах війни – символічне опанування травматичного досвіду. Назарій бачить війну, але інтерпретує її через героїчний образ захисника, технологічну перевагу та впорядковану реальність. Це свідчить про пошук внутрішнього порядку, відчуття приналежності до сили, що бореться за добро.

Старші учні чутливіші до трагічного аспекту війни. Заслуговує на увагу звернення до історичних паралелей, зокрема, в роботі Тетяни К. «Загибель козака».



Рис. 5. Загибель козака

Образ загиблого козака в традиційному вбранні, що лежить на тлі зеленого мирного українського пейзажу, є репрезентацією архетипу національного героя, що гине заради батьківщини. Червоні маки поруч акцентують тему пам'яті й жертвності, водночас апелюючи до мотиву відродження. Контраст між ідилічним тлом і тілом загиблого воїна посилює драматизм сцени та створює умови для символічного дистанціювання. Робота виконує функцію ритуалу жалоби, пам'яті, поєднуючи елементи історичної самосвідомості, горя та трансцендентного прийняття. Образ загиблого козака унаочнює не лише втрату, а й гідність, зв'язок поколінь, виступає архетиповим образом стійкості. Такі образи, вкорінені в народній пам'яті, відображають історичну тяглість, стаючи мостом між особистим болем і минулим народом, є прикладом осмислення втрати через національний код.

Значний інтерес становить методика мисткині та педагога Наталії Володіної-Панченко, коли в процесі творчості учні слухають пісню «Пливе кача по Тисині»; пісня має глибоке символічне значення, і її виконання різними артистами може змінювати емоційний контекст. Наприклад, сучасна інтерпретація цієї пісні може набувати нових значень через призму війни, що дає учням можливість глибше відчувати тугу, втрату, надію та єдність. «Пливе кача» – це пісня про біль втрати та жертвність, яка часто лунає під час прощань із загиблими героями. Пісня навіює мотиви скорботи, пам'яті та боротьби, яку переживає Україна. У композиціях учнів відображається це емоційне наповнення. Діти працюють у різних техніках,

зокрема з використанням дисків, графічної техніки, яка дає змогу створювати відбитки. Це стимулює учасників до експериментів і розвитку їхнього креативного мислення. Водночас процес художньої праці стає безпечним простором для контакту з власними почуттями.

Проаналізуємо деякі з учнівських робіт.

У роботі Марії Г. центральний персонаж – качка з оком. Качка як центральний образ перегукується з головним символом пісні – вона є не лише буквальною візуалізацією, а й метафорою душі, що пливе між світами. Око в тілі качки – надзвичайно потужний образ. Воно може символізувати: свідомість, що все бачить, навіть за межею життя; пам'ять про загиблих, яка продовжує дивитися на нас і через нас; біль чи прозріння – коли не можна «закрити очі» на трагедію; або ж образ матері, яка бачить свого сина, що пливе у вічність (це може бути алюзія до рядків пісні: «мамо, не плач»). Качка зображена на тлі червоного кола, яке розташоване в чорному квадраті. Червоне може означати: кров – як свідчення втрати, жертви; сонце / місяць, що заходить або сходить – цикл життя і смерті; тривогу, біль, пролиту любов. Оскільки це круг, він може символізувати вічність, нескінченність, коло буття, життєвий цикл. Тростини з обох боків качки створюють відчуття межі, берегів, тунелю між світами. Візуально це нагадує ворота, через які душа проходить (ще одна алюзія до переходу). Червоні смуги (хвилі / туман) можуть символізувати воду, в якій пливе качка, або серпанок смерті, суму. Вони також розмивають чіткі межі реальності – ми ніби потрапляємо у простір між сном і явою, життям і смертю.



Рис. 7. «Пливе Кача» 1

Робота – не просто ілюстрація до пісні – це її візуальний резонанс у серці дівчинки-авторки; створена візуальна метафора говорить про неможливість відвернути погляд, про гріке усвідомлення, про спокій і біль водночас.

Робота Софії Л. – детальний малюнок олівцем із ретельним проробленням тіней і текстур – приклад того, як підліткове образотворче мислення здатне транслювати складний екзистенційний досвід у метафоричній формі. Ми впізнаємо обриси людського серця, деформованого й скутого чужорідним предметом. Якщо сприймати її у супроводі пісні «Пливе кача», яка асоціюється з прощанням, загибеллю й колективним трауром, візуальний образ набуває потужного екзистенційного

виміру. Серце ніби охоплене лещатами – стиснуте зовнішньою силою. Центральний отвір у структурі – символічне втілення порожнечі, нагадує втрату близької людини чи душевну рану. Його геометричність на контрасті з органічністю серця підсилює враження чужорідності, травматичності. Прямокутний об'єкт, що ніби пробиває серце, асоціюється з цвяхом, уламком, ланкою кайданів. Колористика стримана, драматична, підсилює ефект стисненого болю й зосередженої тиші. у поєднанні з «Пливе кача» це справді перетворюється на реквієм – ілюстрацію духовної втрати, жалоби, де звук і образ разом створюють глибинний афект. Символічність малюнка – не прямолінійна, а психологічно багатопланова, приклад того, як образотворче мислення здатне перетворювати біль у візуальну метафору.



Рис. 8. Пливе кача 2

Робота Софії не лише передає індивідуальний емоційний стан, а й створює загальнолюдське послання про травму, пам'ять і крихку надію на зцілення.

Аналіз результатів та обговорення. Образотворче мислення учнів в умовах війни постає як форма символізації травматичного досвіду. Створювані роботи не є простими ілюстраціями – це візуальні метафори складного для вербалізації емоційного досвіду. Такий тип мислення активізує інтуїтивні, асоціативні й емоційні механізми, дозволяючи дистанціюватися від болю і водночас віднайти сенс.

Аналіз робіт виявив низку ключових психологічних аспектів: вираження втрати і болю – через темну кольорову гаму, зруйновані простори, травмованих людей і тварин; актуалізація мрії, надії, прагнення миру – особливо у творах дітей з родин ВПО, де тема «Моя мрія» трансформується в образи стабільності та безпеки; позитивні ідентифікації з фігурами сили й захисту – через зображення українських воїнів; використання символів-архетипів (світло, крила, серце, рослина, янгол), релігійних алюзій, історичних паралелей або історико–культурних кодів; залучення національної символіки (соняшники, вишиванки, кольори прапора) як засобів ствердження ідентичності; використання контрасту – поєднання темряви і світла, часто в малюнках одночасно присутні образи руйнації й надії: свічки, світло серед темряви, рослини серед руїн.

Актуалізується прагнення до внутрішньої правди, де мистецтво стає засобом порятунку, самовідновлення. Образотворча діяльність у цьому контексті – не лише художній акт, а форма психологічної трансформації, свідчення не лише

болю, а й сили. Вона виконує функції екстерналізації, дистанціювання, символізації, надає безпечну зону для осмислення й комунікації травматичного досвіду. Автори через візуальні тексти вступають у діалог із собою, з іншими, з колективною пам'яттю. Через візуальну метафору школярі виявляють здатність до сенсотворення в межових обставинах. Образотворче мислення постає як форма осмислення втрати й формування наративу надії. Арттерапевтична підтримка з боку педагога допомагає учням працювати зі своїми емоціями, виражаючи їх через творчість. Це дає учням змогу не тільки знизити емоційну напругу, але й переосмислювати переживання через мистецькі образи.

Отримані результати узгоджуються із сучасними уявленнями про значення образотворчої діяльності як засобу емоційного вираження та осмислення досвіду. Дитячі малюнки в умовах війни поєднують елементи травматичного досвіду (сцени руйнувань, втрати, прощання) з проявами надії, захисту, духовної присутності [4]. Ці спостереження підтверджуються і в нашому дослідженні: діти використовують зображення янголів, світла, сердець як символів любові, підтримки, а також сцен прощання, жалоби для репрезентації втрат.

Наш підхід орієнтується на позитивну модель здоров'я, що акцентує увагу не на патології, а на стійкості, творчому потенціалі та здатності до відновлення [10]. Творчість у цьому контексті забезпечує доступ до таких механізмів, як екстерналізація, дистанціювання, символізація, художня емпатія та творча проєкція [3], дає змогу дитині візуально структурувати й переробляти фрагменти травматичних переживань, сприяє когнітивному впорядкуванню та емоційному врівноваженню [12; 16].

Результати дослідження узгоджуються з міркуваннями про роль національної культури в процесі колективного опрацювання травми. Як показує Клачерті [9], дитячі малюнки, особливо створені в структурованих арттерапевтичних умовах, функціонують як безпечні простори, де емоції можуть бути виражені й упорядковані. Згідно з візуально-наративним підходом, діти осмислюють складний досвід, не витісняючи його, але водночас забезпечуючи конструктивний психологічний захист.

Під час виконання творчих завдань пісня «Пливе кача» функціонує як «культурний контейнер» емоцій, і тому її інтерналізація в дитячих малюнках має як регулятивну (управління емоціями), так і наративну (надання сенсу) функцію [9; 18 та ін.]. Як зазначає Вестергард [18], фольклор і національні наративи можуть діяти як колективна форма пам'яті та трансформації, надаючи сенсу травматичному досвіду шляхом символічної репрезентації. Згадана нами робота Тетяни К. «Загибель козака» репрезентує зазначений культурний аспект через архетипову фігуру, поєднану з історичною пам'яттю.

Таким чином, візуальні наративи, засновані на культурних кодах, виступають інструментами емоційного вираження, когнітивного впорядкування травматичного досвіду, засобом осмислення колективної травми, реконструкції сенсу

подій. Як зазначає Горностай [2], колективна травма – це не просто сукупність індивідуальних страждань, а форма соціального болю, яка вимагає осмислення й інтеграції. особливий формат спільного досвіду, який потребує символічного артикулювання. У цьому контексті образотворча діяльність школярів фіксує, трансформує і передає спільні афекти: втрату, горе, страх, очікування. Малюнок стає посередником між особистою емоцією та соціальною пам'яттю, структурованою через культурні коди.

Зокрема, у межах проєкту «Мамо, я бачу війну» (2022–2023) [4], який зібрав понад 10 тисяч дитячих малюнків із різних регіонів України, відображається хроніка війни очима дитини. Ці малюнки, сповнені особистих емоцій, резонують із загальнонаціональними сюжетами: оборона, втрата, героїзм, очікування миру; фіксують переживання війни та спроби віднайти внутрішні ресурси. Здійснений нами аналіз підтверджує спільність змісту малюнків; теми тривоги, страху, розлуки передаються через темні кольори, ізольовані фігури, символи горя, а мотиви трансцендентної надії відображаються в символах світла, рук, що обіймають, серця, янголів. Створювані образи виступають як маркери колективного афекту й виконують не лише терапевтичну, а й меморативну функцію, допомагаючи дітям включитися у спільний процес осмислення подій воєнного часу. Це підкреслює значущість образотворчої діяльності як форми візуальної культури, що репрезентує і підтримує національну спільність у часи криз, є складником процесу національного опрацювання травми.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Образотворче мислення школярів у контексті війни постає як глибоко емоційна, символічно насичена та когнітивно складна форма осмислення дійсності. Воно дає змогу дітям виражати й структурувати екзистенційний досвід, зокрема втрату, самотність, прощання, надію. Дитячі малюнки виконують низку важливих функцій: емоційної регуляції, символічної інтеграції травматичного досвіду, комунікації з іншими людьми, збереження власної суб'єктності, пам'яті та надії. У роботах простежуються варіанти візуальних символів, знаків психологічного відновлення й сенсу. Учні демонструють здатність до естетичного перетворення травматичного досвіду через механізми символізації, екстерналізації, естетичного дистанціювання та візуальної рефлексії. Образотворча діяльність в умовах війни є ресурсом опрацювання травми, сприяє психологічній стійкості та пошуку сенсу. Подальші дослідження доцільно спрямувати на систематизацію візуальних метафор, вивчення їхньої динаміки та впливу в умовах війни в межах різних арттерапевтичних програм.

Список використаних джерел і літератури

1. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи : монографія / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. Львів : ЛьвДУВС, 2023. 283 с. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream>
2. Горностай П.Г. Психологія колективних травм : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2023. 336 с.

3. Завгородня О. Арттерапевтична підтримка ментального здоров'я людини в умовах загрозової невизначеності. *Новітні зміни сучасного суспільства*. 2024. Вип. 116. С. 68–78.
4. Проєкт «Мамо, я бачу війну». 2022–2023. Архів дитячих малюнків війни. URL: <https://mamoyabachuvijnu.com>
5. Процик Л. Переживання надзвичайної ситуації як вітальної загрози. *Наукові перспективи*. 2022. № 12 (30). С. 500–509.
6. Сміт П., Дирегров Е., Юле У. Діти та війна: навчання технікам зцілення. Львів : Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014.
7. Яцина О.Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Наукові перспективи*. 2022. № 7 (25). [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7\(25\)-554-567](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7(25)-554-567)
8. Children in emergencies and conflicts. In Wikipedia. Retrieved May 6, 2025. URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Children_in_emergencies_and_conflicts
9. Clacherty G. Drawings in a “Container”: A Visual Narrative Approach to Research With Refugee Children. *Social Inclusion*. Vol. 12, № 4, 1–14, 2024. <https://doi.org/10.17645/si.8629>
10. Towards a ‘patient-centred’ operationalisation of the new dynamic concept of health: A mixed methods study / Huber M., van Vliet M., Giezenberg M., Winkens B., Heerkens Y., Dagnelie P. C., Knottnerus J. A. *BMJ*. 2016. V. 6. P. 35–40.
11. Huss E., Sarid O. Visually Processing Trauma: Art Therapy with Children Exposed to Political Violence. *The Arts in Psychotherapy*. 2015. Vol. 45. P. 11–17. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2015.05.007>
12. Kalmanowitz D. L., Ho R. T. H. Art Therapy and Mindfulness with Survivors of Political Violence: A Qualitative Study. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2017. Vol. 9 (Suppl. 1). P. 107–113. <https://doi.org/10.1037/tra0000174>
13. Kumar I. K., Shen J., Ferguson C., Picard R. W. Connecting through Comics: Design and Evaluation of Cube, an Arts-Based Digital Platform for Trauma-Impacted Youth. *CSCW '25: Proceedings of the 28th ACM Conference On Computer-Supported Cooperative Work And Social Computing*. 2025. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2412.09834>
14. Malchiodi C. A. Trauma and Expressive Arts Therapy: Brain, Body, and Imagination in the Healing Process. New York : Guilford Press, 2020.
15. Naidoo R., Shaik S. “I Think Too Much” – Culture, Trauma, and Expressions of Distress. *Teaching Anthropology*. 2024. Vol. 13(2). P. 87–99. URL: https://www.teachinganthropology.org/ojs/index.php/teach_anth/article/view/727
16. Art Therapy in Pandemics: Lessons for COVID-19 / Potash J. S., Kalmanowitz D., Fung I., Anand S. A., Miller G. M. *Art Therapy*. 2020. Vol. 37(2). P. 105–107. <https://doi.org/10.1080/07421656.2020.1754047>
17. Reuters. Emotional trauma piles up for Ukraine's children three years after invasion. 2024, February 20. URL: <https://www.reuters.com/world/europe/emotional-trauma-piles-up-ukraines-children-three-years-after-invasion-2025-02-20/>
18. Vestergaard E. V. Trauma, Cultural Complexes, and Transformation: Folk Narratives and Present Realities. London : Routledge, 2018. <https://doi.org/10.4324/9781315294650>

References

1. Artterapiia i viina. Kalka, N. M., & Odintsova, H. M. (Eds.). (2023). *Artterapiia i viina: konteksty i dosvid praktychnoi roboty [Art therapy and war: Contexts and experience of practical work]*. Lviv: Lvivskyi derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav – Lviv State University of Internal Affairs. Retrieved from: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream> [in Ukrainian].

2. Hornostai, P. H. (2023). *Psykhologhiia kolektyvnykh travm [Psychology of collective traumas]*. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD [in Ukrainian].
3. Zavgorodnia, O. V. (2024). Artterapevtychna pidtrymka mentalnoho zdorovia liudyny v umovakh zahrozlyvoi nevyznachenosti [Art-therapeutic support of mental health in conditions of threatening uncertainty]. *Novitni zminy suchasnoho suspilstva – Modern Society's Transformations*, (116), 68–78 [in Ukrainian].
4. Mamo, ya bachu viinu [Mom, I see the war] (2022–2023). Arkhiv dytiachykh malunkiv viiny [Archive of children's drawings of war]. Retrieved from: <https://mamoyabachuvijnu.com> [in Ukrainian].
5. Protsyk, L. V. (2022). Perezhyvannia nadzvychainoi sytuatsii yak vitalnoi zahrozy [Experiencing an emergency as a vital threat]. *Naukovi perspektyvy – Scientific Perspectives*, 12 (30), 500–509. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-12\(30\)-500-509](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-12(30)-500-509) [in Ukrainian].
6. Smith, P., Dyregrov, E., & Yule, W. (2014). *Dity ta viina: navchannia tekhnikam ztsilennia [Children and war: Teaching recovery techniques]*. Lviv: Instytut mentalnoho zdorovia Ukrainskoho katolytskoho universytetu – Institute of Mental Health of UCU [in Ukrainian].
7. Yatsyna, O. F. (2022). Vplyv viiny na psykhične zdorovia: oznaky travmatyzatsii psykiky ditei ta pidlitkiv [The impact of war on mental health: Signs of psychological trauma in children and adolescents]. *Naukovi perspektyvy – Scientific Perspectives*, 7 (25), 554–567. [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7\(25\)-554-567](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7(25)-554-567) [in Ukrainian].
8. Children in emergencies and conflicts. Wikipedia contributors. (2025, May 6). Retrieved from: https://en.wikipedia.org/wiki/Children_in_emergencies_and_conflicts [in English].
9. Clacherty, G. (2024). Drawings in a “Container”: A visual narrative approach to research with refugee children. *Social Inclusion*. Vol. 12, №. 4, 1–14. <https://doi.org/10.17645/si.8629> [in English].
10. Huber, M., van Vliet, M., Giezenberg, M., Winkens, B., Heerkens, Y., Dagnelie, P. C., & Knottnerus, J. A. (2016). Towards a ‘patient-centred’ operationalisation of the new dynamic concept of health: A mixed methods study. *BMJ*, 6, 35–40 [in English].
11. Huss, E., & Sarid, O. (2015). Visually processing trauma: Art therapy with children exposed to political violence. *The Arts in Psychotherapy*, 45, 11–17. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2015.05.007> [in English].
12. Kalmanowitz, D. L., & Ho, R. T. H. (2017). Art therapy and mindfulness with survivors of political violence: A qualitative study. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9 (Suppl 1), 107–113. <https://doi.org/10.1037/tra0000174> [in English].
13. Kumar, I. K., Shen, J., Ferguson, C., & Picard, R. W. (2025). Connecting through comics: Design and evaluation of Cube, an arts-based digital platform for trauma-impacted youth. CSCW '25: Proceedings of the 28th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work and Social Computing. <https://doi.org/10.48550/arXiv.2412.09834> [in English].
14. Malchiodi, C. A. (2020). *Trauma and expressive arts therapy: Brain, body, and imagination in the healing process*. New York: Guilford Press [in English].
15. Naidoo, R., & Shaik, S. (2024). “I think too much” – Culture, trauma, and expressions of distress. *Teaching Anthropology*, 13(2), 87–99. Retrieved from: https://www.teachinganthropology.org/ojs/index.php/teach_anth/article/view/727 [in English].
16. Potash, J. S., Kalmanowitz, D., Fung, I., Anand, S. A., & Miller, G. M. (2020). Art therapy in pandemics: Lessons for COVID-19. *Art Therapy*, 37 (2), 105–107. <https://doi.org/10.1080/07421656.2020.1754047> [in English].
17. Reuters. (2024, February 20). Emotional trauma piles up for Ukraine's children three years after invasion. Retrieved from: <https://www.reuters.com/world/europe/emotional-trauma-piles-up-ukraines-children-three-years-after-invasion-2025-02-20/> [in English].
18. Vestergaard, E. V. (2018). *Trauma, cultural complexes, and transformation: Folk narratives and present realities*. London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315294650> [in English].

Zavhorodnya O. V.

Doctor of Psychological Sciences, Senior Researcher,
Chief Researcher at the Laboratory of Psychology of Creativity
G.S. Kostyuk Institute of Psychology of NAES of Ukraine

ARTISTIC VISUAL THINKING OF SCHOOLCHILDREN AS VISUAL FORM OF MEANING-MAKING IN TIMES OF WAR

The article explores the artistic visual thinking of schoolchildren as a specific visual-cognitive form of understanding the experience of loss, anxiety, uncertainty, and hope in war conditions. Despite the increasing focus on children's traumatic experiences during wartime, artistic visual thinking as a resourceful and diagnostic tool remains insufficiently explored in psychological research. Its relationship with existential phenomena – such as loss, isolation, anxiety, meaning, and hope – requires further theoretical and empirical attention. This is especially relevant when analyzing children's drawings as a symbolic means of processing both collective and personal trauma.

The purpose of this study is to analyze schoolchildren's visual artworks as expressions of trauma-related meaning-making in wartime; to identify recurrent visual metaphors, symbols, and compositional strategies used to convey emotional experience; and to reveal the psychological potential of visual thinking as a means of trauma integration and internal coherence.

The scientific novelty of the research lies in uncovering psychological mechanisms of aesthetic transformation of trauma and in analyzing the role of visual thinking in helping gifted students develop resilience and participate in collective sense-making during war.

Conclusions. In wartime, children's visual thinking becomes an emotionally rich and symbolically complex form of experiencing reality. Artworks serve multiple functions: emotional regulation, symbolic trauma integration, communication, preservation of subjectivity, memory, and hope. Visual creations act as signs of psychological recovery and meaning reconstruction. Through symbolization, externalization, aesthetic distancing, and visual reflection, children demonstrate the ability to process trauma and transform it into images that support individual and collective resilience. Thus, children's artistic expression serves not only therapeutic but also sociocultural functions, contributing to the rethinking of collective trauma and strengthening social cohesion.

Key words: visual metaphor, artistic visual thinking, traumatic experience, war, children's creativity, integration.

УДК 159.98

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.10>

Зірчак Г. П.

старший викладач кафедри інформаційної діяльності та медіа-комунікацій

Національний університет «Одеська політехніка»

email: zirchak.anna@op.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-7809-8154

Зірчак О. П.

фахівець 1 категорії кафедри археології, етнології та всесвітньої історії

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

email: olgazirchak@gmail.com

ORCID ID: 0009-0005-7978-3638

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ АКАДЕМІЧНОЇ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

У статті проаналізовано особливості формування академічної прокрастинації серед студентів в умовах дистанційного навчання. Розглянуто психологічні чинники, що сприяють зволіканню з виконанням навчальних завдань, зокрема знижену мотивацію, недостатній самоконтроль, порушення тайм-менеджменту та підвищену тривожність. Зосереджено увагу на ролі середовища дистанційного навчання як каталізатора прокрастинаційної поведінки, адже саме ізоляція, відсутність безпосереднього контролю та розмитість меж між навчальною та особистою діяльністю часто спричиняють зниження навчальної активності. Представлено результати емпіричного дослідження, що підтверджують збільшення рівня прокрастинації серед студентів під час онлайн-навчання, а також виявлено відмінності у проявах прокрастинації залежно від індивідуально-психологічних особливостей. У статті обґрунтовано необхідність цілеспрямованого розвитку навичок саморегуляції, а також надано рекомендації щодо організації ефективного дистанційного навчального процесу з урахуванням впливу факторів, що сприяють прокрастинації.

Ключові слова: академічна прокрастинація, дистанційне навчання, саморегуляція, мотивація, студентська успішність, тайм-менеджмент.

Постановка проблеми. Прокрастинація є поширеним явищем у сучасному суспільстві, що проявляється у свідомому відкладанні важливих справ. В академічному контексті вона набуває системного характеру та може істотно впливати на навчальну діяльність студентів, особливо в умовах дистанційного навчання. Актуальність дослідження зумовлена зростанням кількості студентів, які виявляють труднощі з організацією навчальної діяльності, що супроводжується зниженням академічної успішності та погіршенням психологічного стану.

Пандемія COVID-19 та воєнні дії в Україні спричинили перехід вищої освіти до дистанційного формату, що істотно трансформувало освітнє середовище. Само-

стійна робота стала основною формою освітньої діяльності, що висуває високі вимоги до внутрішньої організованості студентів.

Проблема студентської прокрастинації в умовах дистанційного навчання набуває особливої актуальності, адже цей феномен суттєво ускладнює процес професійного становлення молоді, гальмуючи засвоєння знань і формування ключових компетентностей. Сучасні студенти часто стикаються з труднощами самоорганізації, низьким рівнем навчальної мотивації, інформаційним перевантаженням і психологічною ізоляцією. Варто зазначити, що прокрастинація не завжди є виключно індивідуальною рисою; нерідко вона зумовлена зовнішніми факторами: недосконалою організацією освітнього процесу, надмірними академічними вимогами або технічними перешкодами, характерними для дистанційного формату навчання. Усе це підкреслює необхідність комплексного вивчення проявів прокрастинації серед студентської молоді, аналізу її причин і наслідків, а також розроблення ефективних психолого-педагогічних підходів, спрямованих на зменшення проявів зволікання, підвищення навчальної продуктивності та сприяння адаптації студентів до нових освітніх реалій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема прокрастинації та її природа привертала увагу багатьох дослідників. Зокрема, її особливості та причини аналізували Ж. Б. Бурка, Дж. Р. Феррарі, Дж. Л. Джонсон, Н. Мілграм, Р. Тенне, П. Стіл та інші [2]. Питанням профілактики та корекції цього явища присвячені праці Г. К. Шоувенбурга, Ч. Х. Лея, М. М. Качгала тощо. У вітчизняному науковому просторі феномен прокрастинації розглядається у роботах Є. Базики, Д. Бикова, М. Дворник, К. Фоменко та інших авторів.

Окремим напрямом сучасних досліджень стала академічна прокрастинація – схильність до систематичного відкладання виконання навчальних завдань, що ускладнює регуляцію освітньої діяльності студентів. Вважається, що саме навчальний процес створює умови, які є найбільш сприятливими для формування прокрастинаційної поведінки, що, своєю чергою, часто має негативні наслідки для академічної успішності. Згідно з результатами численних досліджень, прокрастинація є одним із ключових чинників, що зумовлюють труднощі у навчанні. Цей аспект активно вивчається такими вченими, як М. Е. Ейткен, М. М. Качгал, Л. Дж. Соломон, С. І. Бабатіна, Є. Л. Базика, О. Грабчак, та іншими.

Мета статті: проаналізувати особливості формування прокрастинації серед студентів в умовах дистанційного навчання, визначити її основні причини та можливі наслідки, а також сформулювати психолого-педагогічні рекомендації, спрямовані на зменшення рівня прокрастинації та підвищення результативності навчальної діяльності студентів.

Результати дослідження. Прокрастинація – знайоме кожному явище відкладання справ «на потім». Вона особливо яскраво проявляється, коли завдання складні, потребують концентрації або виконуються під тиском. Часто, навіть усвідомлюючи важливість роботи, людина відкладає її, займаючись менш важ-

ливими, але приємнішими справами. Якщо така поведінка набуває хронічного характеру, вона суттєво гальмує особистісний розвиток та досягнення життєвих цілей [4].

Особливий інтерес у науковців викликає академічна прокрастинація – навмисне зволікання з виконанням навчальних завдань. Вона є поширеним явищем серед студентів, особливо в умовах дистанційного навчання, яке ускладнило самоорганізацію та зменшило зовнішній контроль і соціальну підтримку. Це негативно впливає на мотивацію, успішність, самооцінку та психоемоційний стан.

Формат дистанційної освіти має низку особливостей, які сприяють формуванню й загостренню прокрастинації:

1. Відсутність зовнішнього контролю – студенти не мають щоденного контакту з викладачами та одногрупниками, що знижує рівень відповідальності та мотивації.

2. Необхідність саморегуляції – навчання вимагає від студентів високого рівня організованості, чого часто бракує, особливо на молодших курсах.

3. Психоемоційні труднощі – ізоляція, невизначеність, стрес та страх перед майбутнім посилюють відчуття безпорадності.

4. Технічні труднощі та відволікання – нестабільний інтернет, перебої з електропостачанням, а також соціальні мережі і побут відволікають від навчання.

5. Надлишок інформації – велика кількість онлайн-завдань спричиняє перевтому і бажання відкласти справи.

Причини виникнення академічної прокрастинації поділяються на суб'єктивні та об'єктивні. До суб'єктивних чинників належать [10]:

- низький рівень самооцінки;
- недостатня волевільна регуляція;
- страх невдачі;
- перфекціонізм;
- низька навчальна мотивація;
- емоційне вигорання.

Об'єктивними детермінантами є:

- неефективна організація навчального процесу;
- надмірне навчальне навантаження;
- брак зворотного зв'язку;
- технічні труднощі в умовах онлайн-освіти.

Ці причини значно загострюються в умовах дистанційного навчання, коли студенти втрачають звичні джерела контролю, підтримки й соціальної взаємодії [6].

Особливої уваги заслуговує дихотомія активної та пасивної прокрастинації. Активні прокрастинатори свідомо відкладають справи задля мобілізації в умовах дедлайну, тоді як пасивні уникають завдань через страх і невпевненість [4, с. 45].

Академічна прокрастинація визначається як свідоме відкладання виконання навчальних завдань попри усвідомлення можливих негативних наслідків. Вона

має складну природу, охоплюючи когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти. За результатами досліджень Л. Д. Ротблума та Л. Й. Соломона, понад 80% студентів періодично або систематично відкладають виконання навчальних завдань, а понад 60% визнають потребу в професійній допомозі для подолання прокрастинації. Наслідки – емоційне виснаження, зниження результатів, втрата інтересу до навчання, підвищена тривожність. Прокрастинація поступово закріплюється як звичка та поширюється на інші сфери життя [5].

До основних негативних наслідків належать:

- зниження академічної успішності;
- підвищення рівня тривожності та стресу;
- зниження самооцінки;
- соціальна ізоляція;
- формування неадаптивних моделей поведінки.

Дослідження О. А. Столярчук, О. П. Сергєєнкової та О. П. Коханової показало, що середній рівень академічної прокрастинації серед студентів філологічних і психологічних спеціальностей становить 49,7–51,3 бали, що відповідає середньому рівню за шкалою К. Лей. Понад 50% студентів відзначили, що часто відкладають виконання завдань. Близько 56% студентів третього курсу вказали на посилення проявів прокрастинації в умовах дистанційного навчання. Основними причинами названо стрес, лінощі, протест на навчальне навантаження [9, с. 63].

Варто зазначити, що прокрастинація не є вродженою особливістю, а формується як набута поведінкова стратегія під впливом соціальних, особистісних і психологічних чинників. Це дозволяє стверджувати, що прокрастинацію можливо контролювати та зменшувати її прояви за допомогою цілеспрямованих методів і психокорекційних заходів. Як зазначає Д. Бикова, у студентів прокрастинація часто виникає в умовах інтелектуального перенавантаження, низької мотивації, страху перед невдачею або необхідності контакту з людьми, що викликають негативні емоції. Характерною рисою студентської вибірки є поєднання емоційно орієнтованих копінг-стратегій (що передбачають зниження стресу через емоційне самозаспокоєння) із копінгом, спрямованим на уникнення (тобто ухилення від виконання завдань). З часом емоційна компонента прокрастинації може втрачати інтенсивність, однак сам поведінковий патерн закріплюється [1, с. 24].

Академічна прокрастинація становить істотну проблему, що негативно позначається як на результативності навчальної діяльності, так і на психологічному благополуччі студентів. Її виникнення зумовлене сукупністю особистісних чинників та особливостями організації освітнього процесу. Ефективне подолання академічної прокрастинації потребує комплексного підходу, який передбачає надання психологічної підтримки, впровадження відповідних освітніх програм і розвиток навичок самоорганізації. Вирішальне значення у цьому процесі мають формування внутрішньої мотивації до навчання, опанування навичок тайм-менеджменту та здатність ефективно долати стресові ситуації [8, с. 69].

Для боротьби з академічною прокрастиною потрібен комплексний підхід:

1. Психологічна просвіта – інформування студентів про природу та наслідки прокрастиною.
2. Тренінги з тайм-менеджменту – формування навичок планування, розстановки пріоритетів, застосування технік керування часом.
3. Індивідуальна та групова психологічна підтримка – робота з тривожністю, страхами, розвиток емоційної стійкості.
4. Активне залучення викладачів – використання мотиваційних стратегій, індивідуальний підхід, створення підтримувального навчального середовища.
5. Академічна взаємодія – сприяння колективній роботі, розвитку навчального співтовариства.

Згідно з результатами теоретико-емпіричних досліджень, найбільш ефективним є комплексний підхід до подолання прокрастиною, що включає організацію психолого-педагогічного супроводу студентів, схильних до цієї форми дезадаптивної поведінки. Як зазначає Г. Меднікова, психолого-педагогічний супровід передбачає систему цілеспрямованих дій, спрямованих на створення умов, які сприяють прийняттю студентами обґрунтованих рішень, їхньому професійному становленню та розвитку суб'єктності. У межах цього процесу важливим є стимулювання самосвідомості шляхом розвитку таких компонентів, як самопізнання, самооцінка, самовизначення та саморозвиток. Забезпечення підтримки у цих напрямках сприяє формуванню вмотивованої, відповідальної й адаптивної особистості, здатної успішно долати виклики сучасного освітнього простору [7, с. 167].

Згідно з отриманими емпіричними даними, прокрастинатори ірраціонально-астеничного типу характеризуються наявністю значної кількості дезадаптивних когнітивних установок. Зокрема, їм притаманні надмірна самокритичність, схильність до катастрофізації та низький рівень толерантності до фрустрацій. Такі студенти орієнтовані на досягнення ідеального результату, однак навіть незначні труднощі можуть призводити до гіперболізації можливих негативних наслідків, що спричиняє емоційне виснаження, демотивацію та відчуття безпорадності [3, с. 790].

У подібних випадках важливо забезпечити систематичну підтримку студентів шляхом налагодження постійної комунікації з викладачами й навчальними асистентами. Ефективними інструментами такої взаємодії можуть бути як індивідуальні консультації, так і використання електронних засобів зв'язку для оперативного обговорення труднощів, що виникають під час виконання навчальних завдань. Застосування такого підходу сприяє зниженню рівня когнітивного напруження, підвищенню впевненості у власних силах і підтримці цілеспрямованої навчальної активності студентів [5].

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Ураховуючи суттєвий негативний вплив прокрастиною на особистісний розвиток і навчальну діяльність студентської молоді, актуальним є зосередження зусиль на створенні та реа-

лізації ефективних заходів з її подолання. Своєчасна профілактика цього явища та впровадження цілеспрямованих стратегій для мінімізації його проявів є необхідною умовою забезпечення високого рівня академічної успішності, збереження психічного й фізичного здоров'я, а також формування професійних компетентностей майбутніх фахівців.

Отже, академічна прокрастинація є серйозною проблемою, що впливає не лише на результати навчання, але й на психоемоційне здоров'я студентів. Вона потребує комплексного підходу: мотиваційного, організаційного й психологічного. Подолати її можливо за умови своєчасного втручання, розвитку навичок саморегуляції та належної підтримки.

Список використаних джерел і літератури

1. Бабатіна С. Синдром академічної прокрастинації і соціальна відповідальність у студентському віці. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2013. Випуск 2. С. 24–25.
2. Бази́ка Є.Л. Стан прокрастинації як чинник, який пригнічує формування успішної особистості студента: результати дослідження. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 5. С. 23–30.
3. Грисенко Н.В. Особистісні особливості схильних до академічної прокрастинації студентів. *Молодий вчений*. 2017. № 11 (51). С. 789–793.
4. Дворник М. С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.
5. Дмитріюк Н.С., Кордунова Н.О., Мілінчук В.І. Зв'язок академічної прокрастинації з організацією навчальної діяльності студентів. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2019. Том I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 53. С. 62–67.
6. Журавльова О. Типологічний підхід до вивчення конструкту прокрастинації. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Вип. 1 (6). С. 51–54.
7. Меднікова Г.І. Психолого-педагогічний супровід становлення особистісної зрілості студентів. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди «Психологія»*. 2016. Вип. 54. С. 164–173.
8. Назарук Н.В. Прокрастинація як психологічний феномен. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 3. С. 66–70.
9. Столярчук О.А., Сергєєнкова О.П., Коханова О.П. Проблема академічної прокрастинації студентів в умовах дистанційного навчання. *Збірник тез наукових робіт учасників міжнародної науково-практичної конференції «Сучасний вимір психології та педагогіки»*, 22–23 травня 2020 р. Львів, 2020. С. 62–66.
10. Ткаченко Н.В., Косікова Є.С. Особистісні чинники академічної прокрастинації студентів молодших курсів навчання. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. XI. Випуск 18. С. 305–325.

References

1. Babatina, S. (2013). Syndrom akademichnoi prokrastynatsii i sotsialna vidpovidalnist u studentskomu vitsi [The syndrome of academic procrastination and social responsibility in student age]. *Visnyk NTUU "KPI". Filosofii. Psykholohiia. Pedahohika*, 2, 24–25 [in Ukrainian].
2. Bazyka, Ye. L. (2014). Stan prokrastynatsii yak chynnyk, yakyi pryhnychuie formuvannia uspishnoi osobystosti studenta: rezultaty doslidzhennia [The state of procrastination as a factor that inhibits the formation of a successful student personality: Research results]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota: nauk.-prakt. osvithno-metod. zhurn.*, 5, 23–30 [in Ukrainian].

3. Hrysenko, N. V. (2017). Osobystisni osoblyvosti skhylnykh do akademichnoi prokrastynatsii studentiv [Personal characteristics of students prone to academic procrastination]. *Molodyi vchenyi*, 11 (51), 789–793 [in Ukrainian].
4. Dvornyk, M. S. (2018). *Prokrastynatsiia v konstruiuvanni osobystisnoho maibutnoho: monohrafiia* [Procrastination in constructing the personal future: Monograph]. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD [in Ukrainian].
5. Dmytriuk, N. S., Kordunova, N. O., & Milinchuk, V. I. (2019). Zv'iazok akademichnoi prokrastynatsii z orhanizatsiieiu navchalnoi diialnosti studentiv [The relationship between academic procrastination and the organization of students' learning activities]. *Aktualni problemy psykholohii: zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*. Kyiv, Vols. 1: Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia, 53 (1), 62–67 [in Ukrainian].
6. Zhuravlova, O. (2019). Typolohichniy pidkhid do vyvchennia konstruktiv prokrastynatsii [A typological approach to the study of the construct of procrastination]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 1 (6), 51–54 [in Ukrainian].
7. Mednikova, H. I. (2016). Psykholoho-pedahohichniy suprovid stanovlennia osobystisnoi zrilosti studentiv [Psychological and pedagogical support for the formation of students' personal maturity]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H.S. Skovorody "Psykholohiia"*, 54, 164–173 [in Ukrainian].
8. Nazaruk, N. V. (2022). Prokrastynatsiia yak psykholohichniy fenomen [Procrastination as a psychological phenomenon]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriia: Psykholohiia*, (3), 66–70 [in Ukrainian].
9. Stoliarchuk O. A., Serhieienkova O. P., & Kokhanova O. P. (2020). Problema akademichnoi prokrastynatsii studentiv v umovakh dystantsiinoho navchannia [The problem of academic procrastination of students in the context of distance learning]. *Zbirnyk tez naukovykh robit uchasnykiv mizhnarodnoi nauково-praktychnoi konferentsii "Suchasnyi vymir psykholohii ta pedahohiky"* (pp. 62–66). Lviv [in Ukrainian].
10. Tkachenko, N. V., & Kosikova, Ye. S. (2018). Osobystisni chynnyky akademichnoi prokrastynatsii studentiv molodshykh kursiv navchannia [Personal factors of academic procrastination among junior students]. *Aktualni problemy psykholohii*, 11 (18), 305–325 [in Ukrainian].

Zirchak H. P.

Senior Lecturer at the Department of Information Activities
and Media Communications
National University "Odesa Polytechnic"

Zirchak O. P.

Specialist, 1st Category, Department of Archaeology,
Ethnology and World History
Odesa I.I. Mechnikov National University

FEATURES OF THE FORMATION OF STUDENTS' ACADEMIC PROCRASTINATION IN DISTANCE LEARNING

The article analyzes the peculiarities of academic procrastination development among students in the context of distance learning. It explores psychological factors that contribute to delays

in completing academic tasks, including low motivation, poor self-control, time management difficulties, and heightened anxiety. The author emphasizes the role of the distance learning environment as a catalyst for procrastinative behavior, highlighting how isolation, lack of direct supervision, and the blurred boundaries between academic and personal life can lead to reduced student engagement. Empirical research results are presented, confirming an increased level of procrastination among students during online education and revealing differences in procrastination patterns based on individual psychological traits. The article substantiates the need for targeted development of self-regulation skills, and also provides recommendations for organizing an effective distance learning process, taking into account the influence of factors that contribute to procrastination.

Key words: academic procrastination, distance learning, self-regulation, motivation, student performance, time management.

УДК 364-7:005.334-056.157](045)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.11>

Ісаченко В. П.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
e-mail: viki.isachenko@gmail.com
ORCID ID: 0000-0003-0224-1214
Scopus-Author ID: 57270419200

Левченко Н. В.

доктор педагогічних наук, доцент,
професор кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
e-mail: n.levchenkod@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-5479-1907
Scopus-Author ID: 57216785280

**АНТИКРИЗОВИЙ МЕНЕДЖМЕНТ
У СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНИХ СЛУЖБ:
ЕФЕКТИВНІ СТРАТЕГІЇ АДАПТАЦІЇ ТА РЕАГУВАННЯ
НА СОЦІАЛЬНІ ВИКЛИКИ**

У статті розглянуто сучасні підходи до антикризового менеджменту в системі соціальних служб України в умовах зростання соціальної нестабільності, спричиненої війною, економічними викликами та трансформацією суспільних потреб. Проаналізовано сутність соціальних криз і ризиків, їхній вплив на функціонування соціальних інституцій, а також визначено основні чинники дестабілізації діяльності соціальних служб. Обґрунтовано необхідність переходу до проактивного управління, побудованого на принципах стратегічного планування, ризик-менеджменту та адаптивного лідерства. У статті розкрито природу кризових явищ у сфері соціальних служб, охарактеризовано системні ризики та загрози, що впливають на ефективність їхньої роботи в умовах війни та соціально-економічної нестабільності. Автором узагальнено підходи до антикризового менеджменту та запропоновано модель стратегічного реагування, адаптовану до специфіки неприбуткових організацій. Окрему увагу приділено інтеграції інструментів ризик-менеджменту та соціального регулювання. Запропоновано комплекс ефективних управлінських стратегій, орієнтованих на збереження кадрового потенціалу, забезпечення безперервності послуг і довготривалу інституційну стабільність соціальних служб.

Ключові слова: управління, антикризовий менеджмент, система соціальних служб, організації соціальної сфери, соціальна криза, стратегія, соціальні ризики.

Постановка проблеми. У сучасних умовах зростаючої соціальної нестабільності, спричиненої насамперед повномасштабною війною в Україні, економічною турбулентністю, демографічними змінами та підвищенням рівня соціальної вразливості населення, зростає потреба в ефективному антикризовому управлінні в системі соціальних служб. Соціальні служби як ключовий елемент державної політики соціального захисту дедалі частіше зіштовхуються з непередбачуваними викликами, що вимагають оперативних управлінських рішень, гнучкості структур, раціонального використання ресурсів та впровадження стратегій адаптації до нових соціальних реалій. У цьому контексті антикризовий менеджмент виступає не лише як інструмент подолання тимчасових труднощів, а як основа для довготривалої інституційної стійкості та ефективності.

Особливої актуальності набуває формування ефективних стратегій управлінської відповіді на кризи в неприбуткових соціальних установах, що функціонують в умовах обмежених ресурсів, підвищеного попиту на послуги та постійної потреби в міжсекторальній взаємодії. Впровадження сучасних моделей антикризового менеджменту, таких як стратегічне планування, управління за результатами, сценарне прогнозування та організаційна адаптація, дозволяє не лише забезпечити безперервність надання соціальних послуг, а й сприяти розвитку потенціалу соціальних служб у довгостроковій перспективі. Таким чином, дослідження стратегій антикризового управління є вкрай необхідним для підвищення ефективності функціонування системи соціального захисту в Україні в умовах постійних зовнішніх і внутрішніх викликів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Специфіку антикризового управління персоналом у сучасних умовах нестабільного бізнес-середовища, підкреслюючи необхідність адаптивних стратегій в управлінні людськими ресурсами, у своїй праці аналізує І. Абрамова. Взаємозв'язок між антикризовим менеджментом і лідерством на підприємствах у періоди нестабільності висвітлено у праці О. Джур, Л. Джиги, С. Саламаніна [5].

Зміст антикризового управління у сфері підвищення кваліфікації розкривають у науковій праці Л. Карташова, М. Кириченко, Т. Сорочан [6].

Систематизацію принципів, етапів та ключових факторів антикризового управління з теоретичним обґрунтуванням механізмів стабілізації організацій розкрито у роботі Н. Лікарчук [10].

Особливості впровадження антикризового менеджменту в системі надання державних послуг у сфері цивільного захисту досліджуються у роботі Н. Рідей [12].

Концепції соціальних ризиків та використання принципів ризик-менеджменту розглядаються у наукових працях С. Березіної [2], В. Васюти, Д. Гузя [3], Р. Власенка, Л. Яценко [4].

Стратегії антикризового управління обґрунтовані в роботах С. Березіної [2], В. Костецького [8], О. Кушнір, І. Ліганенко, О. Приходько [9].

Мета дослідження – узагальнити та теоретично обґрунтувати ефективні стратегії антикризового менеджменту в системі соціальних служб.

Результати дослідження. У контексті діяльності соціальних служб криза виступає як критичний момент, що впливає на здатність організацій виконувати свої соціальні функції та надавати послуги тим, хто їх потребує. Така криза може бути спричинена зовнішніми факторами, такими як зміни у законодавстві, фінансуванні або зміни соціальних потреб, а також внутрішніми проблемами, наприклад нестачею кадрів чи низьким рівнем ресурсної підтримки.

Поняття «криза» у сфері соціальної роботи охоплює не лише несприятливі події, що дестабілізують життєдіяльність окремих осіб чи соціальних груп, а й глибші структурні дисбаланси у системі соціального захисту.

Сучасна наукова література (наприклад, праці І. Абрамової [1], Н. Лікарчук [10]) підкреслює, що соціальні кризи, зокрема військові конфлікти, міграція, пандемії, економічні потрясіння, дедалі частіше стають звичним середовищем функціонування соціальних служб. Це вимагає переходу від реактивного до проактивного управління, що й забезпечує антикризовий менеджмент.

У цьому контексті також варто розглянути поняття соціальної кризи як форми прояву соціальних суперечностей, що виникає внаслідок порушення нормальної взаємодії між членами суспільства, соціальними групами та інститутами. Така криза ускладнює або унеможлиблює стабільне функціонування важливих підсистем суспільства або всього суспільства загалом [11].

Як зазначають дослідники, соціальні інститути не завжди мають адаптивні механізми, які б дозволили ефективно протистояти викликам. У наукових працях вказується на необхідність впровадження системного антикризового підходу для збереження функціональної стійкості організацій соціального захисту [6].

У контексті функціонування підприємств термін «криза» використовується для позначення сукупності проблемних чинників, що впливають на ефективність діяльності організації, – від тимчасових організаційних ускладнень до глибоких системних порушень, які можуть призвести до суттєвого зниження життєздатності підприємства [7, с. 131].

Кризові явища в діяльності підприємства, установи чи організації слід розглядати як «переломний етап у діючих тенденціях, який характеризується глибокими системними змінами, що потребують термінового управлінського втручання» [14, с. 13].

Розвиток кризової ситуації, як правило, має два полярні сценарії: або деструктивний шлях до ліквідації суб'єкта, або конструктивне подолання кризи з подальшою стабілізацією [14, с. 13]. Визначальним чинником у виборі одного з цих сценаріїв виступає якість управління, зокрема професійний рівень антикризового менеджменту.

Криза в системі соціальних служб постає як результат сукупності впливу факторів ризиків, які мають системний і взаємопов'язаний характер. Серед них визначальну роль можуть відігравати такі, як: дефіцит кадрів, професійне вигорання, економічна нестабільність, залежність від зовнішньої допомоги, недовіра до інституцій, дефіцит інформації, стрес та ін. Сукупність цих ризиків, які посилюють один одного, створює передумови для формування кризових явищ у соціальній сфері, що проявляється у зниженні ефективності, стійкості та адаптивності соціальних служб до умов зовнішніх загроз і, як результат, зниженні якості соціальних послуг.

У контексті соціальної роботи та діяльності установ соціальної сфери «ризик» у соціальній роботі розглядається як імовірність виникнення подій або ситуацій, що можуть негативно вплинути на благополуччя клієнтів або ефективність соціальних послуг. Це включає аналіз потенційних загроз та розробку стратегій для запобігання їм або пом'якшення їх наслідків [2].

Соціальні ризики в Україні мають глибоку трансформаційну природу та загострилися внаслідок повномасштабної війни. Вони посилюються через зростання невизначеності та соціально-економічної нестабільності, що істотно вплинуло на діяльність соціальних організацій. Особливе занепокоєння викликають соціальні ризики в трудовій, демографічній, освітній та медичній сферах. Соціальні ризики загрожують функціональній стабільності соціальних інститутів, гальмують суспільне відтворення, поширюють нестабільність та девіації [4].

В умовах динамічних і непередбачуваних змін особливої актуальності набуває необхідність розробки ефективних механізмів реагування та мінімізації соціальних ризиків, що має стати складником економічної безпеки держави.

Виявлення кризових явищ на підприємстві, в установі чи організації ґрунтується на діагностиці сукупності ризиків, що свідчать про формування негативних тенденцій у його функціонуванні та виникнення потенційно дестабілізаційної ситуації [3]. До типових індикаторів кризових процесів належать: зниження ділової активності (регрес), посилення внутрішніх конфліктів, зростання плинності кадрів, фінансові труднощі, а також нарощування заборгованості [3]. У разі фіксації таких ознак формується план антикризових заходів, який має на меті виявлення першопричин кризової ситуації через комплексний аналіз ключових параметрів: рівня продуктивності праці, фінансової стабільності, кадрової політики, стану трудової дисципліни та умов праці [3].

Ефективне антикризове управління дає змогу не лише своєчасно ідентифікувати об'єкти управлінського впливу, а й оперативно вживати заходів щодо стримування та нейтралізації кризових процесів. У цьому контексті системне дослідження природи криз, їхніх чинників, закономірностей виникнення та динаміки розвитку стає важливою передумовою для формування дієвих механізмів антикризового реагування в соціально-економічному просторі [14, с. 13].

Антикризовий менеджмент у системі соціальних служб полягає у використанні ефективних механізмів для забезпечення якості та доступності державних

послуг у критичних ситуаціях. Акцент робиться на необхідності стандартизації державних послуг і автоматизації їх надання через електронні платформи для поліпшення оцінки якості та доступності [12].

У кризових умовах, таких як пандемія, повномасштабна війна, економічна нестабільність, масова міграція, роль керівника в системі соціальних служб набуває особливого значення, оскільки саме він має зберегти згуртовану команду висококваліфікованих фахівців, без участі яких неможлива реалізація складних інноваційних проєктів.

У соціальних службах кризові явища можуть проявлятися також у вигляді різкого зростання потреб клієнтів, дефіциту ресурсів, нестабільності кадрового забезпечення чи нормативно-правової невизначеності.

У таких умовах соціально відповідальне управління та ефективне лідерство стають ключовими факторами у прийнятті антикризових рішень. Саме завдяки цим чинникам можливо не лише зберегти кадровий потенціал, а й забезпечити безперервність реалізації стратегічної місії підприємства. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває вивчення практик антикризового менеджменту, зокрема управлінських інструментів, побудованих на принципах соціальної відповідальності, партнерства та лідерської ефективності [5].

Розвиток кризової ситуації залежить від компетентності управлінців, здатних визначити проблемні сфери та своєчасно вжити заходів для стабілізації. Для соціальних служб антикризовий менеджмент є важливим інструментом ефективної адаптації до змін, забезпечення стійкості організації та підтримки її діяльності навіть у періоди нестабільності. Оцінка кризових факторів у неприбутковому секторі дає змогу не тільки своєчасно виявити загрози, але й визначити стратегії для збереження та розвитку соціальних послуг, що є критично важливим для задоволення потреб вразливих груп населення [14, с. 13].

Антикризове управління в такому контексті вимагає гнучких, адаптивних управлінських рішень, здатних мінімізувати негативний вплив зовнішніх і внутрішніх чинників. Зокрема, під час війни або надзвичайних ситуацій особливої актуальності набувають механізми швидкого реагування, зокрема кейс-менеджмент, міжвідомча координація, використання цифрових платформ та мобільних сервісів. Саме ці інструменти формують сучасну парадигму стійкості та ефективності в управлінні соціальною роботою в умовах нестабільності.

В умовах динамічного та нестабільного зовнішнього середовища, що постійно породжує нові виклики і ризики, особливого значення набуває система ризик-менеджменту як ефективний інструмент управлінського реагування. Ризик-менеджмент у сучасній практиці соціального управління розглядається як «цілісна система заходів, спрямованих на ідентифікацію, оцінку, мінімізацію та контроль потенційних загроз, що можуть негативно впливати на функціонування організації. Основне призначення цього підходу полягає в зниженні ймовірності

та масштабу наслідків кризових подій, забезпеченні безперервності діяльності та досягненні запланованих стратегічних цілей» [3].

В. Костецький зазначає, що кожна установа чи організація є специфічною, тому й процес формування стратегії антикризових заходів – індивідуальний і залежить від багатьох факторів, «не існує єдиного універсального стратегічного антикризового управління» [8].

Але водночас зазначаю, що є «деякі основні моменти, які дозволяють говорити про загальні принципи антикризової стратегії, що надзвичайно важливо в умовах безпекової та економічної кризи» [8].

Низка науковців у галузі економіки в управлінні некомерційними організаціями в умовах невизначеності рекомендують використовувати «антикризовий підхід у поєднанні зі стратегічним, який полягає в системному моніторингу зовнішнього і внутрішнього середовища установи з метою завчасного виявлення загрози майбутньої кризи (негативного впливу чинників)» [9]. Виділяють п'ять моделей формування стратегій у неприбуткових організаціях.

У практиці антикризового управління соціальними та неприбутковими організаціями застосовуються різні типи стратегічного планування залежно від стадії розвитку організації, складності її завдань та спектру діяльності.

Базове стратегічне планування характерне для невеликих організацій або новостворених соціальних служб, які перебувають на початковому етапі становлення. Така стратегія має на меті визначення базових орієнтирів діяльності та закладення інституційної основи для подальшого розвитку [9].

Коригувальне, або вирівнювальне, планування використовується організаціями, що переживають функціональні збої або потребують переосмислення управлінських процесів. Ця стратегія дає змогу виявити проблемні зони та оптимізувати внутрішні механізми [9].

Сценарне планування застосовується соціальними організаціями з розгалуженою структурою та кількома напрямками діяльності. Воно ґрунтується на розробці альтернативних моделей розвитку з урахуванням динамічного зовнішнього середовища [9].

Інтегроване («органічне») стратегічне планування притаманне установам, діяльність яких охоплює широкий спектр соціальних, екологічних, економічних та політичних питань. Така стратегія передбачає міждисциплінарний підхід та гнучку адаптацію до змін у суспільстві [9].

Управління, орієнтоване на результати, є доцільним для неприбуткових організацій, створених для реалізації конкретних програм або проєктів. Цей тип стратегічного підходу фокусується на досягненні чітко визначених результатів та вимірюванні їхньої ефективності [9].

С. Березіна пропонує процес управління ризиками «розділити на ряд етапів (блоків), що відрізняються особливостями послідовності дій з управління ризиками і мають власну структуру й завдання» [2, с. 16].

Дослідницею виокремлено такі етапи: «1) виявлення й аналіз ризику; 2) прогноз і оцінка ризикової ситуації; 3) вибір моделі управління ризиком (планування); 4) організація антиризикового управління; 5) моніторинг і регулювання; 6) оцінка результатів» [2, с. 16].

Нам імпонує запропонована С. Березіною модель соціального регулювання (МСР) як «інструмент управління ризиками, що охоплює усі стадії управління: від виявлення й аналізу соціального ризику до отримання бажаного результату методами послідовних ітерацій шляхом коригування чинників виникнення самого ризику».

Вважаємо, що ця модель може бути адаптована і використана як ефективна стратегія антикризового менеджменту у системі соціальних служб у сьогоденних реаліях.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведене дослідження дозволяє стверджувати, що ефективний антикризовий менеджмент у системі соціальних служб є необхідною умовою стабільності та адаптивності соціальної інфраструктури в умовах масштабних криз, таких як війна, економічні потрясіння чи гуманітарні катастрофи. Професійне управління кризовими ситуаціями та впровадження стандартизованих антикризових процедур дозволяє не лише зберігати якість надання послуг, а й зміцнювати довіру до соціальних інституцій.

Подальші дослідження доцільно зосередити на емпіричному аналізі впроваджених антикризових стратегій в різних типах соціальних служб, зокрема, на регіональному рівні з урахуванням специфіки їх ресурсного забезпечення, організаційної культури та цільових груп.

Список використаних джерел і літератури

1. Абрамова І. О. Антикризовий менеджмент персоналу в сучасних реаліях розвитку бізнесу. *Modern Economics*. 2025. URL: <https://modecon.mnau.edu.ua/anti-crisis-personnel-management-in-the/> (дата звернення: 08.05.2025).
2. Березіна С. Соціальні ризики: чинники та напрями мінімізації : автореф. дис. ... д-ра екон. наук : 08.00.07. Київ, 2019. 36 с. URL: https://idss.org.ua/avtoref/avtoreferat_Berezina.pdf (дата звернення: 08.05.2025).
3. Васюта В., Гузь Д. Ризик-менеджмент у підприємстві. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/11005/1/тези_Васюта_Гузь.pdf (дата звернення: 08.05.2025).
4. Власенко Р., Яценко Л. Соціальні ризики: чинники формування та наслідки. *Стратегічна панорама*. 2023. № 1. С. 37–46.
5. Джур О. Є., Джига Л. В., Саламаніна С. О. Антикризовий менеджмент і лідерство на високотехнологічних підприємствах. *Економіка та суспільство*. 2023. Вип. 56.
6. Карташова Л. А., Кириченко М. О., Сорочан Т. М. Антикризовий менеджмент підвищення кваліфікації. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2020. Т. 2, № 1. С. 1–10. URL: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/64> (дата звернення: 08.05.2025).
7. Квасницька Р. С. Етапність проведення діагностики кризового стану та ймовірність банкрутства підприємства. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2011. № 2. С. 130–135. URL: https://journals.khnu.km.ua/vestnik/pdf/ekon/2011_2_3/130-135.pdf (дата звернення: 08.05.2025).

8. Костецький В. Формування стратегії антикризового управління підприємством. *Економічний аналіз*. 2011. Вип. 8, ч. 2. С. 208–211. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/13209/1/kostetskyu.pdf> (дата звернення: 08.05.2025).
9. Ліганенко І. В., Приходько О. Ю., Кушнір О. І. Методичні підходи до формування антикризової стратегії розвитку неприбуткової організації. *Трансформаційна економіка*. 2023. № 5 (05). С. 69–74. URL: <https://transformations.in.ua/index.php/journal/article/view/66> (дата звернення: 08.05.2025).
10. Лікарчук Н. Антикризове управління: принципи, етапи та фактори впливу. *Освіта регіону*. 2025. URL: <https://social-science.uu.edu.ua/article/1333> (дата звернення: 08.05.2025).
11. Парашевін М. А. Криза соціальна. Енциклопедія Сучасної України / редкол. : І. М. Дзюба та ін. Київ : Інститут енциклопедичних досліджень НАН України, 2014. URL: <https://esu.com.ua/article-965> (дата звернення: 08.05.2025).
12. Антикризовий менеджмент у системі надання державних послуг у сфері цивільного захисту / Н., Биковський Т., Биковський Я., Голубенко Т., Воронова Г., Мухацький М. *Financial and Credit Activity Problems of Theory and Practice*. 2022. Т. 3 (44). С. 224–233.
13. Сорочан Т. М. Про дослідження проблеми трансформації професійного розвитку педагогічних і науково-педагогічних працівників в умовах відкритого університету післядипломної освіти. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. Т. 5. № 2. С. 1–6. URL: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/424> (дата звернення: 08.05.2025).
14. Чорновіл І. А. Сутнісна характеристика кризи підприємства та причини її виникнення. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2011. № 2. Т. 1. С. 10–13. URL: https://journals.khnu.km.ua/vestnik/pdf/ekon/2011_2_1/010-013.pdf (дата звернення: 08.05.2025).

References

1. Abramova, I. O. (2025). Antykryzovyi menedzhment personalu v suchasnykh realiakh rozvytku biznesu [Anti-crisis personnel management in the current realities of business development]. *Modern Economics*. Retrieved from: <https://modecon.mnau.edu.ua/anti-crisis-personnel-management-in-the/> [in Ukrainian].
2. Berezina, S. (2019). Sotsialni ryzyky: chynnyky ta napriamy minimizatsii. [Social risks: Factors and directions of minimization]. *Extended abstract of Doctor's thesis*. Kyiv. Retrieved from: https://idss.org.ua/avtoref/avtoreferat_Berezina.pdf [in Ukrainian].
3. Vasiuta, V., & Huz, D. (2025). Ryzyk-menedzhment u pidpriemnytstvi [Risk management in entrepreneurship]. Retrieved from: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/11005/1/тези_Васюта_Гузь.pdf [in Ukrainian].
4. Vlasenko, R., & Yatsenko, L. (2023). Sotsialni ryzyky: chynnyky formuvannia ta naslidky. [Social risks: Formation factors and consequences]. *Stratehichna panorama Strategic Panorama*, (1), 37–46. [in Ukrainian].
5. Dzhur, O. Ye., Dzhyha, L. V., & Salamanina, S. O. (2023). Antykryzovyi menedzhment i liderstvo na vysokotekhnolohichnykh pidpriemstvakh. [Anti-crisis management and leadership at high-tech enterprises]. *Ekonomika ta suspilstvo – Economy and Society*, (56) [in Ukrainian].
6. Kartashova, L. A., Kyrychenko, M. O., & Sorochan, T. M. (2020). Antykryzovyi menedzhment pidvyshchennia kvalifikatsii. [Anti-crisis management of professional development]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy. Bulletin of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*, 2 (1), 1–10. Retrieved from: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/64> [in Ukrainian].
7. Kvasnytska, R. S. (2011). Etapnist provedennia diahnostryky kryzovoho stanu ta imovirnist bankrutstva pidpriemstva. [Stages of crisis diagnosis and probability of enterprise bankruptcy].

Visnyk Khmelnytskoho natsionalnoho universytetu. Bulletin of Khmelnytskyi National University, (2), 130–135. Retrieved from: https://journals.khnu.km.ua/vestnik/pdf/ekon/2011_2_3/130-135.pdf [in Ukrainian].

8. Kostetskyi, V. (2011). Formuvannia stratehii antykryzovoho upravlinnia pidpriemstvom. [Formation of an anti-crisis management strategy for the enterprise]. *Ekonomichnyi analiz. Economic Analysis*, 8 (2), 208–211. Retrieved from: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/13209/1/kostetskyi.pdf> [in Ukrainian].

9. Lihanenko, I. V., Prykhodko, O. Yu., & Kushnir, O. I. (2023). Metodychni pidkhody do formuvannia antykryzovoi stratehii rozvytku neprofitkovoï orhanizatsii. [Methodological approaches to the formation of an anti-crisis strategy for the development of a non-profit organization]. *Transformatsiina ekonomika. Transformational Economy*, 5(05), 69–74. Retrieved from: <https://transformations.in.ua/index.php/journal/article/view/66> [in Ukrainian].

10. Likarchuk, N. (2025). Antykryzove upravlinnia: pryntsypy, etapy ta faktory vplyvu. [Anti-crisis management: Principles, stages, and influencing factors]. *Osvita rehionu. Education of the Region*. Retrieved from: <https://social-science.uu.edu.ua/article/1333> [in Ukrainian].

11. Parashchevin, M. A. (2014). Kryza sotsialna. [Social crisis]. In *Entsyklopediia suchasnoi Ukrainy. Encyclopedia of Modern Ukraine*. Kyiv: Instytut entsyklopedychnykh doslidzhen NAN Ukrainy. Retrieved from: <https://esu.com.ua/article-965> [in Ukrainian].

12. Ridei, N., Bykovskiy, T., Bykovskiy, Ya., Holubenko, T., Voronova, H., & Mukhatskyi, M. (2022). Antykryzovi menedzhment u systemi nadannia derzhavnykh posluh u sferi tsyvilnoho zakhystu. [Anti-crisis management in the system of public service delivery in the field of civil protection]. *Financial and Credit Activity Problems of Theory and Practice*, 3 (44), 224–233. [in Ukrainian].

13. Sorochan, T. M. (2023). Pro doslidzhennia problemy transformatsii profesiinoho rozvytku pedahohichnykh i naukovo-pedahohichnykh pratsivnykiv v umovakh vidkrytoho universytetu pisliadyplomnoi osvity. [On the study of the problem of transformation of professional development of pedagogical and scientific-pedagogical workers in the conditions of an open university of postgraduate education]. *Visnyk Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy. Bulletin of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*, 5 (2), 1–6. Retrieved from: <https://visnyk.naps.gov.ua/index.php/journal/article/view/424> [in Ukrainian].

14. Chornovil, I. A. (2011). Sutnisna kharakterystyka kryzy pidpriemstva ta prychny yïi vynykennia. [Essential characteristics of an enterprise crisis and the reasons for its emergence]. *Visnyk Khmelnytskoho natsionalnoho universytetu – Bulletin of Khmelnytskyi National University*, 2 (1), 10–13. Retrieved from: https://journals.khnu.km.ua/vestnik/pdf/ekon/2011_2_1/010-013.pdf [in Ukrainian].

Isachenko V. P.

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social Education and Social Work
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Levchenko N. V.

Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

**CRISIS MANAGEMENT IN THE SOCIAL SERVICES SYSTEM:
EFFECTIVE STRATEGIES FOR ADAPTATION AND RESPONSE TO
SOCIAL CHALLENGES**

The article explores contemporary approaches to crisis management within Ukraine's social service system amid increasing social instability caused by war, economic challenges, and the transformation of societal needs. It analyzes the nature of social crises and risks, their impact on the functioning of social institutions, and identifies the main destabilizing factors affecting social service operations. The study substantiates the need for a shift toward proactive management based on principles of strategic planning, risk management, and adaptive leadership.

The article reveals the nature of crisis phenomena in the field of social services and outlines systemic risks and threats that hinder their effectiveness in times of war and socio-economic instability.

The author synthesizes existing approaches to crisis management and proposes a strategic response model tailored to the specific characteristics of nonprofit organizations. Particular attention is given to the integration of risk management tools and social regulation mechanisms. A comprehensive set of effective managerial strategies is proposed, aimed at preserving human resources, ensuring service continuity, and maintaining long-term institutional stability of social service providers.

Key words: management, crisis management, social service system, social sector organizations, social crisis, strategy, social risks.

УДК 364.2:004.94

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.12>

Камбур А. В.

кандидат соціологічних наук,

доцент кафедри педагогіки та соціальної роботи

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

e-mail: a.kambur@chnu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-3751-7228

ІНТЕГРАЦІЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ В ПРАКТИКУ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

У статті розглянуто потенціал використання технології віртуальної реальності (VR) як інноваційного інструменту в практиці соціальної роботи. Проаналізовано особливості впровадження VR у процеси психосоціальної підтримки різних категорій клієнтів, зокрема осіб із травматичним досвідом, з інвалідністю, дітей-сиріт та осіб, які пережили соціальну ізоляцію. Особливу увагу приділено моделюванню життєвих ситуацій у віртуальному середовищі, яке дає змогу безпечно відпрацьовувати навички адаптації, комунікації, прийняття рішень. Описано можливості використання VR у професійному навчанні соціальних працівників, для підвищенні їхньої стресостійкості та емоційної готовності до роботи з кризовими випадками. Окремо проаналізовано етичні та технічні виклики, пов'язані з цифровою доступністю, захистом персональних даних, дотриманням принципів добровільності та конфіденційності. Розглянуто сучасний стан нормативного забезпечення в Україні та кращі міжнародні практики інтеграції VR у соціальну сферу. Зроблено висновок про перспективність VR як засобу модернізації соціальної роботи та визначено напрями подальших досліджень для адаптації технології до вітчизняної системи соціальних послуг.

Ключові слова: віртуальна реальність, соціальна робота, інноваційні технології, цифрова трансформація, інклюзія, соціальні послуги.

Постановка проблеми. У сучасних умовах соціальні виклики набувають усе більшої складності й багатоаспектності, що вимагає оновлення методологічних та технологічних засад соціальної роботи. Зростання кількості осіб, які зазнали психосоціальних травм (військові, переселенці, особи з інвалідністю, жертви насильства), зумовлює потребу в інноваційних підходах до надання психосоціальної підтримки. Одним із перспективних напрямів у цій сфері є впровадження технології віртуальної реальності (VR), що відкриває нові можливості для створення безпечного, контрольованого середовища для терапії, реабілітації та розвитку соціальних навичок.

Віртуальна реальність як інструмент соціальної роботи дозволяє моделювати ситуації, які неможливо або небезпечно відтворити у реальному житті, що особливо важливо у роботі з вразливими категоріями населення. Попри очевидні переваги VR, її інтеграція в систему соціальних послуг в Україні перебуває на початковому етапі, що потребує наукового осмислення, розробки методичних

підходів, етичного супроводу та адаптації до специфіки національного контексту. Таким чином, дослідження можливостей, обмежень та умов ефективного використання VR у соціальній роботі є вкрай актуальним і відповідає запитам сучасної соціогуманітарної практики.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Огляд наукової літератури з обраної тематики свідчить про зростаючий інтерес до впровадження технологій віртуальної реальності у сферу психосоціальної допомоги серед як українських, так і зарубіжних учених. До дослідників, що вивчали це питання, належать А. Батюк, Ю. Кулик та інші [1], Д. Вакуленко [2], В. Волинець [3], В. Горошко [4] та ін. Особливої уваги заслуговує праця В. Зборовського та А. Стойка [5], у якій розкриваються можливості застосування VR-технологій у психотерапевтичній діяльності. Дослідження, пов'язані з розробкою VR-систем, орієнтованих на регуляцію психофізіологічного стану клієнтів, висвітлено в роботах К. Крючка [6], Ю. Мелкова, А. Толстоухова, О. Перова [7]. Водночас варто зазначити, що ця тематика все ще потребує глибшого наукового опрацювання та системного аналізу.

Метою статті є теоретичне обґрунтування та визначення можливостей інтеграції технології віртуальної реальності у практику соціальної роботи, а також окреслення потенціалу VR як інноваційного інструменту для надання психосоціальної підтримки окремим категоріям клієнтів соціальної сфери.

У межах поставленої мети передбачається аналіз функціональних переваг VR у роботі з вразливими групами населення, виявлення умов ефективного впровадження даних технологій у професійну діяльність соціального працівника та окреслення перспектив подальших емпіричних досліджень у цьому напрямі.

Результати дослідження. Технологія віртуальної реальності (VR) є одним із найдинамічніших напрямів розвитку сучасних цифрових інновацій, які не лише трансформують сферу розваг, але й активно впроваджуються у медицину, освіту, психологію та соціальну роботу. Поняття «віртуальна реальність» з'явилося у науково-технічному дискурсі в середині XX століття, проте його практичне втілення стало можливим завдяки поступовому вдосконаленню комп'ютерних технологій, сенсорних пристроїв та систем тривимірного моделювання.

Перші концепції VR були розроблені у 1960-х роках. Одним із піонерів віртуальної реальності вважається Іван Сазерленд, американський інженер, який у 1968 році створив перший шолом для віртуальної реальності «The Sword of Damocles». Цей пристрій був прикріплений до стелі та дозволяв користувачам бачити комп'ютерно згенеровані зображення, що реагували на рухи голови. У 1980–1990-х роках розробка VR-інтерфейсів активно продовжувалась. Значну роль у популяризації віртуальної реальності відіграла компанія VPL Research, заснована Джароном Ланьєром, який і ввів у широкий вжиток термін «virtual reality».

У XXI столітті віртуальна реальність вийшла за межі експериментальної лабораторії та стала доступною для масового використання. Сучасні VR-системи,

такі як Oculus Rift, HTC Vive, Sony PlayStation VR, забезпечують високий рівень занурення завдяки технологіям трекінгу рухів, стереоскопічному зору та інтерактивному зворотному зв'язку. Крім персональних гарнітур, VR включає в себе великомасштабні середовища, наприклад VR-камери, кімнати з повною імерсивністю або CAVE-системи (Cave Automatic Virtual Environment) [10].

Спочатку VR-технології набули поширення у сфері відеоігор та цифрових медіа, однак згодом почали активно застосовуватись у промисловості, архітектурі, авіації, науці, особливо в медичних та соціальних науках. У медицині віртуальна реальність використовується для навчання хірургів, планування операцій, створення симуляцій пацієнтів, а також у психотерапії, зокрема, для лікування фобій, посттравматичних стресових розладів (ПТСР), тривожності, залежностей та розладів аутистичного спектра. VR-середовища дозволяють створювати контрольовані симуляції травматичних ситуацій, що відкриває нові горизонти для когнітивно-поведінкової терапії. Ефективність таких інтервенцій підтверджується у численних емпіричних дослідженнях, зокрема у працях американських та європейських науковців з університетів Барселони, Вірджинії та Лондона. За даними В. Горошко, «у Швейцарії дослідники із Лозани (EPFL) розробляють нову технологію, яка використовує VR, щоб дозволити людям з ампутованими кінцівками використовувати протези кінцівок. Їхній проект полягає у використанні технології віртуальної реальності та нервової стимуляції, щоб змінити відчуття «фантомної кінцівки» людини з ампутованими кінцівками. Це означає, що пацієнт точніше відчуває протез, що полегшує його використання. Дослідження, проведене вченими EPFL, має на меті переконати людей, що протез руки належить їхньому тілу» [4, с. 240].

На думку А. Батюка, «одним з найбільш перспективних напрямів є використання VR для вивчення групової поведінки в екстремальних або небезпечних ситуаціях, які було б неетично або неможливо відтворити в реальному житті, наприклад, реакції людей на симульовані надзвичайні ситуації, такі як пожежі або землетруси, надаючи цінні дані для розроблення ефективних протоколів евакуації та навчання персоналу екстрених служб» [1, с. 96].

У сфері освіти VR дозволяє створювати навчальні симуляції, які формують у студентів практичні навички без ризику для реального життя. У військовій справі віртуальні симулятори використовуються для моделювання бойових ситуацій, що дозволяє готувати солдатів до екстремальних умов. У сфері урбаністики VR сприяє візуалізації проєктів міської інфраструктури, в архітектурі – демонстрації будівель ще до їх реального зведення. У соціальній сфері віртуальна реальність дедалі частіше застосовується як інструмент для підтримки клієнтів, що пережили втрату, насильство або стикаються з проблемами соціалізації.

До прикладу, «компанія NeuroSky розробила пристрій MindWave, який можна використовувати для комбінованих записів електроенцефалографії (ЕЕГ). Це дозволяє в режимі реального часу відстежувати покращення та прогрес пацієнта в

клініці, враховуючи різницю в рівнях уваги та релаксації. Доведено, що VR-терапія за допомогою датчика Microsoft Kinect значно покращує самопочуття дітей. Про це свідчать підвищення фізичної активності та прогрес у фізичній культурі. Ця технологія мотивує дітей виконувати різні вправи через ігри та дозволяє робити це вдома, демонструючи явні переваги в порівнянні з уже напрацьованими методами лікування. На думку багатьох дослідників, технологію VR можна додати до традиційної терапії як новий ігровий пристрій для когнітивної та рухової реабілітації дітей» [4, с. 241].

Перед тим як перейти до висвітлення особливостей застосування VR у практиці соціальної роботи, варто звернутися до аналізу традиційного змісту психологічної допомоги, що надається особам у складних життєвих обставинах. О. М. Немеш у монографії «Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту» описує усталену диференціацію рівнів психологічного супроводу людини. У традиційному підході виділяють: 1) психологічне консультування, спрямоване на емоційну підтримку, формування ціннісно-смыслових орієнтирів і опрацювання життєвих стратегій; 2) немедичну психотерапію, орієнтовану на об'єктивацію й осмислення складної життєвої ситуації, структурування поведінкових моделей та подолання психосоціальних травм і конфліктів; 3) клінічну психотерапію, що має на меті лікування основних і супутніх психосоматичних розладів і зменшення страждань пацієнта [9, с. 322].

Одне із завдань нашого дослідження – обґрунтувати, що використання VR у соціальній роботі охоплює не менш широкий спектр напрямів діяльності. По-перше, це робота з травмованими особами – жертвами насильства, ветеранами бойових дій, внутрішньо переміщеними особами. Створення симульованих сценаріїв дозволяє поступово та безпечно повертатися до болючих спогадів, здійснюючи терапевтичну корекцію за принципами когнітивно-поведінкової терапії. VR-технології в цьому контексті доповнюють класичні психосоціальні методи, підвищуючи їхню ефективність і зменшуючи ризик ретравматизації.

По-друге, віртуальна реальність застосовується для формування соціальних і побутових навичок у клієнтів, які мають обмежений досвід взаємодії із суспільством. Це стосується, зокрема, дітей-сиріт, осіб з інвалідністю, людей похилого віку або осіб, які пережили тривалий період соціальної ізоляції. Завдяки VR можливо моделювати ситуації з повсякденного життя – похід до магазину, користування громадським транспортом, спілкування з органами влади – і в такий спосіб підготувати клієнта до реальної взаємодії в суспільстві.

Третій вектор інтеграції VR у соціальну роботу пов'язаний із підвищенням кваліфікації самих соціальних працівників. Навчальні програми з використанням VR забезпечують можливість відпрацювання професійних навичок у симульованому середовищі, наприклад спілкування з агресивним клієнтом, прийняття рішень у кризових ситуаціях, робота в умовах міжкультурної різноманітності. Таке навчання не лише підвищує професійні компетенції, а

й сприяє емоційній витривалості фахівців, що є важливим у сфері, де рівень професійного вигорання залишається критично високим.

Враховуючи вищесказане, наголосимо, що значний інтерес до VR з боку соціальних служб зумовлений її унікальними властивостями: безпечним відтворенням складних або травматичних ситуацій, можливістю контролю реакцій користувача та адаптацією до індивідуальних потреб клієнта. Так, в Україні вже впроваджуються пілотні проєкти з використанням віртуальних сценаріїв для навчання соціальних працівників та консультування внутрішньо переміщених осіб і ветеранів. У контексті гуманітарної кризи та зростання потреб у психосоціальній підтримці VR має потенціал стати важливим складником соціальної роботи, особливо у поєднанні з методами арттерапії, когнітивно-поведінкової терапії та реабілітації.

Попри це, необхідно зазначити, що широкомасштабне впровадження VR у соціальну роботу потребує додаткового дослідження, інфраструктурного забезпечення, етичного регулювання та підготовки фахівців. Актуальними залишаються питання цифрової нерівності, доступності VR-пристроїв для уразливих груп населення, а також ризики надмірного занурення у віртуальне середовище. Водночас потенціал VR як інноваційного інструменту для розширення можливостей соціальної взаємодії, терапевтичного впливу та освітньої інклюзії робить цю технологію однією з найбільш перспективних для інтеграції в практику сучасної соціальної роботи.

Інтеграція VR у практику соціальної роботи потребує відповідного нормативно-правового підґрунтя. Поки що в Україні відсутні чітко прописані стандарти або методичні рекомендації щодо використання VR у цій галузі. Проте варто згадати основні нормативно-правові акти, які створюють потенційне поле для інтеграції VR у соціальну сферу. Це насамперед Закон України «Про соціальні послуги» (2019), що визначає принципи інноваційності та адресності у наданні послуг, а також Державна стратегія цифрової трансформації соціальної сфери до 2025 року. Крім того, інклюзивні положення Конвенції ООН про права осіб з інвалідністю, яку Україна ратифікувала у 2009 році, створюють базу для застосування технологій, які сприяють доступності та залученню до повноцінного соціального життя.

На міжнародному рівні прикладами нормативного закріплення VR можна вважати практики Канади, де VR входить у національні стандарти психосоціальної підтримки ветеранів; у Великій Британії VR інтегровано в протоколи роботи з молоддю в уразливих умовах; а у США VR-програми включено до рекомендацій для терапевтів у рамках VA (Department of Veterans Affairs). Також Європейський Союз у межах програми «Digital Europe» ініціює впровадження VR у галузях охорони здоров'я, освіти та соціальних послуг [10].

Окремої уваги заслуговують етичні аспекти застосування VR у соціальній роботі. Робота з вразливими групами населення передбачає дотримання принципів

конфіденційності, добровільності, поінформованої згоди, а також мінімізації потенційної шкоди. Використання віртуального середовища як терапевтичного інструменту зобов'язує соціального працівника враховувати психоемоційний стан клієнта, дотримуватись меж етичного впливу та гарантувати психологічну безпеку.

Не менш важливим викликом є проблема цифрової доступності. Впровадження VR у соціальні сервіси можливе лише за умови наявності відповідної матеріально-технічної бази, доступу до інтернету, цифрової грамотності як фахівців, так і клієнтів. Тому важливо, щоб програми впровадження VR супроводжувались компонентами цифрової освіти, розширенням доступу до пристроїв і створенням локальних VR-центрів у громадах.

Як вже зазначалося, у XXI столітті соціальна робота перебуває на етапі глибокої трансформації, зумовленої динамічними змінами соціального середовища, зростанням потреб у психосоціальній підтримці, а також розвитком цифрових технологій. У цьому контексті віртуальна реальність (VR) постає як один із найперспективніших інноваційних інструментів, що дозволяє моделювати соціальні ситуації, проводити терапевтичні сесії, тренінги та навчання у безпечному й контрольованому середовищі. Технологія VR ґрунтується на створенні імерсивного цифрового простору, в якому користувач може взаємодіяти з віртуальним середовищем у режимі реального часу. Це досягається завдяки використанню спеціальних пристроїв: шоломів, рукавичок, контролерів і датчиків руху. Саме ця особливість дозволяє ефективно відтворювати складні життєві обставини клієнтів соціальної служби, формуючи у них навички подолання труднощів і реагування на стресові ситуації.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Інтеграція віртуальної реальності в практику соціальної роботи надає принципово нові можливості для вдосконалення форм і методів професійної діяльності соціальних працівників. Застосування VR-технологій дозволяє не лише створювати імітаційні середовища для клієнтів із різними потребами, а й модернізувати підходи до психосоціальної підтримки, освіти, професійного навчання та кризового втручання. Цей інструмент демонструє значний потенціал у підвищенні доступності послуг, персоналізації допомоги, подоланні бар'єрів у роботі з уразливими групами.

Проведений аналіз підтверджує актуальність включення VR до інноваційної інфраструктури соціального захисту. Водночас наявні приклади впровадження технологій у практику вимагають подальшої наукової систематизації, оцінки ефективності й адаптації до національного контексту. Натепер VR залишається малодослідженим у соціальній сфері України, а його використання обмежене переважно окремими ініціативами без сталої інституціональної підтримки.

У цьому зв'язку до перспективних напрямів подальших наукових розвідок слід віднести:

- розроблення методологічних засад впровадження VR у практику соціальної роботи в умовах українських реалій;
- емпіричне вивчення ефективності VR-інтервенцій у роботі з різними цільовими групами (особи з інвалідністю, ветерани, діти з досвідом інституційного виховання тощо);
- створення етичних стандартів і протоколів безпеки, що регламентують взаємодію фахівця та клієнта в умовах імерсивного середовища;
- інтердисциплінарні дослідження на перетині соціальної роботи, психології, педагогіки та ІТ для формування цілісної концепції VR-застосування;
- оцінку цифрової готовності фахівців соціальної сфери до використання інноваційних технологій у щоденній практиці.

Таким чином, технології віртуальної реальності можуть виступати не лише технічним нововведенням, а й каталізатором концептуального переосмислення ролі соціальної роботи у цифровому суспільстві. Їх ефективна інтеграція потребує цілеспрямованих зусиль на рівні наукової розробки, нормативного забезпечення, професійної освіти та управлінських рішень.

Список використаних джерел і літератури

1. Батюк А. Є., Кулик Ю. Р. Застосування технології віртуальної реальності для соціального моделювання та їхньої взаємодії. *Науковий вісник НЛТУ України*. 2024. Т. 34. № 7. С. 92–99.
2. Перспективні напрямки у створенні системи віртуальної реальності для корекції психофізіологічного стану пацієнта / Вакуленко Д. В. та ін. *Перспективні технології та прилади*. 2022. № 19. С. 27–33. DOI: 10.36910/6775-2313-5352-2021-19-4.
3. Волинець В. О. Віртуальна реальність у соціокультурному просторі сучасності. *Культура України. Серія «Культурологія»*. 2016. Вип. 52. С. 120–129.
4. Горошко В. І. Сучасні нейрореабілітаційні технології. *Цифрова трансформація та діджитал технології для сталого розвитку всіх галузей сучасної освіти, науки і практики* : міжнар. наук.-практ. конф. 2023. С. 238–242. URL: https://repo.btu.kharkov.ua/bitstream/123456789/29133/1/Zbi%C3%B3r_prac_Tom_1_2023-238-242.pdf
5. Заборовський В. В., Стойка А. В. Деякі юридичні аспекти застосування технологій віртуальної реальності в психотерапії. *Застосування технологій віртуальної реальності в психотерапії*. 2020. № 5. С. 347–354.
6. Крючок К. І. Відчуття присутності в умовах віртуальної реальності. *Scientific collection «Interconf»*. 2020. С. 479–482. URL: <https://www.researchgate.net/>
7. Мелков Ю. О., Толстоухов А. В., Перова О. Є., Рубанець О. М. Віртуальна реальність як сфера самореалізації особистості. Київ : Парапан, 2004. С. 140–166.
8. Михайлишин Р. Особливості підготовки фахівців соціальної роботи в умовах соціальної інноваційності. *Сучасні тенденції розвитку соціальної роботи в Україні та зарубіжжі*. 2023. С. 176–179.
9. Немеш О. М. Віртуальна діяльність особистості: структура та динаміка психологічного змісту : монографія. Київ : Слово, 2017. 391 с. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/86628561.pdf>
10. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fifth Edition (DSM-5). Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 2013. 991 p. ISBN 978-0-89042-554-1, ISBN 978-0-89042-555-8.

References

1. Batiuk, A. Ye., & Kulyk, Yu. R. (2024). Zastosuvannia tekhnolohii virtualnoi realnosti dlia sotsialnoho modeliuvannia ta yikhnoi vzaïemodii [Application of virtual reality technologies for social modeling and their interaction]. *Naukovyi Visnyk NLTU Ukrainy*, 34 (7), 92–99 [in Ukrainian].
2. Vakulenko, D. V., et al. (2022). Perspektyvni napriamky u stvorenni systemy virtualnoi realnosti dlia korektsii psykho-fiziologichnoho stanu patsiienta [Promising directions in developing virtual reality systems for psychophysiological correction]. *Perspektyvni Tekhnolohii ta Prylady*, (19), 27–33. <https://doi.org/10.36910/6775-2313-5352-2021-19-4> [in Ukrainian].
3. Volynets, V. O. (2016). Virtualna realnist u sotsiokulturnomu prostori suchasnosti [Virtual reality in the sociocultural space of modernity]. *Kultura Ukrainy. Ser.: Kulturolohiia*, (52), 120–129 [in Ukrainian].
4. Horoshko, V. I. (2023). Suchasni neiroreabilitatsiini tekhnolohii [Modern neurorehabilitation technologies]. In *Tsyfrova transformatsiia ta didzhytal tekhnolohii dlia staloho rozvytku vsykh haluzei suchasnoi osvity, nauky i praktyky: Mizhnarodna nauково-praktychna konferentsiia* (pp. 238–242). Retrieved from https://repo.btu.kharkov.ua/bitstream/123456789/29133/1/Zbi%C3%B3r_prac_Tom_1_2023-238-242.pdf [in Ukrainian].
5. Zaborovskyi, V. V., & Stoika, A. V. (2020). Deiaki yurydychni aspekty zastosuvannia tekhnolohii virtualnoi realnosti v psykhotropii [Some legal aspects of using virtual reality technologies in psychotherapy]. *Zastosuvannia Tekhnolohii Virtualnoi Realnosti v Psykhotropii*, (5), 347–354 [in Ukrainian].
6. Kriuchok, K. I. (2020). Vidchuttia prysutnosti v umovakh virtualnoi realnosti [Sense of presence in virtual reality]. *Scientific Collection “Interconf”*, 479–482. Retrieved from <https://www.researchgate.net/> [in Ukrainian].
7. Melkov, Yu. O., Tolstoukhov, A. V., Perova, O. Ye., & Rubanets, O. M. (2004). *Virtualna realnist yak sfera samorealizatsii osobystosti* [Virtual reality as a sphere of self-realization]. Kyiv: Parapan [in Ukrainian].
8. Mykhailyshyn, R. (2023). Osoblyvosti pidhotovky fakhivtsiv sotsialnoi roboty v umovakh sotsialnoi innovatsiinosti [Features of training social work specialists in the context of social innovation]. In *Suchasni tendentsii rozvytku sotsialnoi roboty v Ukraini ta zarubizhzi* (pp. 176–179) [in Ukrainian].
9. Nemesh, O. M. (2017). *Virtualna diialnist osobystosti: Struktura ta dynamika psykholohichnoho zmistu* [Virtual activity of personality: Structure and dynamics of psychological content]. Kyiv: Slovo. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/86628561.pdf> [in Ukrainian].
10. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Fifth Edition (DSM-5). Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 2013. 991 p. ISBN 978-0-89042-554-1, ISBN 978-0-89042-555-8.

Kambur A. V.

Candidate of Sociological Sciences,

Associate Professor at the Department of Pedagogy and Social Work

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

INTEGRATION OF VIRTUAL REALITY TECHNOLOGY INTO SOCIAL WORK PRACTICE

The article examines the potential of virtual reality (VR) technology as an innovative tool in social work practice. It analyzes the specifics of VR implementation in the provision of psychosocial

support to various categories of clients, including individuals with traumatic experiences, persons with disabilities, orphans, and those who have experienced social isolation. Particular attention is paid to the modeling of life situations in a virtual environment, which enables the safe development of adaptation, communication, and decision-making skills. The paper outlines the possibilities of using VR in the professional training of social workers, enhancing their stress resilience and emotional readiness to work with crisis situations. The study also addresses ethical and technical challenges associated with digital accessibility, data protection, and adherence to the principles of voluntariness and confidentiality. The current state of regulatory support in Ukraine and best international practices for integrating VR into the social sector are reviewed. The article concludes that VR is a promising means of modernizing social work and identifies directions for further research aimed at adapting this technology to the Ukrainian system of social services.

Key words: virtual reality, social work, psychosocial support, innovative technologies, digital transformation, inclusion, social services.

УДК 364.055; 364.95; 374.7

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.13>

Костіна В. В.

доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
e-mail: vkostina@hnpu.edu.ua
ORCID ID: 0000-0003-2410-7497
Researcher ID: AAF-5828-2021

Могилка О. П.

доктор філософії у галузі соціальної роботи,
викладач кафедри психіатрії, наркології,
медичної психології та соціальної роботи
Харківський національний медичний університет
e-mail: aleksandr.mohilka@gmail.com
ORCID ID: 0000-0003-0284-2749

Бондарева А. В.

кандидат біологічних наук, доцент кафедри біологічної хімії
Харківський національний медичний університет
e-mail: av.bondareva@knmu.edu.ua
ORCID ID: 0000-0003-1286-2962

Радіч О. С.

директор
Харківський обласний центр соціальних служб
e-mail: o.radich@ukr.net
ORCID ID: 0009-0008-2424-8330

ДОСВІД ПІДВИЩЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ НАДАВАЧІВ СОЦІАЛЬНИХ ПОСЛУГ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті здійснено аналіз практики підвищення кваліфікації фахівців соціальної галузі в умовах війни, що є необхідною умовою підвищення ефективності роботи надавачів соціальних послуг. Метою статті є узагальнення досвіду роботи Відділу методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг та визначення вдалих практик у здійсненні відповідної роботи, які є необхідними для формування професійної готовності фахівців соціальної галузі до роботи з вразливими категоріями населення, що потребують соціальної допомоги, підтримки та захисту в умовах війни в Україні. Наукова новизна полягає у наведенні результатів аналітики моніторингового дослідження роботи з підвищення якості методичного забезпечення надавачів соціальних послуг, а також у розкритті змісту діяльності з підвищення кваліфікації надавачів соціальних

послуг, що є представниками державних, комунальних закладів та діячами громадського сектору соціальної допомоги, з метою формування у них потенціалу життєстійкості, важливих професійних навичок та якостей успішної особистості, готової до реалізації важливих професійних та суспільних завдань, а також до подолання наслідків війни та впровадження стратегій сталого розвитку. Висновки дослідження: висвітлено особливості роботи фахівців Відділу методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг у сучасних умовах та наведено методичний інструментарій, який набув поширення у їхній професійній діяльності. Доведено, що вдалі практики з підвищення професійної компетентності надавачів соціальних послуг Харківського обласного центру соціальних служб враховують не тільки Європейські стандарти якості підготовки фахівців соціальної галузі, а й вітчизняні позитивні практики, що є адаптованими до реалій надання соціальних послуг в умовах війни, а також враховують особливості менталітету споживачів соціальних послуг та специфіку місцевих громад.

Ключові слова: професійна компетентність, надавачі соціальних послуг, соціальна і психологічна допомога, методичне забезпечення, війна.

Постановка проблеми. Військова агресія росії проти України, що перетворилася 24 лютого 2022 року у повномасштабне військове вторгнення, призвела до катастрофічних наслідків та зумовила перетворення великої кількості людей на вразливі контингенти, які потребують соціальної підтримки та допомоги. Згідно з даними незалежного українського аналітичного центру Лабораторія законодавчих ініціатив, за перші пів року після впровадження воєнного стану війни попит на соціальні послуги зріс у 2–4 рази [8]. За даними Міністерства соціальної політики України, станом на квітень 2022 року до інтернатних закладів за спрощеною процедурою вже було влаштовано близько 4 тис. осіб [9]. Фахівці соціальної галузі почали отримувати запити, до вирішення яких не були повною мірою готовими. Серед серйозних викликів, що існують наразі в соціальній сфері, дослідники визначають зростання нерівності в отриманні соціальних послуг мешканцями різних територій, нестачу ресурсів, як матеріальних так і людських у сфері надання соціальної допомоги, що спричинено багатьма проблемами, а також низьку залученість до надання соціальних послуг недержавного сектору. Аналіз досліджень, які окреслюють специфіку соціальної роботи в громадському секторі в умовах війни в Україні, доводить, що «ОГС потребують програм навчання та підвищення кваліфікації співробітників» [3, с. 77].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових досліджень, пов'язаних з проблемою професійної компетентності фахівців соціальної галузі, засвідчив значний інтерес науковців до різних аспектів цієї проблеми: суті, змісту та особливостей підготовки фахівців соціальної галузі в Україні та за кордоном (А. Андрющенко, С. Горбунова-Рубан [1]); визначення переліку професійних компетентностей фахівця сфери соціальної роботи (О. Байдарова, О. Карагодіна, В. Федченков [2], Т. Семигіна, О. Пожидаєва [7]); виявлення специфіки роботи та вакансій на ринку праці в соціальній галузі під час війни в Україні (О. Пищуліна, К. Маркевич [4], С. Садрицька [6]). Узагальнення результатів вищезазначених

досліджень дозволило виокремити проблемні питання у зазначеному напрямі та обґрунтувати необхідність аналізу та систематизації досвіду роботи з підвищення професійної компетентності надавачів соціальних послуг в умовах війни з метою окреслення нових важливих тенденцій для удосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців соціальної галузі.

Результати дослідження. Особливо важливим в умовах багаторічного воєнного стану, в якому перебуває все населення України, є створення умов для надання якісних соціальних послуг взагалі та особливо у регіонах, наближених до повномасштабних воєнних дій, що передбачає забезпечення підготовки та перепідготовки фахівців соціальної галузі, які мають постійно підвищувати власну професійну майстерність та готовність надавати допомогу у складних умовах війни. Аналіз «Програми розвитку соціальних послуг та психосоціальної допомоги в Харківській області на 2023–2027 роки» засвідчив, що одним із пріоритетних її завдань є «здійснення методичного забезпечення та проведення навчальних заходів» [5, с. 4].

Одним із провідних суб'єктів соціальної сфери, що здійснює діяльність з ресурсозбереження, є Відділ методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг, провідними завданнями якого є: організація та проведення навчання надавачів соціальних послуг з питань здійснення соціальної роботи у територіальних громадах згідно з вимогами законодавства України; методична допомога громадам з питань здійснення соціальної роботи та надання соціальних послуг; підвищення кваліфікації надавачів соціальних послуг, а також організація та проведення професійних семінарів, тренінгів, вебінарів. Узагальнення результатів роботи відділу методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг за 2024 рік засвідчило проведення 98 різноманітних навчальних заходів, до яких було залучено 2504 учасників із територіальних громад Харківської області (табл. 1).

Заходи, організовані фахівцями відділу методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг, мали таку спрямованість:

1) *підвищення компетентності фахівців із загальних питань соціальної роботи та психологічної допомоги населенню*, яку реалізовано проведенням таких івентів: супервізійні зустрічі з питань ведення соціальної роботи; вебінари з питань запровадження Державних стандартів надання соціальних послуг; заходи з питань організації самодопомоги + (Self-Help Plus, SH+) – груповий курс управління стресом; заходи з підвищення професійних компетенцій фахівців із соціальної роботи та психологів; заходи з формування навичок комунікативної компетенції надавачів соціальних послуг; ознайомлення надавачів соціальних послуг з оновленим законодавством та досвідом надання соціальних послуг (підготовка та перепідготовка фізичних осіб, які надають соціальні послуги

Таблиця 1

**Кількість проведених навчальних заходів та кількість учасників
(по місяцях)**

№ з/п	Місяць	Кількість заходів	Кількість учасників
1	Січень	4	233
2	Лютий	8	188
3	Березень	6	169
4	Квітень	4	163
5	Травень	4	206
6	Червень	5	132
7	Липень	10	273
8	Серпень	10	133
9	Вересень	12	180
10	Жовтень	12	319
11	Листопад	11	344
12	Грудень	12	164
	Всього	98	2504

з догляду без здійснення підприємницької діяльності, досвід впровадження послуги раннього втручання на рівні громади, питання етики та професійної відповідальності, консультування з питань психологічної та фізичної безпеки та надання послуги соціальної адаптації надавачів соціальних послуг під час роботи з клієнтами групи ризику, надання соціальних послуг сім'ям (особам), які перебувають у складних життєвих обставинах, ознайомлення з технікою безпеки в роботі з отримувачами соціальних послуг та соціальна робота із сім'ями з проблемами ВІЛ-інфекції, туберкульозу, вірусних гепатитів); заходи із запобігання гендерно зумовленому насильству та з реагування на нього; вебінари з формування навичок спілкування з людьми з інвалідністю та розвитку інклюзивної комунікації; ознайомлення зі стратегічним плануванням надавачів соціальних послуг у недержавних організаціях, ознайомлення їх з особливостями використання мультидисциплінарного підходу під час організації та надання соціальних послуг у громадах та ознайомлення із загальними принципами та підходами соціальної роботи в громаді, а також підвищення професійних компетентностей та компетенцій завідувачів відділення; семінари з профілактики емоційного та професійного вигорання під час надання соціальної послуги медіації, з налагодження взаємодії з державними та недержавними організаціями з питань надання соціальних послуг та психологічної підтримки постраждалим від насильства;

2) підготовка фахівців до роботи в сучасних умовах воєнних викликів, що включала такі професійно спрямовані активності: заходи з питань травмотійності та першої психологічної допомоги, а також запровадження травмо-інформованого підходу у наданні соціальних послуг; семінари щодо особливостей комунікації з військовослужбовцями та забезпечення надання

послуги соціального відновлення ветеранів; семінари з визначення потреб населення громади у соціальних послугах з надання першої психологічної допомоги, самодопомоги, профілактики емоційного та професійного вигорання, відновлення власних ресурсів; захід щодо ознайомлення з Порядком проведення відновлювальних (постізоляційних, реінтеграційних) заходів, заходів з адаптації, підтримки (супроводу) осіб, стосовно яких встановлено факт позбавлення особистої свободи внаслідок збройної агресії проти України, після їх звільнення, затвердженим постановою Кабінету Міністрів України від 15.03.2024 № 296; семінари з впровадження послуги з формування життєстійкості та ознайомлення з практичними аспектами встановлення статусу дитини, яка постраждала внаслідок воєнних дій та збройних конфліктів.

Серед основних завдань заходів за першим спрямуванням – удосконалення та підвищення професійних компетентностей працівників – надавачів соціальних послуг, профілактика їхнього професійного та емоційного вигорання, розвиток професійної стійкості, а також підвищення професійних компетенцій фахівців із соціальної роботи та психологів / практичних психологів установ, що надають соціальні послуги, та закладів соціального обслуговування.

Важливими завданнями в роботі фахівців Відділу за другим напрямом була організація заходів з реалізації Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як» та регіональної Програми розвитку соціальних послуг та психосоціальної допомоги в Харківській області на 2023–2027 роки, в рамках якої проведено семінари та тренінги, в котрих взяв участь 271 учасник. Тренінги та семінари, спрямовані на підвищення професійних компетентностей працівників надавачів соціальних, адміністративних послуг, представників органів державної влади місцевого рівня і посадових осіб місцевого самоврядування, допомогли створити умови для підвищення культури піклування про ментальне здоров'я, ознайомити з інструментами, що допомагають піклуватися про свій внутрішній стан, мінімізувати втрати та завдану шкоду, розвинути вміння самодопомоги в умовах сьогодення. Тренінги «Перша психологічна допомога» проведені у 26 територіальних громадах.

Важливим напрямом роботи фахівців Відділу були щомісячні супервізійні зустрічі для керівників та працівників надавачів соціальних послуг з питань ведення соціальної роботи з метою подолання професійних труднощів, стимулювання мотивації до роботи, дотримання етичних норм та стандартів надання соціальних послуг. Протягом 2024 року проведено 35 супервізійних зустрічей, в яких взяли участь 709 осіб, серед яких були суб'єкти соціальної роботи та інші соціальні партнери.

Фахівці Відділу надавали підтримку також і працівникам недержавного сектору соціальної допомоги. Так, у 2024 році для фахівців недержавних надавачів соціальних послуг було організовано 3 тренінги, в яких взяли участь 35 осіб, а також проведено 3 супервізійні зустрічі.

Моніторингове дослідження, яке здійснювалося під час надання методичних послуг, засвідчило, що до участі в заходах з підвищення кваліфікації за період 2023–2024 років було залучено такі категорії: надавачі соціальних послуг – 1628, і яких фахівці із соціальної роботи – 759 осіб; спеціалісти територіальних центрів соціального обслуговування (надання соціальних послуг) та соціального захисту населення – 217 осіб; спеціалісти служб у справах дітей та сімей – 9 осіб; представники недержавних надавачів соціальних послуг – 75 осіб; інші посадові особи – 231 особа (рис. 1).

Для підвищення ефективності процесу підвищення кваліфікації надавачів соціальних послуг працівниками Відділу у 2024 році розроблено відповідні програми навчальних та тренінгових курсів, а також методичні рекомендації до них. Так, з метою підвищення рівня компетентності щодо визначення потреб населення громади у соціальних послугах, підвищення ступеня залучення різних суб'єктів до процесу, здійснення відповідних моніторингових процедур та їх використання для планування подальшого розвитку соціальних послуг у громаді розроблено навчальний курс «Визначення потреб населення громади у соціальних послугах», що дає змогу надавачам соціальних послуг чітко розуміти, чого саме потребують мешканці, й сформуванати релевантну відповідь.

Для забезпечення формування у надавачів соціальних послуг навичок спілкування та ефективної міжособистісної і групової взаємодії, удосконалення та підвищення рівня комунікативної компетентності розроблено навчально-тренінгову програму «Формування навичок спілкування. Розвиток комунікативної компетенції працівників надавачів соціальних послуг», що є надійним фундаментом вдосконалення навичок міжособистісного спілкування та може відкрити нові можливості у професійному житті.

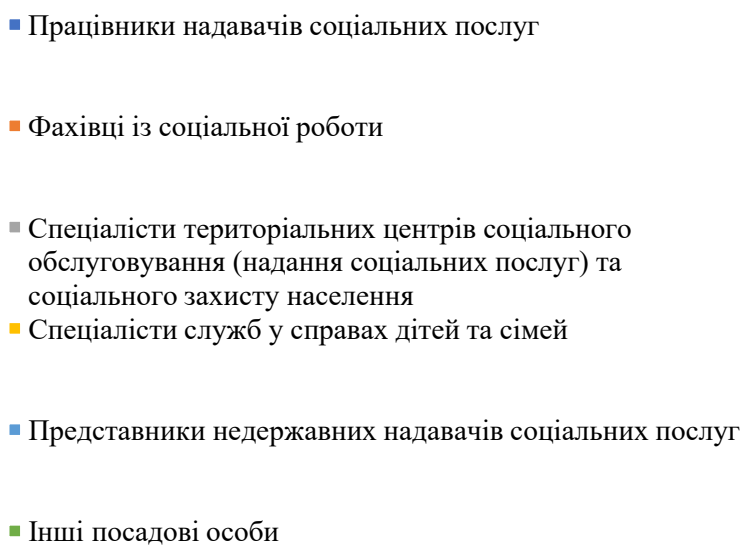


Рис. 1. Участь представників установ / закладів надавачів соціальних послуг у навчальних заходах

Окрім цього, з метою підвищення професійних компетенцій працівників надавачів соціальних послуг розроблено навчальні програми «Організація надання соціальних послуг стаціонарного догляду, підтриманого проживання» та «Підготовка осіб, які бажають надати соціальну послугу супроводу під час інклюзивного навчання».

Аналіз досвіду роботи Відділу засвідчив, що його фахівці постійно надають методичну допомогу, забезпечують інформаційний супровід діяльності надавачів соціальних послуг та сприяють впровадженню державних стандартів надання соціальних послуг у територіальних громадах, а також вивчають, узагальнюють та сприяють впровадженню прогресивних форм і методів як вітчизняних, так і закордонних практик, що спрямовано на підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг, на основі чого розробляють пропозиції та готують методичні рекомендації з метою вдосконалення технологій, форм і методів соціальної роботи, спрямованих на профілактику різних соціальних ризиків.

Протягом 2024 року спеціалістами Відділу розроблено низку методичних рекомендацій та інформаційних матеріалів на теми: «Права жінок та дівчат з інвалідністю. Гендерна рівність»; «Перша психологічна допомога»; «Підвищення професійних компетенцій фахівців із соціальної роботи при організації та наданні соціальних послуг в умовах воєнного стану»; «Організація і надання соціальних послуг підтриманого проживання та догляду вдома для людей з інвалідністю та людей літнього віку»; «Менеджмент соціальних послуг в умовах воєнного стану»; «Підвищення професійних компетентностей завідувачів відділення (соціальні послуги) при здійсненні соціальної роботи»; «Порядок визначення потреб населення адміністративно-територіальної одиниці / територіальної громади у соціальних послугах під час дії надзвичайного або воєнного стану»; «Соціальна підтримка військових, які отримали інвалідність»; «Консультування»; «Соціальна адаптація»; «Соціальна реабілітація»; «Поводження із постраждалими від сексуального насильства внаслідок воєнної агресії РФ в Україні під час проведення стабілізаційних заходів та слідчих дій»; «Посередництво (медіація)»; «Профілактика»; «Впровадження Державного стандарту соціальної послуги соціальної адаптації ветеранів війни та членів їхніх сімей»; «Застосування Державного стандарту соціальної послуги кризового та екстреного втручання»; «Екстрене та кризове втручання»; «Впровадження Державного стандарту соціальної послуги супроводу під час інклюзивного навчання»; «Організація і надання соціальних послуг підтриманого проживання та догляду вдома для людей з інвалідністю та людей похилого віку»; «Нормативно-правові документи для фахівців із соціальної роботи з питань організації та надання соціальних послуг»; «Мультидисциплінарний підхід при організації та наданні соціальних послуг в громадах»; «Застосування Державного стандарту соціальної послуги стаціонарного догляду за особами, які втратили здатність до самообслуговування чи не набули такої здатності»; «Інформування»; «Супровід під час інклюзивного навчання»; «Застосування стандарту надання послуг із соціальної профілактики торгівлі людьми».

Ще одним важливим в умовах війни напрямом методичної підтримки надавачів соціальних послуг у територіальних громадах, які надають фахівці Відділу, є постійні консультації у телефонному режимі та онлайн.

Також Відділ впроваджує програми навчання та підвищення професійної компетентності / кваліфікації для працівників закладів та установ, що надають соціальні послуги у відповідній адміністративно-територіальній одиниці, фахівців із соціальної роботи, органів місцевого самоврядування, працівників служб у справах дітей відповідно до вимог законодавства України. Так, за звітний період Відділом організовано дві групи по 20 осіб з метою підвищення кваліфікації в Центрі післядипломної освіти Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна за робочою освітньою програмою «Соціальна робота» за спеціальністю 231, що спрямовано на удосконалення професійних компетентностей працівників надавачів соціальних послуг, профілактику їх професійного та емоційного вигорання, підтримку емоційної стійкості.

Ураховуючи стрімку діджиталізацію та активне використання соціальних мереж як простору швидкого отримання інформації, фахівці Відділу поширюють новини про всі заходи, які плануються та проводяться, на офіційній сторінці Харківського ОЦСС у соціальній мережі Facebook, у вкладці рубрика **#компетентності_та_компетенцій**. Серед заходів звітного періоду, які висвітлювалися у рубриці, можна зазначити інформаційні матеріали щодо видів соціальних послуг; поради, як боротися із перевтомою, з панікою та тривогою, як спілкуватися зі своїми дітьми, та інші корисні матеріали для працівників надавачів соціальних послуг.

Аналіз діяльності фахівців Відділу під час проведення семінарів, вебінарів, тренінгів та інших навчальних заходів засвідчив, що вони застосовують різні методи групової роботи (у форматах онлайн та офлайн): міні-лекції; мозковий штурм; аналіз ситуації (робота з кейсами); групова дискусія; супервізії; інтервізії; демонстрація відеоматеріалів з подальшим їх обговоренням тощо. Для проведення заходів в онлайн-форматі на платформі Zoom використовують такі онлайн інструменти: Mentimeter (для проведення опитування); Padlet, Scrumbler, Jamboard (інтерактивні онлайн дошки для візуалізації фотофрагментів та інших видів групової роботи); Google-форми (анкети та опитувальники для збору інформації та здійснення моніторингу); Canva (створення презентацій, колажів тощо).

З метою підвищення власної професійної кваліфікації та самовдосконалення фахівці Відділу також постійно вивчають зміни до нормативно-правових документів та законодавчих актів, переглядають відеоконференції та презентаційні матеріали, беруть участь в онлайн-конференціях, тренінгах, семінарах, вебінарах, які запропоновано Міністерством соціальної політики України і не тільки. Так, протягом 2024 року спеціалісти Відділу брали участь у таких тренінгах, семінарах, навчаннях: тренінгу (вебінарі) «Особливості взаємодії суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству у

зв'язку із вчиненням насильства стосовно дітей та за участі дітей. Проблемні питання, нестандартні ситуації, допомога постраждалим та актуальність роботи з кривдниками» – МБФ «Українська фундація громадського здоров'я»; у супервізійній зустрічі від ГО «МЦРЛ»; навчанні «Інформованість про травму» від Ізраїльської коаліції травми; тренінгу «Програма дій з подолання прогалин у сфері психічного здоров'я» від ФНІ 360; тренінгу для тренерів «Кризовий менеджмент у громадах» в рамках проєкту «Міжвідомча співпраця у сфері охорони здоров'я»; тренінгу від Товариства Червоного Хреста «Надання соціальної, фізичної та психологічної допомоги в умовах війни. Мінна небезпека та поведінка при обстрілах»; тренінгу «Знайомство з арт-терапією як з одним із шляхів подолання стресів в умовах нестабільності воєнного часу»; тренінгу на тему «Особливості організації навчально-методичної роботи» в рамках Програми розвитку ООН в Україні; тренінгу «Посилення спроможності здійснювати психосоціальну підтримку ветеранів та їхніх сімей» від Ради міжнародних наукових досліджень та обмінів (IREX); семінарі «Послуга раннього втручання»; супервізійних зустрічах для тренерів «Кризовий менеджмент у громадах» в рамках проєкту «Міжвідомча співпраця у сфері охорони здоров'я»; вебінарі «Оцінка ризиків» в рамках проєкту «Міжвідомча співпраця у сфері охорони здоров'я»; тренінгу на тему «Виявлення сімей (осіб), що перебувають в складних життєвих обставинах та надання їм соціальної допомоги» в межах проєкту «Сила: Житло, захист і засоби для існування людям, які повернулися додому» за підтримки Українського гуманітарного фонду UHF; онлайн-зустрічі щодо опрацювання проєктів «Методики організації соціальної роботи із застосуванням методу ведення випадку в роботі з особами, які постраждали від домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі» та «Спеціалізовані форми соціальної роботи (кейс-менеджмент) в ситуації домашнього насильства та/або насильства за ознакою статі» Мінсоцполітики у взаємодії з Фондом ООН у галузі народонаселення; підвищенні кваліфікації «Соціальна робота»; тренінгу «Надання першої допомоги» від Товариство Червоного Хреста України; тренінгу «Спілкування з людьми з інвалідністю та інклюзивна комунікація»; тренінгу «Ефективна комунікація в професійній сфері» від БФ «Право на захист»; тренінгу «Стрес-менеджмент на робочому місці» від БФ «Право на захист»; тренінгу «Система соціального захисту та соціального забезпечення в Україні» від Академії праці, соціальних відносин і туризму; тренінгу «Організація трудових відносин в умовах воєнного стану» від Академії праці, соціальних відносин і туризму; тренінгу «Прояви стресу на робочому місці та способи його подолання» від Академії праці, соціальних відносин і туризму; тренінгу «Особливості спілкування та допомоги демобілізованим» від Академії праці, соціальних відносин і туризму; тренінгу «Гендерно-орієнтоване управління на основі результатів» від ООН Жінки в Україні; тренінгу «Основи надання паліативної допомоги для працівників установ системи соціального захисту населення» від ТОВ «КБС Старт» у рамках проєкту USAID «Підтримка реформи охорони

здоров'я»; тренінгу на тему «Основи кейс-менеджменту. Підтримка дітей та їх сімей, які постраждали від вибухонебезпечних предметів», проведеному Міжнародним комітетом порятунку (IRC) за підтримки ЮНІСЕФ; підвищенні кваліфікації в Українській інженерно-педагогічній академії за спеціальністю «Психологія»; тренінгу на тему «Підтримка ветеранів та членів їх сімей», проведеному представниками БО «Premiere Urgence Internationale»; тренінгу на тему «Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка», проведеному представниками ЮНІСЕФ; презентації результатів оцінки потреб представників цільових груп навчального курсу з травма-інформованого підходу під час допомоги дітям у рамках проєкту «Запровадження пілотного травма-орієнтованого підходу до ментального здоров'я, психологічної підтримки та медіації», який впроваджується у межах проєкту Дитячого Фонду ООН (ЮНІСЕФ) за підтримки Харківської державної обласної адміністрації; тренінгу «Тепло в турботі: основи знеболення та менеджмент важких симптомів у пацієнтів, які потребують паліативної допомоги. Особливості догляду, позиціонування маломобільної людини. Профілактика та лікування пролежнів» від ТОВ «КБС Старт» у рамках Проєкту USAID «Підтримка реформи охорони здоров'я».

Беручи до уваги Рекомендації ради Європи (2017 р.) про Європейську рамку кваліфікацій (ЄРК) щодо навчання впродовж життя [10], про необхідність валідації результатів неформального та інформального навчання, під час організації заходів з підвищення кваліфікації фахівці мають можливість за умови успішного проходження підсумкового тестування отримати відповідну сертифікацію. Відповідно до ЄРК під час здійснення будь-якого професійного навчання мають бути визначені певні його результати, які дають можливість віднести його до одного з визначених рівнів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, підвищення професійної компетентності надавачів соціальних послуг в умовах війни в Україні є важливим чинником забезпечення якості надання соціальних послуг з огляду на появу нових соціальних запитів та ризиків. Аналіз та узагальнення досвіду надання соціальних послуг у громадах Харківської області відділом методичного забезпечення соціальної роботи та підвищення професійних компетенцій надавачів соціальних послуг Харківського обласного центру соціальних служб дозволили виокремити важливі напрацювання, що враховують не тільки Європейські стандарти якості підготовки фахівців соціальної галузі, а й вітчизняні позитивні практики, що є адаптованими до реалій надання соціальних послуг в умовах війни і враховують особливості менталітету споживачів соціальних послуг та специфіку місцевих громад.

Перспективними напрямками подальших досліджень є узагальнення досвіду та визначення особливостей впровадження центром соціальних служб програм підготовки надавачів соціальних послуг до реалізації соціальних послуг інклюзивного навчання та підтриманого проживання в умовах війни.

Список використаних джерел і літератури

1. Андрищенко А., Горбунова-Рубан С. Підготовка соціальних працівників в Україні: проблеми та шляхи їх вирішення. *SOCIOПРОСТІР*. 2019. № 8. С. 35–40. URL: <https://periodicals.karazin.ua/socioprostir/article/view/12776> (дата звернення: 08.01.2025).
2. Байдарова О., Карагодіна О., Федченков В. Чи відповідна модель професійних компетентностей потребам фахівців сфери захисту прав та інтересів дітей в Україні? *Вісник Академії праці, соціальних відносин і туризму*. 2020. № 1. С. 80–96.
3. Зацікавленість і спроможність організацій громадянського суспільства надавати соціальні послуги: звіт за результатами соціологічного дослідження (квітень 2024 року). URL: <https://ednannia.ua/attachments/article/12720/%D0%94%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%83%D0%B3%D0%B8.pdf> (дата звернення: 12.01.2025).
4. Пищуліна О., Маркевич К. Ринок праці в умовах війни: основні тенденції та напрями стабілізації. *Аналітична записка*. Київ, 2022. URL: <https://razumkov.org.ua/images/2022/07/18/2022-ANALIT-ZAPIS-PISHULINA-2.pdf> (дата звернення: 07.11.2022).
5. Програма розвитку соціальних послуг та психосоціальної допомоги в Харківській області на 2023–2027 роки. *Харківська обласна рада*. 03.2024. URL: <https://oblrada-kharkiv.gov.ua/> (дата звернення: 12.01.2025).
6. Садрицька С. В. Професійні компетентності соціальних працівників: зміна пріоритетів в умовах війни. *SOCIOПРОСТІР* : міждисциплінарний електронний збірник наукових праць з соціології та соціальної роботи. 2022. № 12. С. 14–23. <https://doi.org/10.26565/2218-2470-2022-12-02> (дата звернення: 12.01.2025).
7. Семигіна Т. В., Пожидаєва О. В. Формування компетентностей соціальних працівників: міжнародна та локальна практика. *Репрезентація освітніх досягнень, мас-медіа та роль філології у сучасній системі наук* : колективна наукова монографія. Вінниця, 2020. С. 47–63.
8. Соціальні послуги в умовах війни: нові зміни та виклики. *Лабораторія законодавчих ініціатив*. URL: <https://parlament.org.ua/analytics/soczialni-poslugy-v-umovah-vijny-novi-zminy-ta-vyuky/> (дата звернення: 12.01.2025).
9. Соціальні послуги, які надаються під час воєнного стану та останні зміни у цій сфері. *Міністерство соціальної політики*. URL: <https://www.msp.gov.ua/news/21778.html>. (дата звернення: 10.01.2025).
10. The European Qualifications Framework (EQF). European Union. 2017. URL: <https://europa.eu/europass/en/european-qualifications-framework-eqf>; [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32017H0615\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32017H0615(01)&from=EN) (access date: 12.11.2024).

References

1. Andriushchenko, A., & Horbunova-Ruban, S. (2019). Pidhotovka sotsialnykh pratsivnykiv v Ukraini: problemy ta shliakhy yikh vyrishennia. [Training of social workers in Ukraine: problems and ways to solve them] *SOCIOПРОСТІР*. [SOCIOSPACE] № 8. S. 35–40. Retrieved from: <https://periodicals.karazin.ua/socioprostir/article/view/12776> [in Ukrainian].
2. Baidarova, O., Karahodina, O., & Fedchenkov, V. (2020). Chy vidpovidna model profesii-nykh kompetentnostei potrebam fakhivtsiv sfery zakhystu prav ta interesiv ditei v Ukraini? [Does the model of professional competencies meet the needs of specialists in the field of protection of children's rights and interests in Ukraine?] *Visnyk Akademii pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu – Bulletin of the Academy of Labor, Social Relations and Tourism*, 1, 80–96. [in Ukrainian].

3. Zatsikavlenist i spromozhnist orhanizatsii hromadianskoho suspilstva nadavaty sotsialni posluhy [Interest and capacity of civil society organizations to provide social services]: zvit za rezultatamy sotsiolohichnoho doslidzhennia [report on the results of a sociological survey] (2024). (kviten 2024 roku). Retrieved from: <https://ednannia.ua/attachments/article/12720/%D0%94%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%20%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%96%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%83%D0%B3%D0%B8.pdf> [in Ukrainian].
4. Pyshchulina, O., & Markevych, K. (2022). Rynok pratsi v umovakh viiny: osnovni tendentsii ta napriamy stabilizatsii [Labor market in wartime conditions: main trends and directions of stabilization] Analitychna zapyska. [Analytical note]. Kyiv, Retrieved from: <https://razumkov.org.ua/images/2022/07/18/2022-ANALIT-ZAPIS-PISHULINA-2.pdf> [in Ukrainian].
5. Prohrama rozvytku sotsialnykh posluh ta psykhosotsialnoi dopomohy v Kharkivskii oblasti na 2023 – 2027 roky. [Program for the development of social services and psychosocial assistance in the Kharkiv region for 2023–2027] (2024). Kharkivska oblasna rada [Kharkiv Regional Council]. 03.2024. Retrieved from: <https://oblrada-kharkiv.gov.ua/> [in Ukrainian].
6. Sadrytska, S. V. (2022). Profesiini kompetentnosti sotsialnykh pratsivnykiv: zmina priorytetiv v umovakh viiny. [Professional competencies of social workers: changing priorities in wartime]. *SOCIOPROSTIR [SOCIOSPACE]: mizhdystsyplynarnyi elektronnyi zbirnyk naukovykh prats z sotsiologhii ta sotsialnoi roboty*, 12, 14–23. <https://doi.org/10.26565/2218-2470-2022-12-02> [in Ukrainian].
7. Semyhina, T. V., & Pozhydaieva, O. V. (2020). Formuvannia kompetentnostei sotsialnykh pratsivnykiv: mizhnarodna ta lokalna praktyka. Reprezentatsiia osvitnikh dosiahnen, mas-media ta rol filolohii u suchasni systemi nauk [Formation of social workers' competencies: international and local practice. Representation of educational achievements, mass media and the role of philology in the modern system of sciences]: kolektyvna naukova monohrafiia. Vinnytsia, 2020. S. 47–63. [in Ukrainian].
8. Sotsialni posluhy v umovakh viiny: novi zminy ta vyklyky [Social services in wartime: new changes and challenges] (2025). Laboratoriia zakonodavchykh initsiatyv [Laboratory of legislative initiatives]. Retrieved from: <https://parlament.org.ua/analytics/soczialni-poslugy-v-umovah-vijny-novi-zminy-ta-vyklyky/> [in Ukrainian].
9. Sotsialni posluhy, yaki nadaiutsia pid chas voiennoho stanu ta ostanni zminy u tsii sferi. [Social services provided during martial law and recent changes in this area] (2025). Ministerstvo sotsialnoi polityky. [Ministry of Social Policy]. Retrieved from: <https://www.msp.gov.ua/news/21778.html>. [in Ukrainian].
10. The European Qualifications Framework (EQF). (2017). European Union. Retrieved from: <https://europa.eu/europass/en/european-qualifications-framework-eqf>; [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32017H0615\(01\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:32017H0615(01)&from=EN) [in English].

Kostina V. V.

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor,
Professor at the Department of Social Work and Social Pedagogy
H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Mohilka O. P.

Doctor of Philosophy in Social Work,
Lecturer at the Department of Psychiatry, Narcology,
Medical Psychology and Social Work
Kharkiv National Medical University

Bondareva A. V.

Candidate of Biological Sciences,
Associate Professor at the Department of Biological Chemistry
Kharkiv National Medical University

Radich O. S.

Director
Kharkiv Regional Center for Social Services

**EXPERIENCE OF ENHANCING THE PROFESSIONAL
COMPETENCE OF PROVIDERS OF SOCIAL SERVICES
IN WAR CONDITIONS**

The article analyzes the practice of improving the qualifications of social service professionals in war conditions, which is a necessary condition for increasing the efficiency of social service providers. The purpose of the article was to summarize the experience of the Department of Methodological Support of Social Work and the improvement of professional competencies of social service providers and to identify successful practices in carrying out relevant work, which are necessary for the formation of professional readiness of social sector specialists to work with vulnerable categories of the population in need of social assistance, support and protection in conditions of war in Ukraine. The scientific novelty lies in presenting the results of the monitoring research analysis on the implementation of work to improve the quality of methodological support of social service providers, as well as in revealing the content of the activity to improve the skills of social service providers, who are representatives of state, municipal institutions and figures of the public sector of social assistance, in order to form in them the potential for resilience, important professional skills and qualities of a successful personality, ready to implement important professional and social tasks, as well as to overcome the consequences of the war and implement sustainable development strategies. Research conclusions: the features of the work of specialists of the Department of Methodological Support of Social Work and the improvement of professional competencies of social service providers in modern conditions are highlighted and methodological tools are provided, which have become widespread in their professional activities. It is proven that successful practices for improving professional competencies of social

service providers of the Kharkiv Regional Center for Social Services take into account not only European quality standards for training specialists in the social sector, but also domestic positive practices that are adapted to the realities of providing social services in wartime, and also take into account the peculiarities of the mentality of social service consumers and the specifics of local communities.

Key words: professional competence, social service providers, social and psychological assistance, methodological support, war.

УДК 159.9.072.43:364-7

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.14>

Косьянова О. Ю.

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри теорії та методики практичної психології
Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»
e-mail: olenakosyanova@gmail.com
ORCID ID: 0000–0001–9532–9981

Крижановська А. В.

здобувач освітнього ступеню бакалавра
спеціальності 053 Психологія
кафедра теорії та методики практичної психології
Державний заклад «Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»
ORCID ID: 0009-0009-9322-6781

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ДИТЯЧИХ ТРАВМ ТА ЇХНІЙ ВПЛИВ НА ОСОБИСТІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДОРОСЛОЇ ЛЮДИНИ

У статті досліджено психологічні наслідки дитячих травм та їхній вплив на формування особистісних характеристик у дорослому віці. Актуальність теми зумовлена високою поширеністю дитячої травматизації та її довготривалим впливом на психоемоційний стан особистості. У межах емпіричного дослідження проведено опитування 50 респондентів із використанням комплексу методик: PTGI (Тедеші і Калхаун), CISS (Ендлер і Паркер), МНС-SF (Кіз) та наративного аналізу (Шебанова). Отримані результати засвідчили поширеність соціальної тривожності, низької самооцінки, страху майбутнього, деструктивних переконань і схильності до емоційної дисрегуляції. Статистичний аналіз виявив позитивну кореляцію між посттравматичним зростанням і конструктивними копінг-стратегіями ($r = 0,400^{**}$) та психологічним здоров'ям ($r = 0,448^{**}$), що свідчить про адаптаційний потенціал осіб, здатних до рефлексії й опрацювання негативного досвіду. Результати підкреслюють важливість психологічного супроводу осіб із травматичним минулим, а також необхідність подальших досліджень у напрямі розробки психокорекційних програм, орієнтованих на трансформацію деструктивних переконань і розвиток здорових копінг-механізмів.

Ключові слова: дитяча психологічна травма, наслідки травми, особистість дорослої людини, риси особистості, емоційна регуляція, посттравматичний стресовий розлад.

Постановка проблеми. Дослідження показують, що дитячі травми є важливим фактором ризику розвитку психічних розладів у дорослому житті [8]. Понад 50% дітей у світі переживають якусь форму травми (фізичне, емоційне чи сексуальне насильство або емоційне/фізичне нехтування). Ці дані підтверджуються

й в українських дослідженнях. Зокрема, А. О. Анурова наголошує на зростанні масштабів дитячої травматизації в сучасному суспільстві та її зв'язку з дезадаптацією в дорослому віці [1]. Тривалий негативний досвід у дитинстві вважається одним із найважливіших факторів ризику для психічних порушень у майбутньому. Зокрема, результати ACE–дослідження показали стійку дозозалежну залежність: ті, хто пережили більше видів травм у дитинстві, демонстрували різке погіршення психічного здоров'я дорослих. Особи з чотирма та більше типами травматичних подій мали у 4–12 разів вищий ризик захворіти на депресію чи вчинити спроби самогубства. Асоціація дитячих травм із ПТСР набула особливого значення: у багатьох дорослих з історією травми дитинства формується комплекс посттравматичних симптомів (постійні флешбеки, дисоціація, порушення пам'яті). Пошкодження саморегуляторних механізмів у дитячому віці, зокрема емоційна дисрегуляція, є ключовим чинником, що перешкоджає нормальному розвитку особистості. В українських працях, наприклад у дослідженні І. Ковальчук, зазначається, що насильство над дітьми призводить до глибоких емоційних порушень, які проявляються вже в підлітковому й дорослому віці [5, с. 63–65]. Саме тому дослідження психологічних наслідків дитячих травм є актуальним для розробки методик корекції та профілактики.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні наукові роботи показують широкий спектр наслідків дитячих травм для дорослої особистості. Наприклад, Д. Ванг і співавтори (2018) виявили, що молоді дорослі з травматичним досвідом у дитинстві мали значно вищі рівні депресії, тривоги та невротизму, натомість нижчі – екстраверсії, порівняно з ненасильницькою групою [10]. Аналогічно Х. Лі та співавтори (2014) у китайському дослідженні підлітків показали, що підлітки, які зазнали емоційного, фізичного або сексуального насильства в дитинстві, демонстрували значно вищі показники нейротизму та психотизму [9]. Ці автори також знайшли стійкі позитивні кореляції між загальною кількістю травм у дитинстві і рівнем нейротизму / психотизму. К. Бертсч і колеги (2024) підтверджують, що дитячі травми прямо корелюють із порушеннями функціонування особистості (дефіцити самості й міжособистісної взаємодії) – вплив дитинства на особистість пояснюється через порушення зв'язків «тіло–психіка» [7]. Такі порушення самообразу відповідають сучасним теоретичним моделям: відповідно до AMPD (DSM–5), травматичний досвід дитинства призводить до нестабільності особистісної ідентичності та проблем з емпатією і стосунками. Подібний зв'язок між порушенням функціонування особистості та дитячим травматичним досвідом описують і А. Б. Коваленко та В. Г. Голота, які підкреслюють важливість саморефлексії та толерантності як захисних факторів [4].

З іншого боку, К. Гровер та співавтори (2007) показали, що навіть здорові дорослі з історією дитячого насильства повідомляють про більше симптомів особистісних розладів (параноїдного, нарцисичного, граничного, антисоціального, обсесивно-компульсивного, пасивно-агресивного, депресивного), ніж їхні одно-

літки без такого досвіду [8]. Це свідчить про зв'язок між насильством у дитинстві та схильністю до різних патологічних рис особистості. С. Карпова розглядає психологічну травматизацію не лише як фактор ризику, а й як потенційний ресурс особистісного зростання за умови ефективного психологічного супроводу [2].

Усі ці дослідження підкреслюють, що травматичний досвід суттєво модифікує емоційні та мотиваційні характеристики особистості, зокрема формує високий рівень невротизму й понижений рівень стабільності «Я». Одночасно деякі автори зауважують, що величина впливу може бути помірною і зумовленою спільними факторами (наприклад, генетикою чи сімейним контекстом), що підкреслює складність причинно-наслідкового зв'язку. Загалом, сучасні публікації чітко демонструють, що дитячі травми змінюють базовий емоційно-мотиваційний профіль людини: постійно високий рівень тривожності, зниження відчуття безпеки, необхідність крайніх заходів самозахисту, що рано чи пізно призводить до стійких особистісних порушень.

Мета статті. Метою даної статті є вивчення зв'язку між психотравматичними подіями дитинства та особистісними характеристиками дорослої людини. Конкретно ми ставили завдання: 1) оцінити рівень дитячих травм у вибірці дорослих; 2) порівняти показники особистісних рис (невротизм, екстраверсію тощо) у групах з травматичним досвідом і без нього; 3) проаналізувати кореляції між кількістю травм та показниками психічного стану особистості.

Ми припускали, що учасники з історією дитячих травм продемонструють більш виражену емоційну дисрегуляцію та зрушення в рисах особистості (зокрема, підвищений невротизм).

Результати дослідження. В опитуванні взяли участь чоловіки та жінки віком від 17-ти до 62-х років та склали вибірку з 50-ти респондентів. Для цього були запропоновані такі методики-опитувальники: «Психологічний наративний аналіз кризових/травматичних подій» авторства В. І. Шебанової, що дозволяє дослідити суб'єктивне переживання та когнітивну обробку травматичних подій; «Опитувальник посттравматичного зростання» (Post Traumatic Growth Inventory) Р. Тедеші та Л. Калхауна, адаптований для російськомовної аудиторії М. Ш. Магомед-Еміновим, який використовується для оцінки позитивних змін у житті після пережитої травми; «Опитувальник стабільності психічного здоров'я – коротка форма» («The Mental Health Continuum – Short Form») К. Кіза в адаптації Е. Л. Носенко, А. Г. Четверик-Бурчак, що допомагає визначити рівень психічної стійкості респондентів; а також методику «Копінг-поведінка в стресових ситуаціях» (Coping Inventory for Stressful Situations, CISS) Нормана С. Ендлера та Джеймса Д. Паркера, яка дозволяє встановити домінуючі копінг-стратегії, що застосовуються особистістю у стресових ситуаціях.

У результаті проведення емпіричного дослідження за методикою «Психологічний наративний аналіз кризових/травматичних подій», розробленою В. І. Шебановою, з'ясовано, що серед опитуваних виявилось 20% із соціальною тривож-

ністю та проблемами із самооцінкою, 20% – з проблемами у стосунках різного характеру, 16% – з кар’єрною невизначеністю та страхом майбутнього, по 10% – родинні конфлікти, фінансові труднощі та втрати (смерть близьких, розриви). Найменші показники серед кризових подій – це проблеми зі здоров’ям – 8%, а також військовий та посттравматичний досвід – 6%. Усі дані можна побачити в таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл респондентів за типами пережитих кризових і травматичних подій (за методикою В. І. Шебанової) (n = 50)

Кризова/травматична подія	Кількість респондентів	Відсоток (%)
Соціальна тривожність, самооцінка	10	20
Проблеми у стосунках (розриви, зради, токсичність)	10	20
Страх майбутнього, кар’єрна невизначеність	8	16
Родинні конфлікти та нерозуміння	5	10
Фінансові труднощі	5	10
Втрати (смерть близьких, розлука)	5	10
Проблеми зі здоров’ям (фізичні та ментальні)	4	8
Військовий та посттравматичний досвід	3	6

Отримані результати дозволяють глибше зрозуміти, які саме життєві кризи найбільш часто трапляються в опитаних і яким чином вони впливають на їхню особистість у дорослому віці. Кожен із зафіксованих типів кризових подій має свою специфіку, вплив на психологічний стан людини, її поведінкові патерни, емоційне самопочуття та подальшу адаптацію до життя.

Найбільш поширеною проблемою серед опитуваних виявилася соціальна тривожність та проблеми із самооцінкою (20%). Це досить передбачувано, адже дитячі травми, особливо ті, що пов’язані з вихованням у дисфункційних сім’ях, булінгом, відсутністю підтримки або надмірною критикою, безпосередньо впливають на здатність людини формувати здорове уявлення про себе та взаємодіяти з соціумом. Людина, яка з дитинства звикла очікувати негативної оцінки або неприйняття, у дорослому віці може несвідомо уникати соціальних контактів, побоюючись критики чи відторгнення. Це, своєю чергою, позначається на її міжособистісних стосунках, кар’єрному розвитку та загальному рівні життєвого задоволення. Тривожність і низька самооцінка часто стають бар’єром у реалізації власного потенціалу, оскільки людина сумнівається у своїх силах і боїться невдач.

Другим за поширеністю виявився фактор проблем у стосунках (20%). Це може стосуватися як романтичних, так і дружніх чи робочих взаємодій. Люди, які пережили травматичний досвід у дитинстві, нерідко мають викривлені моделі прив’язаності, сформовані внаслідок небезпечного або непослідовного стилю виховання батьків. У дослідженні Л. В. Кім наголошується, що міжособистісні

труднощі в дорослому віці часто зумовлені емоційним насильством або нехтуванням у ранньому дитинстві, що особливо проявляється у жінок [3]. Наприклад, якщо дитина зростала в середовищі, де домінували конфлікти, емоційна холодність або, навпаки, надмірна опіка, вона може перенести ці патерни у доросле життя, що призведе до труднощів у побудові довірливих і стабільних стосунків. Часто такі люди або уникають глибокої емоційної близькості, або, навпаки, надмірно прив'язуються до партнера, боячись його втратити, що створює емоційну нестабільність у стосунках.

Кар'єрна невизначеність та страх майбутнього (16%) – ще один значущий показник, що свідчить про тривожність, невпевненість у своїх можливостях та проблеми з прийняттям самостійних рішень. Людина, яка зростала у середовищі, де її думка ігнорувалася або вона не отримувала підтримки у своїх починаннях, у дорослому віці часто відчуває страх відповідальності, побоюючись зробити «неправильний» вибір. Дитячі травми, пов'язані з нестабільністю (наприклад, фінансові труднощі в сім'ї або часті переїзди), можуть також формувати невизначеність і страх перед майбутнім, оскільки людина звикла до непередбачуваності життя і не почувається в ньому впевнено.

Аналіз емоційних реакцій респондентів показує, що найпоширенішим почуттям є страх, який проявляється у 76% випадків. Найчастіше він пов'язаний з невизначеністю щодо майбутнього та складнощами у соціальних взаємодіях. Це не дивно, адже дитячі травми нерідко формують у людини відчуття нестабільності та відсутності контролю над своїм життям. Другою за поширеністю є тривога (68%), яка тісно пов'язана з невпевненістю у власних силах, фінансовою нестабільністю та кар'єрними труднощами. Вона відрізняється від страху тим, що є менш конкретною, більш розмитою, проте може супроводжувати людину протягом усього життя, впливаючи на її здатність приймати рішення. Сором, який відзначили 52% опитаних, часто є наслідком пережитого приниження, критики або токсичних стосунків у дитинстві, що змушує людину відчувати себе «неправильною» або «неповноцінною». Розчарування (44%) виникає, коли очікування не збігаються з реальністю, що особливо помітно у сфері роботи та фінансів. Нарешті, горе та відчуття втрати (20%) спостерігається у найважчих випадках, коли людина пережила смерть близької людини або значні розлуки.

Таблиця 2

Найбільш поширені емоційні реакції на травмуючу подію (n = 50).

Емоційна реакція	Відсоток випадків	Травмуюча подія
Страх	76	Перед майбутнім, соціальними ситуаціями
Тривога	68	Пов'язана з невпевненістю, кар'єрою, фінансами
Сором	52	Часто у випадках соціофобії та токсичних стосунків
Розчарування	44	У випадках невдач на роботі та фінансових проблем
Горе, втрата	20	Найбільш інтенсивна реакція у випадках смерті та розлуки

Поряд із сильними емоційними реакціями, дитячі травми та важкі життєві події залишають після себе не менш глибокий слід у вигляді когнітивних деструктивних переконань – негативних установок, які людина сприймає як абсолютну правду та через які оцінює себе і світ навколо. М. О. Коржан звертає увагу на той факт, що саме ці когнітивні схеми є основною перешкодою для нормального функціонування в дорослому житті [6, с. 385].

Результати дослідження засвідчили, що у значної частини респондентів сформувалися стійкі негативні переконання, які мають витoki у дитячому травматичному досвіді. Найпоширенішим з них є «Я недостатньо хороший/а» (80%), що формується внаслідок хронічної критики, браку підтримки чи емоційної холодності з боку значущих дорослих. Це переконання суттєво підриває самооцінку і стримує ініціативність у дорослому віці. Переконання «Я не впораюсь» (72%) виникає як реакція на досвід безсилля у дитинстві, коли дитині не дозволяли приймати рішення. У дорослому житті воно проявляється як страх відповідальності та уникнення викликів. «Я не заслуговую на щастя» (38%) зазвичай є наслідком емоційного знецінення, пережитих втрат або токсичних стосунків. Людина з таким переконанням схильна уникати позитивних змін. «Інші мене не приймуть» (30%) формується у досвіді соціального відторгнення в дитинстві й спричиняє соціофобію та самоізоляцію. «Я ніколи не зможу змінити ситуацію» (24%) – це прояв внутрішнього песимізму, характерного для тих, хто виростав у середовищі з відсутністю підтримки та впливу на власне життя.

Результати кореляційного аналізу виявили статистично значущі зв'язки між рівнем посттравматичного зростання (за методикою PTGI) та копінг-стратегіями, вимірюваними за CISS (Н. Ендлер, Дж. Паркер).

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки між посттравматичним зростанням та іншими психологічними показниками

Методика	«Опитувальник посттравматичного зростання» (Post Traumatic Growth Inventory, PTGI), розроблений Р. Тедеші та Л. Калхауном	
Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» (К. Кіз) (адаптація Е.Л. Носенко, А.Г. Четверик–Бурчак)	Шкала	Рівень посттравматичного зростання
	Рівень психологічного здоров'я	0,448**
Методики «Копінг–поведінка в стресових ситуаціях» (CISS) (Н. Ендлер, Дж. Паркер)	Проблемно-орієнтований копінг	0,400**
	Емоційно-орієнтований копінг	–0,256
	Копінг, орієнтований на уникнення	–0,301*
	Відволікання	–0,349*
	Соціальне відволікання	0,323*

Примітка: **. Кореляція значуща на рівні 0.01; *. Кореляція значуща на рівні 0.05

Позитивний значущий зв'язок на рівні 0,01 ($r = 0,400^{**}$) встановлено між проблемно-орієнтованим копінгом та посттравматичним зростанням, що свідчить про те, що ефективна стратегія вирішення проблем сприяє позитивним особистісним змінам після травматичних подій.

- Висока позитивна кореляція ($r = 0,448^{**}$) також простежується між рівнем психологічного здоров'я (за шкалою К. Кіза) та посттравматичним зростанням, що підтверджує взаємозв'язок загального психічного благополуччя з позитивною адаптацією до стресу.

- Негативна, проте статистично незначуща кореляція виявлена між емоційно-орієнтованим копінгом та PTGI ($r = -0,256$), що вказує на обмежену ефективність емоційного реагування у формуванні зростання після травми.

- Помірно негативні значущі кореляції зафіксовано між: копінгом, орієнтованим на уникнення ($r = -0,301^{*}$), відволіканням ($r = -0,349^{*}$), що свідчить про зв'язок між уникаючою поведінкою та нижчим рівнем посттравматичного зростання.

- Натомість позитивна кореляція на рівні 0,05 спостерігається між соціальним відволіканням та PTGI ($r = 0,323^{*}$), що підкреслює значущість соціальної підтримки у процесі адаптації та зростання.

Ці результати підтверджують, що конструктивні копінг-стратегії (проблемно-орієнтовані та соціальні) корелюють із вищим рівнем посттравматичного зростання, тоді як уникнення та пасивне відволікання можуть обмежувати можливості особистісної адаптації та розвитку.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведене дослідження підтвердило наявність істотного впливу дитячих травм на подальший розвиток особистості в дорослому віці. Виявлено, що пережиті в дитинстві травматичні події спричиняють значні зміни в емоційній сфері, когнітивних установках, поведінкових реакціях і копінг-стратегіях людини. Найбільш поширеними наслідками дитячих травм серед респондентів були соціальна тривожність, проблеми із самооцінкою, емоційна нестабільність, страх майбутнього та труднощі у побудові міжособистісних стосунків.

Проведене емпіричне дослідження підтверджує, що дитячі травматичні події справляють суттєвий довготривалий вплив на психологічний розвиток особистості в дорослому віці. Отримані результати дозволили виявити низку важливих закономірностей

- Найбільш поширеними наслідками дитячих травм є соціальна тривожність, занижена самооцінка, міжособистісні труднощі, страх майбутнього та емоційна нестабільність.

- Негативні когнітивні схеми, сформовані внаслідок травматичного досвіду (наприклад, переконання «Я недостатньо хороший» або «Я не впораюсь»), виступають основою зниженого рівня адаптації в дорослому житті.

- Встановлено достовірні позитивні кореляції між рівнем посттравматичного зростання та такими показниками, як психічне здоров'я ($r = 0,448$, $p < 0,01$) та проблемно-орієнтований копінг ($r = 0,400$, $p < 0,01$), що свідчить про наявність адаптивних ресурсів у осіб, здатних до рефлексії й конструктивного опрацювання травматичного досвіду.

- Негативні зв'язки між посттравматичним зростанням та копінг-стратегіями уникнення й відволікання ($r = -0,301$ та $-0,349$ відповідно, $p < 0,05$) вказують на менш ефективні механізми подолання, які перешкоджають особистісному розвитку після травми.

- Соціальна підтримка та залучення до міжособистісної взаємодії (соціальне відволікання) можуть слугувати ресурсом зростання, про що свідчить позитивна кореляція з PTGI ($r = 0,323$, $p < 0,05$).

Таким чином, не сам факт дитячої травми визначає подальший життєвий шлях особистості, а спосіб її когнітивного, емоційного та поведінкового опрацювання. Формування адаптивних копінг-стратегій, розвиток рефлексії та залучення до підтримувального соціального середовища сприяють інтеграції травматичного досвіду та посттравматичному зростанню.

Перспективи подальших досліджень у сфері впливу дитячих травм на особистісний розвиток охоплюють кілька важливих напрямів. По-перше, доцільним є поглиблений аналіз вікових, статевих та культурних відмінностей у сприйнятті та наслідках дитячих травм. Це дозволить краще зрозуміти, як різні групи переживають травматичний досвід і які механізми захисту або вразливості в них домінують. Водночас важливо вивчати роль позитивного дитячого досвіду – так званих захисних факторів – у формуванні психологічної стійкості. Такі фактори, як підтримка з боку дорослих, безпечне середовище та емоційна стабільність, можуть значно пом'якшувати негативні наслідки травм. Окрему увагу слід приділити розробці та апробації корекційних програм, спрямованих на трансформацію деструктивних переконань, що виникають унаслідок травм, а також на розвиток адаптивних копінг-стратегій. Це сприятиме ефективнішій психологічній підтримці постраждалих.

Список використаних джерел і літератури

1. Анурова А. О. Вплив дитячих психологічних травм на доросле життя особистості. *Теоретико-методологічні проблеми практичної психології та її перспективи розвитку* : збірник доповідей Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції, присвяченої 125-річчю з Дня народження Гордона Олпорта. Кропивницький, 2022. С. 6.
2. Карпова С. Психологічна травматизація особистості як ресурс особистісного зростання : кваліфікаційна робота на здобуття ступеня магістра / наук. кер. О. Самкова ; Херсонський державний університет, факультет психології, історії та соціології, кафедра практичної психології. Херсон, 2020. 63 с.
3. Кім Л. В. Вплив дитячих травм на міжособистісні взаємостосунки жінок у дорослому віці. *Science and technology: challenges, prospects and innovations* : The 6th International scientific and practical conference, January 29–31, 2025. Osaka : CPN Publishing Group, 2025. С. 491.

4. Коваленко А. Б., Голота В. Г. Зв'язок травматичного дитячого досвіду з толерантністю особистості в дорослому віці. *Український психологічний журнал*. 2022. № 1 (17). С. 41–43.
5. Ковальчук І. Психологічні особливості відтермінованого впливу насильства над дітьми. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. Серія «Психологічні науки». 2020. № 1. С. 63–70.
6. Коржан М. О. Психологічні травми дитинства: причини виникнення, види, методи психологічної роботи. *Матеріали 79-ї студентської наукової конференції Одеського національного університету імені І. І. Мечникова, 6 липня 2023 р.* Одеса : ОНУ, 2023. С. 383–387.
7. Traumatic childhood experiences and personality functioning: effect of body connection in a cross-sectional German and Chilean sample / Bertsch K., Göhre I., Cottin M., Zettl M., Wienrich C., Back S. N. et al. *BMC Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*. 2024. Vol. 11. Art. 20. <https://doi.org/10.1186/s40479-024-00225-3>
8. The relationship between childhood abuse and adult personality disorder symptoms / Grover K. E., Carpenter L. L., Price L. H., Gagne G. G., Mello A. F., Mello M. F., Tyrka A. R. *Journal of Personality Disorders*. 2007. Vol. 21(4). P. 442–447. <https://doi.org/10.1521/pedi.2007.21.4.442>
9. Li X., Wang Z., Hou Y., Wang Y., Liu J., Wang C. Effects of childhood trauma on personality in a sample of Chinese adolescents. *Child Abuse & Neglect*. 2014. Vol. 38 (4). P. 788–796. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.020>
10. The impacts of childhood trauma on psychosocial features in a Chinese sample of young adults / Wang D., Lu S., Gao W., Wei Z., Duan J., Hu S., Huang M., Xu Y., Li L. *Psychiatry Investigation*. 2018. Vol. 15 (11). P. 1046–1052. <https://doi.org/10.30773/pi.2018.08.18>

References

1. Anurova, A. O. (2022). Vplyv dytyachykh psykholohichnykh travm na dorosle zhyttia osobystosti [The impact of childhood psychological trauma on adult life of the personality]. *Teoretyko-metodolohichni problemy praktychnoi psykholohii ta yii perspektyvy rozvytku: Zbirnyk dopovidei Vseukrainskoi student·skoi naukovo-praktychnoi konferentsii, prysviachenoj 125-richchju z dnia narodzhennia Hordona Olporta*. Kropyvnytskyi, p. 6. [in Ukrainian].
2. Karpova, S. (2020). Psykholohichna travmatyzatsiia osobystosti yak resurs osobystisnoho zrostannia [Psychological traumatization of personality as a resource for personal growth]. *Master's qualification work*. Kherson: Khersonskyi derzhavnyi universytet [in Ukrainian].
3. Kim, L. V. (2025). Vplyv dytyachykh travm na mizhpersonalni vzaiemovidnosyny zhinok u dorosloму vitsi [The impact of childhood trauma on interpersonal relationships of adult women]. In *The 6th International Scientific and Practical Conference «Science and Technology: Challenges, Prospects and Innovations»* (January 29–31, 2025), Osaka: CPN Publishing Group, p. 491.
4. Kovalenko, A. B., & Holota, V. H. (2022). Zv'iazok travmatychnoho dytyachoho dosvidu z tolerantnistiu osobystosti v dorosloму vitsi [The relationship between childhood traumatic experience and tolerance in adulthood]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*, 1 (17), 41–43 [in Ukrainian].
5. Kovalchuk, I. (2020). Psykholohichni osoblyvosti vidterminovanoho vplyvu nasylstva nad ditmy [Psychological features of delayed effects of child abuse]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Serii: Psykholohichni nauky*, 1, 63–70 [in Ukrainian].
6. Korzhan, M. O. (2023). Psykholohichni travmy dytynstva: prychny vynyknennia, vydy, metody psykholohichnoi roboty [Childhood psychological trauma: causes, types, methods of psychological work]. In *Materialy 79-yi student·skoi naukovo konferentsii Odeskoho natsionalnoho universytetu imeni I. I. Mechnykova*, July 6, 2023. Odessa: ONU, pp. 383–387 [in Ukrainian].
7. Bertsch, K., Göhre, I., Cottin, M., Zettl, M., Wienrich, C., Back, S. N., et al. (2024). Traumatic childhood experiences and personality functioning: Effect of body connection in a cross-sectional

German and Chilean sample. *BMC Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 11, Article 20. <https://doi.org/10.1186/s40479-024-00225-3> [in English].

8. Grover, K. E., Carpenter, L. L., Price, L. H., Gagne, G. G., Mello, A. F., Mello, M. F., & Tyrka, A. R. (2007). The relationship between childhood abuse and adult personality disorder symptoms. *Journal of Personality Disorders*, 21(4), 442–447. <https://doi.org/10.1521/pedi.2007.21.4.442> [in English].

9. Li, X., Wang, Z., Hou, Y., Wang, Y., Liu, J., & Wang, C. (2014). Effects of childhood trauma on personality in a sample of Chinese adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 38 (4), 788–796. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.020> [in English].

10. Wang, D., Lu, S., Gao, W., Wei, Z., Duan, J., Hu, S., Huang, M., Xu, Y., & Li, L. (2018). The impacts of childhood trauma on psychosocial features in a Chinese sample of young adults. *Psychiatry Investigation*, 15 (11), 1046–1052. <https://doi.org/10.30773/pi.2018.08.18> [in English].

Kosyanova O. Yu.

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Theory and Methods
of Practical Psychology

The state institution “South Ukrainian National Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky”

Kryzhanovska A. V.

Bachelor’s degree applicant in Psychology (specialty 053)

Department of Theory and Methods of Practical Psychology

The state institution “South Ukrainian National Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky”

**PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF CHILDHOOD TRAUMA
AND THEIR IMPACT ON ADULT PERSONALITY TRAITS**

This article explores the psychological consequences of childhood trauma and its impact on the formation of adult personality traits. The relevance of the topic is driven by the widespread prevalence of childhood adversity and its long-term influence on emotional and behavioral development. The empirical study involved 50 participants who completed a set of validated instruments: the Post-Traumatic Growth Inventory (PTGI), Coping Inventory for Stressful Situations (CISS), the Mental Health Continuum – Short Form (MHC-SF), and a narrative trauma analysis (Shebanova). The findings revealed a high prevalence of social anxiety, low self-esteem, fear of the future, maladaptive beliefs, and emotional dysregulation among those with trauma histories. Statistical analysis confirmed significant positive correlations between post-traumatic growth and problem-focused coping ($r = 0.400^{**}$) and psychological well-being ($r = 0.448^{**}$), indicating adaptive capacity in those who engage in constructive meaning-making. The results emphasize the importance of targeted psychological support and underline the need for further research to develop effective psychocorrectional programs aimed at transforming destructive beliefs and enhancing coping skills in trauma-affected individuals.

Key words: childhood trauma, trauma consequences, adult personality, personality traits, emotional regulation, PTSD.

УДК 331.108:005.7

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.15>

Кузьмін В. В.

кандидат соціологічних наук, доцент,

доцент кафедри «Психологія»

Національний університет «Запорізька політехніка»

e-mail: kuzmin2v@gmail.com

ORCID ID: 0000-0003-4940-9395

Кузьміна М. О.

доктор філософії зі спеціальності

231 «Соціальна робота»,

доцент кафедри соціальної роботи

Національний університет «Запорізька політехніка»

e-mail: marigorodko@gmail.com

ORCID ID: 0000-0003-2101-0630

Шеховцов О. В.

аспірант кафедри соціальної роботи

Національний університет «Запорізька політехніка»

e-mail: latechua@gmail.com

ORCID ID: 0009-0000-3060-9368

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ЕКСКЛЮЗІЯ ДІТЕЙ-СИРІТ У ТРАНСФОРМАЦІЙНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ СУСПІЛЬСТВІ В ПЕРІОД ВІЙНИ

Стаття присвячена дослідженню особливостей соціально-психологічної ексклюзії дітей-сиріт у трансформаційному суспільстві України. У процесі дослідження з'ясовано, що соціально-психологічна ексклюзія дітей-сиріт в Україні є комплексним і багатограним явищем, яке характеризується ізоляцією та відчуженням цих дітей від основних соціальних, економічних і культурних ресурсів суспільства. У статті визначено, що серед ключових чинників, які сприяють соціальній ізоляції дітей-сиріт, є хронічний брак фінансування інтернатних закладів, що негативно впливає на рівень життя вихованців. Виокремлено проблеми, пов'язані з обмеженими можливостями здобуття належної освіти, професійної підготовки і життєвих навичок, необхідних для самостійного життя. Зазначено, що інтернатні заклади часто не забезпечують вихованців належними умовами для проживання, включаючи базові потреби, такі як медичний догляд і психологічна підтримка. Акцентовано увагу на тому, що груповий підхід до виховання призводить до нівелювання індивідуальності дитини, формування почуття самотності та емоційної депривації, що ускладнює подальшу соціально-психологічну інтеграцію. Наголошено, що діти-сироти, залишаючи інтернатні заклади, стикаються з низкою перешкод під час переходу до дорослого життя через відсутність належної державної політики соціально-психологічної інтеграції. Це проявляється в слабкій

координації між державними інституціями, а також у нерівномірному доступі до соціальних послуг у різних регіонах країни, особливо в сільській місцевості. Окремо в статті акцентовано увагу на соціальних та психологічних стереотипах і стигматизації дітей-сиріт, що ускладнює їх прийняття суспільством. Було виявлено, що важливою проблемою є упередження, які асоціюють вихованців інтернатів з кримінальною поведінкою, що надалі обмежує їхні можливості на ринку праці та у соціально-психологічних відносинах. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку ефективних моделей соціально-психологічної інтеграції дітей-сиріт, що враховують їхні індивідуальні психологічні потреби й особливості, а також на покращення державної політики підтримки цієї вразливої групи.

Ключові слова: психологічні особливості, соціальна ізоляція, соціальна робота, інтернатні заклади, соціально-психологічна підтримка, стигматизація.

Постановка проблеми. Під час війни в Україні діти-сироти опиняються у вкрай складних життєвих обставинах. Ситуація із сиротами та дітьми, позбавленими батьківського піклування, в Україні є складною та багатогранною, особливо на тлі війни в країні, яка триває з 2014 року.

За даними голови правління «Української мережі за права дитини» Д. Касьянкової, загальна кількість дітей-сиріт становить близько 70 тисяч. Також через воєнні дії понад 13 тисяч дітей залишилися без батьківського піклування, 1759 з них стали сиротами. Зазначені цифри можуть бути не зовсім точні, оскільки значні території України перебували і продовжують перебувати під окупацією, що ускладнює доступ до них і отримання достовірної інформації про дітей, які можуть там перебувати [8]. Отже, оцінити реальну кількість сиріт у таких регіонах поки що неможливо.

Крім того, існує значна кількість дітей, які фактично позбавлені батьківського піклування, але не мають відповідного юридичного статусу: відповідно до чинного законодавства України, батьки можуть зберегти свої права, навіть якщо їхній контакт з дитиною є мінімальним – досить відвідати дитину в інтернатному закладі раз на пів року. Така ситуація створює проблеми, оскільки держава часто ухвалює рішення на користь батьків, а не в інтересах дитини, що поглиблює проблему соціального сирітства в Україні.

Психологічний контекст цієї проблеми полягає в тому, що діти-сироти часто переживають глибокі емоційні травми через втрату сім'ї й стабільного оточення, що часто призводить до розвитку тривожності, депресії і проблем з адаптацією. Особливо це відчувається в умовах війни, коли ці стани можуть загострюватися через постійний стрес і відсутність належної психологічної підтримки. Така нестабільність не тільки впливає на їхню емоційну рівновагу, але й формує в них відчуття соціально-психологічної ізоляції та недовіри до світу, що ускладнює їхню інтеграцію в суспільство.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Соціально-психологічна ексклюзія дітей-сиріт є вкрай складним і недостатньо вивченим явищем, яке потребує глибокого наукового осмислення. До громадського та наукового обігу поняття було введене французькими політиками і суспільствознавцями. Отже, поняття соці-

альної ексклюзії почало використовуватися з 1974 року у Франції для позначення соціально незахищених категорій населення і знайшло широке застосування у дослідженнях соціальної стратифікації, структурування й відчуження [16].

У теоріях таких видатних науковців-соціологів, як К. Маркс (теза про прогресуючу поляризацію й пауперизацію пролетаріату), М. Вебер (в його розумінні нерівних «життєвих шансів»), Е. Гіденс (у неоеволюціоністських теоріях стратифікації, в теорії структурації), Н. Луман, та інших соціальна ексклюзія розглядалась як наслідок нерівного доступу до економічних, політичних, соціальних і культурних ресурсів [16].

Слід зауважити, що до 2002 року в Україні дослідження соціального виключення проводилися в рамках вивчення проблеми бідності. Однак останнім часом майже не ведуться дослідження з цієї теми. Основна складність використання концепції соціального виключення в Україні полягає передусім у тому, наскільки актуальна ця концепція може бути для пояснення поточної ситуації в країні. Дана теорія розроблена та ефективно застосовується в постіндустріальних суспільствах, де горизонтальна стратифікація замінює вертикальну.

Сучасні зарубіжні та українські дослідники, серед яких Т. Аткінсон та Е. Марлієр [11], П. Кіноті [12], Й. Райхерт, В. Молінська, В. Вонрат [13], С. Ільчук [4], І. С. Андрейко [1], М. О. Карп'як [6], С. Бичкова [2], В. В. Кузьмін а ін. [7], А. Г. Стадник та ін. [10], звертали увагу на те, що ексклюзія вразливих груп має серйозні наслідки для суспільства, адже вона формує маргіналізовані групи, які не мають можливостей для інтеграції у повноцінне соціальне життя, що породжує нові соціальні виклики.

Незважаючи на глибокі теоретичні розробки у сфері соціально-психологічної ексклюзії, проблема дітей-сиріт залишається малодослідженою. У більшості робіт, зокрема, українських дослідників така ексклюзія вивчається у контексті бідності й соціальної депривації, але питання специфіки соціального та психологічного відчуження дітей, які втратили батьківське піклування, є недостатньо розкритим. Соціально-психологічна ізоляція, з якою стикаються діти-сироти, особливо в умовах трансформаційного суспільства України, пов'язана не лише з матеріальними труднощами, але й з психологічними й соціальними бар'єрами.

Мета статті полягає у висвітленні ключових особливостей соціально-психологічної ексклюзії такої вразливої групи, як діти-сиріти, в умовах трансформації українського суспільства, ускладнених війною.

Результати дослідження. Соціально-психологічна ексклюзія дітей-сиріт є процесом або станом, за якого такі діти відчують систематичну ізоляцію й відчуження від основних соціальних, економічних, культурних і освітніх ресурсів і можливостей суспільства. Таке явище характеризується відсутністю рівного доступу до базових послуг і ресурсів, які необхідні для нормального розвитку та інтеграції в суспільство. Проблема соціально-психологічної ексклюзії має надзвичайно актуальне значення у контексті глобальних процесів демократизації

і гуманізації сучасних суспільств. Вона навіть відображена у Порядку денному для сталого розвитку до 2030 року, прийнятого ООН, де країни зобов'язуються боротися з соціальною ексклюзією в рамках забезпечення рівності і соціальної інтеграції [15]. Глобальні цілі сталого розвитку, визначені ООН, включають пункти, спрямовані на зменшення нерівності і забезпечення соціальної інтеграції [14]. Отже, вищезгадані документи підкреслюють важливість розв'язання проблеми соціальної ексклюзії для створення справедливого і рівного суспільства.

Згідно з даними Фонду «Відкриваємо двері дітям», життя дітей в інтернатних закладах характеризується низкою негативних аспектів, що мають глибокі наслідки для їхнього розвитку.

Серед основних проблем виділяється психологічна ізоляція від суспільства та навколишнього світу, що призводить до соціального осуду [5]. Відсутність зв'язку з родиною та позитивної моделі сімейних стосунків сприяє формуванню самотності та емоційної депривації. Груповий підхід до виховання в інтернатах нівелює індивідуальність дитини, що часто супроводжується приниженнями та насильством. Вихованці таких закладів зіштовхуються з труднощами у формуванні необхідних життєвих навичок, що ускладнює їхню соціальну адаптацію та підготовку до самостійного життя. Емоційний розвиток дітей також зазнає негативного впливу, що відображається на їхній здатності до спілкування та знижує їхні освітні перспективи. Діти з інтернатних закладів також мають підвищений ризик стати жертвами торгівлі людьми, експлуатації та підліткової вагітності [5].

Як вже було зазначено в поточному дослідженні, в Україні діти-сироти є однією з найбільш уразливих соціальних груп, і соціальна ексклюзія таких дітей значною мірою зумовлена комплексом соціальних і економічних чинників, які впливають на їхній розвиток та інтеграцію в суспільство. Нижче автором сформовано огляд кожного з цих чинників.

Нестача фінансування інтернатних закладів. Українська система інтернатних закладів для дітей-сиріт перебуває в стані хронічного браку фінансування. Хоча державні програми передбачають виділення певних бюджетних коштів для підтримки цих установ, вони часто є недостатніми для забезпечення якісного життя вихованців. Це призводить до певних наслідків. У 2019 році витрати на утримання дитини в інтернаті коливалися від 8 000 до 16 000 грн. Із цієї суми на дитину йшла лише частина коштів: 13,1% витрачалось на харчування, 1,4% – на одяг і взуття, 0,6% – на лікування. Решта коштів спрямовувалася на оплату праці персоналу інтернату та комунальні послуги. У цьому контексті слід наголосити, що вартість подолання наслідків перебування дитини в інтернаті значно перевищує витрати на підтримку сімей, адже травматичне виховання має довготривалі соціальні наслідки, які коштують суспільству ще більше.

Як зазначали у своїх роботах ряд авторів, бюджетні обмеження не сприяють покращенню умов проживання та догляду за цими дітьми, а також розвитку програм психологічної та соціальної підтримки [7; 10].

Складні житлові умови. Багато інтернатів не мають належних умов для проживання дітей, що зумовлено браком необхідних ресурсів для підтримання базової гігієни, ремонтів приміщень або забезпечення тепла в зимовий період. Через це діти-сироти не тільки живуть в умовах, які можуть загрожувати їхньому здоров'ю, але й зростають із почуттям ізоляції та недооцінки.

Недостатня соціальна підтримка та психологічна реабілітація. В Україні система соціальної підтримки та психологічної реабілітації дітей-сиріт після виходу з інтернатів перебуває на вкрай низькому рівні. Часто діти, досягнувши повноліття, залишають заклади без необхідної підготовки для дорослого життя. Статистика показує, що лише 10% повністю інтегруються в суспільство. У цьому контексті слід додати, що у дітей-сиріт не часто є можливість набути базових навичок, необхідних для ведення самостійного життя, як-от планування бюджету, приготування їжі чи пошук роботи, і це ускладнює їхнє адаптування до умов дорослого життя і може сприяти подальшій маргіналізації.

Щоденні побутові питання, які для багатьох є простими, виявляються складними для випускників інтернатів. Їх не навчали, як готувати їжу, вибирати одяг чи планувати бюджет, що створює додаткові виклики у повсякденному житті. Професійна підготовка також залишається на низькому рівні: у закладах не часто дають стимул для досягнення кар'єрних успіхів або професійного розвитку. При деяких інтернатах функціонують міні-підприємства, цехи та міні-пекарні, що частково допомагає випускникам вирішувати фінансові питання, а також діють профорієнтаційні центри. Однак матеріально-технічна база значної частини таких закладів залишається слабкою, і багато з них потребують ремонту приміщень. Вихованці забезпечені одягом і взуттям лише на 60–70%, що також підкреслює проблему ресурсів.

Для більшості випускників бажання продовжити навчання часто пов'язане з необхідністю отримати місце в гуртожитку та фінансову підтримку у вигляді стипендії. При цьому для 41% найголовнішою мотивацією у пошуку роботи є вирішення житлового питання, оскільки вони не мають іншого житла.

Відсутність належної державної політики інтеграції. Попри численні законодавчі акти, які передбачають соціально-психологічну підтримку дітей-сиріт, у реальності Україна стикається з браком системного підходу до вирішення цієї проблеми [7; 10]. І. С. Андрейко у своїй роботі наголошував, що саме держава, як політична інституція з організованою формою правління, повинна виявляти певні форми дискримінації, зокрема соціальної ексклюзії, яка пов'язана із соціальним класом, расою, кольором шкіри, релігійною приналежністю, етнічним походженням, освітнім статусом, рівнем життя, політичною думкою та зовнішнім виглядом, ставленням до людей з обмеженими можливостями тощо [1].

Основними нормативно-правовими документами, що регулюють захист дітей в Україні, є Конституція України, яка гарантує соціальний захист дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, і Закон України «Про охорону

дитинства», який визначає охорону дитинства як національний пріоритет. Відповідно до цих документів, держава несе обов'язок щодо забезпечення прав дітей на соціальний захист, виховання та всебічний розвиток. Законодавство також передбачає спеціальні умови для усиновлення, опіки, патронату, а також соціальну роботу з дітьми та молоддю, забезпечуючи захист від насильства та експлуатації [10].

Незважаючи на наявність певних нормативних актів, міжнародної Конвенції про права дитини, розпоряджень тощо, окремі регіони країни мають різні рівні підтримки для дітей-сиріт, що створює нерівномірність в отриманні допомоги. Наприклад, у сільських районах доступ до соціальних послуг і програм інтеграції значно гірший, ніж у великих містах. Це призводить до того, що діти-сироти в сільській місцевості мають ще менше можливостей для розвитку та інтеграції. Також слід додати, що в Україні часто спостерігається слабка координація між різними державними інституціями, які відповідальні за допомогу дітям-сиротам. Це може включати недостатню взаємодію між Міністерством соціальної політики, місцевими органами влади, територіальними громадами, закладами охорони здоров'я та освіти. Як результат, багато дітей залишаються без належної уваги та підтримки на різних етапах їхнього життя.

Соціально-психологічні стереотипи та стигматизація. Соціальні упередження та стигматизація дітей-сиріт продовжують впливати на їхню інтеграцію в суспільство та ще більше посилюють соціальну ексклюзію. Багато людей асоціюють вихованців інтернатів з негативними соціальними явищами, такими як кримінальна поведінка або невідповідність суспільним нормам. Така стигматизація починається ще з дитинства і продовжується в дорослому житті, ускладнюючи соціальні контакти та пошук роботи [3]. Особливо складним є прийняття таких дітей українським суспільством, яке ще не до кінця готове впоратися з проблемою соціальної стигматизації. Наявні стереотипи часто є результатом недостатньої обізнаності і розуміння специфічних потреб дітей-сиріт, а також відсутності достатньої інформації про їхні можливості та потенціал. Для подолання цих бар'єрів необхідно впроваджувати програми, які б фокусувалися на зміні громадської думки, підтримці інтеграції і забезпеченні рівного доступу до можливостей для всіх дітей, незалежно від їхнього соціального статусу.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Підбиваючи підсумки даного дослідження, варто наголосити, що соціально-психологічна ексклюзія дітей-сиріт в Україні досі перебуває на низькому рівні. Втрата рідних і домівок внаслідок тривалої війни для багатьох із них супроводжується ще й додатковим рівнем соціальної ізоляції. Вони стають невидимими для суспільства, потрапляючи в прогалини державних і соціальних інституцій. Відсутність стабільної й ефективної підтримки й психологічної допомоги призводить до того, що діти не тільки не отримують базових умов для розвитку, але й втрачають можливість інтегруватися в нові громади. Багато з них відчують себе чужими в школах і

соціальних установах, не маючи нікого, до кого можна звернутися за допомогою, особливо в умовах кризових ситуацій, коли навіть найпростіші послуги стають важкодоступними.

У теперішньому трансформаційному українському суспільстві війна змушує державу і громадськість переглядати ставлення до соціально-психологічної підтримки дітей-сиріт. Зростає потреба в розробці програм, які не просто надають матеріальну допомогу, але й враховують психологічні аспекти реабілітації й адаптації. Це стосується як роботи з травмами, спричиненими війною, так і соціальної інтеграції, яка потребує залучення досвідчених фахівців. Крім того, важливо впроваджувати практики, які дозволяють дітям-сиротам не почуватися «чужими» і «окремими» від інших, а відчувати, що вони є повноцінною частиною суспільства. Тільки так можна подолати глибоку соціально-психологічну ексклюзію, яка загрожує втратити ціле покоління. Також слід усвідомлювати, що ця проблема значно загострилася внаслідок війни, коли велика кількість дітей опинилася без батьківського піклування. Однак відсутність комплексних досліджень щодо соціально-психологічної ексклюзії дітей-сиріт у поєднанні з іншими аспектами соціального виключення свідчить про необхідність більш ґрунтовного підходу до цієї проблематики. Подальші дослідження мають зосередитися на розробці ефективних заходів інтеграції таких дітей в українське суспільство.

Список використаних джерел і літератури

1. Андрейко І. С. Соціальна ексклюзія як об'єкт соціально-політичних досліджень. *Науковий журнал «Політикус»*. 2020. Вип. 5. С. 23–28. DOI: <https://doi.org/10.36818/1562-0905-2020-2-11>.
2. Бичкова С. Психологічні засади влаштування дитини, батьки якої позбавлені батьківських прав. *Прикладні проблеми юридичної психології*. 2020. № 1 (26). С. 47–54. DOI: <https://doi.org/10.33270/03202601.47>.
3. Гошовська Д., Гошовський Я. Психологічні особливості просторово-часової депривації та стигматизації особистості. *Психологічні перспективи*. 2021. № 38. С. 10–21. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-10-21>.
4. Ільчук С. Соціальна ексклюзія як виклик повоєнної України. *Розвиток національної свідомості та національної ідентичності особистості у воєнний та повоєнний періоди* : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., м. Рівне, 29–30 листоп. 2023 р. Рівне, 2023. С. 52–54.
5. Інтернати шкідливі для дітей. URL: <http://www.openingdoors.org.ua/ua/boardings> (дата звернення: 21.10.2024).
6. Карп'як М. О. Соціальна ексклюзія в Україні: ознаки та форми прояву в сучасному суспільстві. *Регіональна економіка*. 2020. № 2. С. 144–152. DOI: https://re.gov.ua/re202002/re202002_144_KarpyakMO.pdf
7. Кузьмін В. В., Стадник А. Г., Іванов Є. Р. Основні агенти соціалізації сиріт у середніх та вищих закладах освіти України. *Габітус*. 2023. Вип. 46. С. 90–95. DOI: <http://habitus.od.ua/journals/2023/46-2023/13.pdf>.
8. Куцова М. Без батьків під час війни: яка ситуація із сиротами в Україні. URL: <https://voices.org.ua/news/bez-batkiv-pid-chas-viyny-iaka-sytuatsiia-iz-syrotamy-v-ukraini/> (дата звернення: 21.10.2024).
9. Про загибель дітей та закриття інтернатів. URL: <https://maximumfond.org.ua/pro-zagibel-ditey/> (дата звернення: 21.10.2024).

10. Стадник А., Кузьмін В., Кузьміна М., Мещан І. Правові засади соціальної роботи з дітьми-сиротами та дітьми, позбавленими батьківського піклування в Україні. Ввічливість. *Humanitas*. 2024. № 2. С. 51–58. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2024.2.8>.
11. Atkinson A. B., Marlier E. Analysing and Measuring Social Inclusion in a Global Context. New York : United Nations, 2010. 83 p.
12. Kinoti P. Youth Unemployment and Social Exclusion. *International Journal of Humanity and Social Sciences*. 2024. Vol. 3 (2). P. 26–39. DOI: <https://doi.org/10.47941/ijhss.2078>.
13. Rajchert J., Molińska W., Vonrath W. Social Exclusion Effect on Self-Efficacy. *Psychological Reports*, 2024. DOI: <https://doi.org/10.1177/00332941241269514>.
14. The 17 Goals. *United Nations. Department of Economic and Social Affairs*. URL: <https://sdgs.un.org/goals> (date of access: 20.10.2024).
15. Transforming Our World : the 2030 Agenda for Sustainable Development. *United Nations. Department of Economic and Social Affairs*. URL: <https://sdgs.un.org/2030agenda> (date of access: 20.10.2024).
16. Silver H. Social Exclusion and Social Solidarity: Three Paradigms. *International Labour Review*. 1994. Vol. 133. P. 531–578. URL: https://www.researchgate.net/publication/247563087_Social_Exclusion_and_Social_Solidarity_Three_Paradigms (date of access: 20.10.2024).

References

1. Andreiko, I.S. (2020). Sotsialna eksklyuziia yak ob'ekt sotsialno-politychnykh doslidzhen [Social exclusion as an object of socio-political research]. *Naukovyi zhurnal "Politykus" – Scientific Magazine "Politikus"*, 5, 23–28. DOI: <https://doi.org/10.36818/1562-0905-2020-2-11> [in Ukrainian].
2. Bychkova, S. (2020). Psykholohichni zasady vlashtuvannia dytyny, batky yakoi pozbavleni batkivskykh prav [Psychological principles of placement of a child whose parents are deprived of parental rights]. *Prykladni problemy yurydychnoi psykholohii – Applied Problems of Legal Psychology*, 1 (26), 47–54. DOI: <https://doi.org/10.33270/03202601.47> [in Ukrainian].
3. Hoshovska, D., & Hoshovskyi, Ya. (2021). Psykholohichni osoblyvosti prostorovo-chasovoi deprivatsii ta styhmatyzatsii osobystosti [Psychological features of spatio-temporal deprivation and stigmatization of the individual]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological perspectives*, 38, 10–21. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-10-21> [in Ukrainian].
4. Ilchuk, S. (2023). Sotsialna eksklyuziia yak vyklyk povoiennoi Ukrainy [Social exclusion as a challenge of post-war Ukraine]. Proceedings from Mizhnar. nauk.-prakt. konf. “*Rozvytok natsionalnoi svidomosti ta natsionalnoi identychnosti osobystosti u voiennyi ta povoiennyi periody*” – “*Development of national consciousness and national identity of the individual in the war and post-war period*”. (pp. 52–54). Rivne [in Ukrainian].
5. Internaty shkidlyvi dlia ditei [Boarding schools are harmful for children] *www.openingdoors.org.ua*. Retrieved from <http://www.openingdoors.org.ua/ua/boardings> [in Ukrainian].
6. Karpiak, M.O. (2020). Sotsialna eksklyuziia v Ukraini: oznaky ta formy proiavu v suchasnomu suspilstvi [Social exclusion in Ukraine: signs and forms of manifestation in modern society]. *Rehionalna ekonomika – Regional economy*, 2, 144–152. Retrieved from: https://re.gov.ua/re202002/re202002_144_KarpyakMO.pdf [in Ukrainian].
7. Kuzmin, V.V., Stadnyk, A.H., & Ivanov, Ye.R. (2023). Osnovni ahenty sotsializatsii syrit u serednykh ta vyshchykh zakladakh osvity Ukrainy [Main agents of socialization of orphans in secondary and higher education institutions of Ukraine]. *Habitus – Habitus*, 46, 90–95. Retrieved from: <http://habitus.od.ua/journals/2023/46-2023/13.pdf> [in Ukrainian].
8. Kutsova, M. (2024). Bez batkiv pid chas viiny: yaka sytuatsiia iz syrotamy v Ukraini [Without parents during the war: what is the situation with orphans in Ukraine]. *voices.org.ua*. Retrieved from <https://voices.org.ua/news/bez-batkiv-pid-chas-viyny-iaka-sytuatsiia-iz-syrotamy-v-ukraini/> [in Ukrainian].

9. Pro zahybel ditei ta zakryttia internativ [About the death of children and the closing of boarding schools]. (2019). *maximumfond.org.ua*. Retrieved from <https://maximumfond.org.ua/pro-zagibel-ditei/> [in Ukrainian].
10. Stadnyk, A., Kuzmin, V., Kuzmina, M., & Meshchan, I. (2024). Pravovi zasady sotsialnoi roboty z ditmy-syrotamy ta ditmy, pozbavlenymy batkivskoho pikluvannia v Ukraini [Legal principles of social work with orphans and children deprived of parental care in Ukraine]. *Vvichlyvist. Humanitas – Politeness. Humanitas*, 2, 51–58. DOI: <https://doi.org/10.32782/humanitas/2024.2.8> [in Ukrainian].
11. Atkinson, A.B., & Marlier, E. (2010). *Analysing and Measuring Social Inclusion in a Global Context*. New York : United Nations [in English].
12. Kinoti, P. (2024). Youth Unemployment and Social Exclusion. *International Journal of Humanity and Social Sciences*, 3 (2), 26–39. DOI: <https://doi.org/10.47941/ijhss.2078> [in English].
13. Rajchert, J., Molińska, W., & Vonrath, W. (2024). Social Exclusion Effect on Self-Efficacy. *Psychological Reports*. DOI: <https://doi.org/10.1177/00332941241269514> [in English].
14. The 17 Goals. (n.d.). *sdgs.un.org*. Retrieved from <https://sdgs.un.org/goals> [in English].
15. Transforming Our World: the 2030 Agenda for Sustainable Development (n.d.). *sdgs.un.org*. Retrieved from <https://sdgs.un.org/2030agenda> [in English].
16. Silver, H. (1994). Social Exclusion and Social Solidarity: Three Paradigms. *International Labour Review*, 133, 531–578. Retrieved from https://www.researchgate.net/publication/247563087_Social_Exclusion_and_Social_Solidarity_Three_Paradigms [in English].

Kuzmin V. V.

Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology
National University Zaporizhzhia Polytechnic

Kuzmina M. O.

Doctor of Philosophy in the specialty
231 “Social Work”,
Associate Professor at the Department of Social work
National University Zaporizhzhia Polytechnic

Shekhovtsov O. V.

Postgraduate Student at the Department of Social work
National University Zaporizhzhia Polytechnic

**SOCIAL-PSYCHOLOGICAL EXCLUSION OF ORPHANS
IN THE TRANSFORMATIONAL UKRAINIAN SOCIETY DURING
THE WAR**

The article is devoted to the study of the peculiarities of social and psychological exclusion of orphans in the transformational society of Ukraine. In the course of the study, it was found that the socio-psychological exclusion of orphans in Ukraine is a complex and multifaceted phenomenon, which is characterized by the isolation and alienation of these children from the main social, economic and cultural resources of society. The article determined that among the key factors that contribute to the social isolation of orphans is the chronic lack of funding for residential

institutions, which negatively affects the standard of living of the pupils. The problems associated with the limited possibilities of obtaining proper education, professional training and life skills necessary for independent living are singled out. It is noted that residential institutions often do not provide inmates with adequate living conditions, including basic needs such as medical care and psychological support. Attention is focused on the fact that a group approach to education leads to the leveling of the child's individuality, the formation of a feeling of loneliness and emotional deprivation, which complicates further social and psychological integration. It is emphasized that orphans, leaving residential institutions, face a number of obstacles during the transition to adulthood due to the lack of an appropriate state policy of social and psychological integration. This is manifested in weak coordination between state institutions, as well as uneven access to social services in different regions of the country, especially in rural areas. Separately, the article focuses on social and psychological stereotypes and stigmatization of orphans, which complicates their acceptance by society. An important problem was identified prejudices that associate boarding school inmates with criminal behavior, which subsequently limits their opportunities in the labor market and in socio-psychological relations. Further research should be aimed at developing effective models of socio-psychological integration of orphans that take into account their individual psychological needs and characteristics, as well as at improving the state policy of supporting this vulnerable group.

Key words: psychological features, social isolation, social-psychological work, residential institutions, social-psychological support, stigmatization.

УДК 159.923.2:159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.16>

Лобачов О. В.

здобувач третього рівня вищої освіти
Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»
e-mail: lobachevalex91@gmail.com
ORCID ID: 0009-0001-7603-6646

АКТИВНІСТЬ І ОПТИМІЗМ ЯК ПОКАЗНИКИ ПРОФЕСІЙНОЇ УСПІШНОСТІ WEB-РОЗРОБНИКІВ

В умовах динамічного розвитку ІТ-сфери зростає інтерес до вивчення психологічних чинників, що сприяють професійній успішності веб-розробників. Особливої актуальності набуває аналіз особистісних рис, які можуть впливати на суб'єктивне сприйняття кар'єрного зростання та самореалізації в цій галузі. Метою статті є уточнення особливостей прояву активності та оптимізму у web-розробників з різним професійним стажем та різним рівнем оцінки власної професійної успішності. Наукова новизна роботи полягає в емпіричному підтвердженні того, що особистісні ресурси, зокрема високий рівень оптимізму та активності, мають статистично значущий вплив на самооцінку професійної успішності, тоді як професійний стаж такого впливу не виявляє. Отримані результати дають підстави вважати, що психологічні характеристики можуть виступати предикторами успішності незалежно від кількості років досвіду. Зроблено висновок про доцільність урахування особистісного профілю фахівців під час формування програм профілактики емоційного вигорання та підтримки професійного розвитку у сфері ІТ.

Ключові слова: web-розробники, майбутні фахівці, оптимізм, активність, професійний розвиток, особистість.

Постановка проблеми. У сучасних умовах ІТ-сектор, який забезпечує значну частку ВВП країни, продовжує демонструвати стійке зростання, незважаючи на економічні та соціальні виклики. Ринок праці у сфері web-розробки в Україні характеризується високою конкуренцією, особливо серед початківців. У жовтні 2024 року на одну вакансію у Front-end розробці припадало в середньому 114 відгуків [5]. Вимоги до web-розробників постійно зростають. Окрім знання сучасних технологій, таких як JavaScript, React, Angular, Node.js, важливими є навички роботи з хмарними сервісами, розуміння принципів UX/UI дизайну та володіння англійською мовою на рівні, достатньому для читання технічної документації. Проте технічні навички – це лише частина успішної кар'єри. Soft skills, зокрема комунікабельність, здатність до командної роботи, адаптивність та емоційна стійкість, стають все більш важливими для роботодавців. Державні програми, такі як «Дія.City», спрямовані на створення сприятливого середовища для розвитку ІТ-бізнесу та підтримки фахівців у цій сфері [11]. Вони передбачають подат-

кові пільги, сприяння інноваціям та розвиток цифрової інфраструктури. Крім того, міжнародні ініціативи, такі як EU4Digital, підтримують розвиток цифрових навичок та інтеграцію українських ІТ-фахівців у європейський ринок [6]. Ці програми створюють додаткові можливості для професійного зростання, але також вимагають від фахівців високого рівня самостійності, гнучкості та готовності до постійного навчання.

Таким чином, вивчення активності та оптимізму як показників професійної успішності web-розробників є надзвичайно актуальним. Ці особистісні якості не лише сприяють ефективній професійній діяльності, але й допомагають адаптуватися до змін, зберігати мотивацію та досягати високих результатів у складних умовах сучасного ринку праці. Дослідження в цій сфері можуть стати основою для розробки програм підтримки та розвитку ІТ-фахівців, спрямованих на підвищення їхньої конкурентоспроможності та професійного добробуту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній українській психологічній науці професійна успішність розглядається як інтегральна характеристика, що поєднує результативність професійної діяльності, її соціальну значущість, а також суб'єктивне переживання задоволеності роботою і досягненням професійно значущих цілей. На думку І. Бикова, професійна успішність – це позитивний результат реалізації особистістю професійної діяльності, який забезпечує умови для самореалізації й подальшого професійного зростання [1, с. 4]. Вчений наголошує, що цей показник є не лише характеристикою фахової компетентності, але й результатом інтеграції мотиваційних, ціннісних, когнітивних і операційно-поведінкових компонентів професійної діяльності.

Окрему увагу у вітчизняних дослідженнях приділено способам діагностики професійної успішності. О. Ігнатович, Г. Татаурова-Осика та А. Шевченко окреслили основні підходи до професійної діагностики, зокрема щодо визначення схильностей, інтересів, здібностей і рівня сформованості фахових якостей у старшокласників та абітурієнтів [2, с. 32]. Автори відзначають, що сучасна діагностика повинна враховувати як структурні характеристики особистості (мотивацію до досягнення, самооцінку, рівень притаманних професійних установок), так і динамічні показники – здатність до навчання, стресостійкість, адаптивність. Методологічною основою таких діагностичних систем є комплексне поєднання стандартизованих психодіагностичних методик і суб'єктивних самооцінних опитувальників.

Аналіз останніх публікацій, присвячених особистісним характеристикам web-розробників, засвідчив зростаючий інтерес до вивчення впливу цих рис на професійну ефективність та розвиток кар'єри в галузі інформаційних технологій. Особливу увагу вчені приділяють аналізу впливу особистісних рис на поведінку розробників на різних етапах їхнього професійного становлення.

У дослідженні Л. Граф-Флахі та Д. Вагнер встановлено, що особистісні риси, зокрема сумлінність, емоційна стабільність та відкритість до досвіду, мають

негативний зв'язок із накопиченням технічного боргу в процесі розробки програмного забезпечення. Автори зазначають, що розробники з вищим рівнем цих рис виявляють більшу відповідальність у роботі, що знижує ймовірність виникнення технічної заборгованості [7, с. 30]. У роботі С. Лікоріш та С. МакДонелл було проаналізовано особистісні профілі розробників, які працюють у глобальних командах. Результати показали, що фахівці з високим рівнем відкритості до досвіду та екстраверсії частіше проявляють ініціативу у командній взаємодії та сприяють ефективному поширенню знань, що є критично важливим у багатокультурному середовищі [9, с. 7].

Ще одним цікавим напрямом досліджень є спроба проаналізувати професійний шлях розробника. А. Дірзите з колегами у своєму дослідженні розглянули вплив проактивного типу особистості на внутрішнє й зовнішнє професійне зростання серед ІТ-фахівців. Вони довели, що проактивні працівники, які беруть на себе ініціативу та активно впроваджують зміни, досягають вищих результатів у кар'єрному розвитку. Це підкреслює важливість проактивності як ключової особистісної характеристики для успішної самореалізації в галузі web-розробки [4]. Р. Хіделлаараччі з колегами у своєму огляді досліджень проаналізували вплив особистісних рис на процеси збору та формалізації вимог до програмного забезпечення. Вони з'ясували, що високий рівень доброзичливості та сумлінності сприяє ефективній комунікації з клієнтами, точності формулювання вимог і зниженню ризиків у початкових фазах розробки [8, с. 2120].

Окрема увага приділяється дослідниками проблемі продовження професійної діяльності в умовах емоційного вигорання. Н. Підбуцька в своєму дослідженні продемонструвала, що оптимізм є рисою-предиктором професійної успішності майбутнього інженера і має підтримуватися та розвиватися в процесі здобуття освіти [3, с. 387]. Е. Мелльблом з колегами досліджували взаємозв'язок між вигоранням та типами особистості серед розробників програмного забезпечення. Вони виявили, що високий рівень нейротизму асоціюється зі значно вищим ризиком професійного вигорання, тоді як емоційна стабільність може відігравати захисну роль у високостресовому середовищі ІТ-індустрії [9].

Загалом, результати сучасних досліджень підтверджують, що особистісні риси мають суттєве значення для професійного розвитку фахівців у сфері web-розробки на різних етапах розвитку їхньої кар'єри. Водночас уточнення потребує дослідження особливостей зв'язку між професійною успішністю та особистісними рисами розробників.

Мета дослідження полягає в уточненні особливостей прояву активності та оптимізму у web-розробників з різним професійним стажем та різним рівнем оцінки власної професійної успішності.

Результати дослідження. У дослідженні застосовано комплексний підхід, який поєднував анкетування та психодіагностичне опитування, що дало змогу оцінити як об'єктивні, так і суб'єктивні показники професійної діяльності web-розробників.

Вибірку дослідження склали 168 респондентів – web-розробників, які постійно проживають на території України, перебувають у віковому діапазоні від 22 до 43 років і мають щонайменше п'ятирічний стаж професійної діяльності у сфері web-розробки. Гендерний розподіл респондентів – 141 чоловік та 27 жінок, що відображає загальну тенденцію гендерного дисбалансу в галузі інформаційних технологій, зокрема в розробницькому сегменті.

На першому етапі дослідження було проведено анкетування з метою збору базових соціально-професійних даних та оцінки суб'єктивної професійної успішності. У межах анкетування респонденти вказували свій професійний стаж, який пропонувалося класифікувати за трьома категоріями: 5–7 років, 8–12 років та понад 13 років. Такий поділ дозволяє врахувати ключові етапи професійного становлення: період первинного закріплення в професії (5–7 років), етап стабілізації та професійного зростання (8–12 років), а також етап максимальної зрілості й накопиченого досвіду (13+ років). Крім того, у межах анкетування респонденти здійснювали суб'єктивну оцінку власної професійної успішності шляхом вибору одного з трьох варіантів: «гірше, ніж більшість», «так само, як і більшість» або «краще, ніж більшість» (див. табл. 1). Такий трирівневий формат дозволив уникнути надмірної деталізації, характерної для шкал з великою кількістю пунктів, і водночас дав змогу виявити базову установку респондента щодо власної позиції на тлі професійного середовища.

На другому етапі застосовувалося психодіагностичне опитування із використанням Шкали активності та оптимізму (С. Шуллер, А. Комуніан). Оптимізм і активність розглядаються у сучасній психології як важливі компоненти адаптивної поведінки та внутрішніх ресурсів особистості, що забезпечують здатність долати професійні труднощі, підтримувати мотивацію до досягнення цілей. Шкала забезпечує надійне та валідне вимірювання рівня вираженості цих якостей у вибірці фахівців.

Для обробки емпіричних даних було застосовано дисперсійний аналіз (див. табл. 2, 3), який дозволив оцінити значущість відмінностей у рівнях оптимізму та активності між сформованими підгрупами розробників з різним рівнем оцінки власної професійної успішності та стажем.

Серед жінок найбільша частка припадає на категорії «5–7 років» і «8–12 років» професійного стажу, що є типовим для середньостатистичної представниці галузі, зважаючи на загальний тренд входження жінок до ІТ переважно у дорослому віці. Найчастіше жінки в цих групах оцінюють себе як таких, що мають професійну успішність «таку саму, як більшість» – по 6 респонденток у кожній категорії (разом 7,14% усієї вибірки). Це свідчить про схильність до поміркованої самооцінки та, можливо, вплив соціального порівняння як механізму регуляції впевненості в собі. Лише незначна частка жінок (разом 6 із 27, або 3,57% вибірки) оцінила себе як більш успішних, ніж більшість. У категорії зі стажем понад 13 років жінок найменше (4 особи), що відповідає загальній тенденції нижчої представле-

Таблиця 1

Розподіл респондентів за рівнем стажу та оцінки професійної успішності

Стать	Стаж	Успішність	Кількість	Відсоток (%)
Ж	5–7 років	Гірше за більшість	3	1,79
Ж	5–7 років	Так само як більшість	6	3,57
Ж	5–7 років	Краще за більшість	1	0,60
Ж	8–12 років	Гірше за більшість	3	1,79
Ж	8–12 років	Так само як більшість	6	3,57
Ж	8–12 років	Краще за більшість	4	2,38
Ж	13+ років	Гірше за більшість	1	0,60
Ж	13+ років	Так само як більшість	2	1,19
Ж	13+ років	Краще за більшість	1	0,60
Ч	5–7 років	Гірше за більшість	10	5,95
Ч	5–7 років	Так само як більшість	27	16,07
Ч	5–7 років	Краще за більшість	16	9,52
Ч	8–12 років	Гірше за більшість	14	8,33
Ч	8–12 років	Так само як більшість	28	16,67
Ч	8–12 років	Краще за більшість	18	10,71
Ч	13+ років	Гірше за більшість	6	3,57
Ч	13+ років	Так само як більшість	18	10,71
Ч	13+ років	Краще за більшість	4	2,38

ності жінок у технічних професіях на етапі пізньої професіоналізації, яку зазвичай долають наймотивованіші й найстійкіші.

Серед чоловіків домінують категорії зі стажем 5–7 та 8–12 років. Найбільше респондентів-чоловіків оцінюють свою успішність як середню – 27 осіб зі стажем 5–7 років (16,07%) і 28 осіб зі стажем 8–12 років (16,67%). Ці два показники є найвищими у всій таблиці, що дозволяє припустити, що в ці періоди професійного становлення самооцінка є найбільш стабільною. При цьому значна частина респондентів оцінює себе вище за середній рівень – 16 чоловіків (9,52%) зі стажем 5–7 років і 18 (10,71%) – зі стажем 8–12 років, що підтверджує гіпотезу про високу впевненість у власній професійній ефективності в міру накопичення досвіду та навичок.

Цікаво, що серед чоловіків зі стажем понад 13 років рівень позитивної самооцінки («краще за більшість») знижується – лише 4 особи (2,38%), натомість 6 (3,57%) оцінюють себе гірше за більшість. Це може бути свідченням впливу професійного виснаження, застою в кар'єрі або суб'єктивного сприйняття зниження актуальності навичок на фоні технологічних змін, що є характерним для старших фахівців в ІТ-сфері.

Загалом по вибірці 47,02% респондентів оцінили себе «так само, як більшість», що свідчить про загальну тенденцію до соціально прийнятної середньої

самооцінки. Водночас 22,62% вважають себе менш успішними, що може відображати вплив факторів, пов'язаних із внутрішньою тривожністю, нестачею визнання або реальними труднощами в кар'єрному розвитку. Найменша частка (30,36%) оцінила себе як «краще за більшість», що підтверджує тенденцію до зваженого порівняння себе з професійною спільнотою.

Таблиця 2

Результати дисперсійного аналізу для оцінки відмінностей між групами web-розробників з різним професійним стажем

		Сума квадратів	К-ть ступенів свободи	Середній квадрат	Значення – F	p
Активність	Між групами	29,96	2	14,98	0,64	0,52
	Усередині груп	3845,73	165	23,30		
	Загалом	3875,70	167			
Оптимізм	Між групами	30,09	2	15,05	0,26	0,76
	Усередині груп	9396,84	165	56,95		
	Загалом	9426,94	167			

Результати дисперсійного аналізу свідчать про відсутність статистично значущих відмінностей у рівнях активності та оптимізму залежно від професійного стажу web-розробників. Активність і оптимізм, як особистісні риси або стабільні стилі емоційного реагування, є відносно стабільними характеристиками, які меншою мірою змінюються під впливом професійного досвіду, особливо в рамках однієї професійної групи, де вимоги до гнучкості, адаптивності й самомотивації загалом високі незалежно від тривалості стажу. У контексті web-розробки, де існує потреба у постійному навчанні, роботі в командах і швидкому пристосуванню до технологічних змін, рівень особистісної активності та загальної життєвої установки (оптимізму) може залишатися досить однорідним навіть серед людей з різним професійним досвідом.

Не можна виключати і вплив вибірових обмежень: наприклад, усі респонденти мали досвід роботи не менше 5 років, що вже передбачає певну стійкість до професійних викликів. Це означає, що варіативність у вибірці зменшена і відмінності між стажовими групами можуть бути недостатньо виражені для виявлення через дисперсійний аналіз.

Результати дисперсійного вказують на статистично значущі відмінності в рівнях активності та оптимізму серед web-розробників із різною суб'єктивною оцінкою професійної успішності. Це свідчить про те, що обидві змінні суттєво варіюють залежно від того, як респонденти оцінюють свій професійний успіх: «гірше, ніж більшість», «так само, як більшість» або «краще, ніж більшість».

Активність як особистісна характеристика тісно пов'язана з мотивацією досягнення, ініціативністю, саморегуляцією й енергійністю у професійній діяльності. Особи з високим рівнем активності, як правило, демонструють більшу продук-

Таблиця 3

Результати дисперсійного аналізу для оцінки відмінностей між групами web-розробників з різним рівнем оцінки професійної успішності

		Сума квадратів	К-ть ступенів свободи	Середній квадрат	Значення – F	p
Активність	Між групами	1461,23	2	730,620	112,69	,000
	Усередині груп	1069,70	165	6,483		
	Загалом	2530,94	167			
Оптимізм	Між групами	3681,58	2	1840,793	128,35	,000
	Усередині груп	2366,31	165	14,341		
	Загалом	6047,90	167			

тивність, гнучкість у розв’язанні завдань і здатність до самостійного професійного зростання, що закономірно сприяє успішній самореалізації у професії. Відповідно, респонденти, які оцінили себе як успішніших за більшість, мають і вищі середні значення активності, що, ймовірно, сприяло як їхнім об’єктивним результатам, так і позитивній самооцінці.

Подібна логіка простежується і в контексті оптимізму, який є важливою установкою, пов’язаною з надією на майбутнє, конструктивною інтерпретацією невдач та здатністю підтримувати мотивацію в умовах невизначеності. Web-розробка як динамічна й інтелектуально насичена сфера вимагає стійкості до складнощів, готовності до змін, а також довіри до власних здібностей. Оптимісти, як правило, легше справляються з труднощами, краще адаптуються до оновлень і ефективніше долають кризові ситуації. Тому цілком закономірно, що рівень оптимізму суттєво вищий у тих, хто суб’єктивно вважає себе успішним.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведене емпіричне дослідження дозволило виявити суттєві зв’язки між особистісними характеристиками web-розробників – активністю та оптимізмом – і їхньою суб’єктивною оцінкою професійної успішності. Результати дисперсійного аналізу підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між групами респондентів з різною самооцінкою успішності: респонденти, які вважають себе більш успішними, мають вищі показники активності та оптимізму. Це свідчить про те, що в структурі професійного функціонування розробника важливу роль відіграють саме ті особистісні якості, які забезпечують внутрішню мотивацію, енергійність, конструктивне ставлення до труднощів і майбутньої професійної перспективи. Тоді як рівень професійного стажу виявився не пов’язаним із вираженістю зазначених рис, суб’єктивне сприйняття власної ефективності суттєво корелює з ними, що може відображати як об’єктивні досягнення, так і впевненість у власних силах, необхідну для сталого розвитку в ІТ-сфері.

З огляду на отримані результати, доцільним є подальше вивчення психологічних ресурсів, що впливають на професійну реалізацію web-розробників.

Перспективним напрямом є розширення дослідження за рахунок включення когнітивних, емоційних та поведінкових чинників, таких як стресостійкість, гнучкість мислення, саморегуляція та емоційна витривалість. Крім того, варто дослідити динаміку змін активності та оптимізму в умовах професійного вигорання, тривалих проєктних навантажень або змін у кар'єрній траєкторії. Практична цінність дослідження полягає у можливості використання результатів для формування програм психологічної підтримки фахівців у сфері web-розробки, зокрема профілактики професійного виснаження, розвитку кар'єрної мотивації й збереження високого рівня внутрішніх ресурсів, що є визначальними для успішності в сучасному цифровому середовищі.

Список використаних джерел і літератури

1. Биков І. В. Теоретичні засади розвитку професійної успішності майбутніх учителів Нової української школи. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2022. Вип. 17. С. 4–9.
2. Ігнатович О. М., Татаурова-Осика Г. П., Шевченко А. М. Психологія професійної діагностики та професійного консультування : практичний посібник. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 225 с.
3. Підбуцька Н. В. Оптимізм майбутнього інженера як умова його успішного особистісно-професійного розвитку. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 25. С. 379–392.
4. Dirzyte A., Vijaikis A., Perminas A., Rimasiute-Knabikiene R., Kaminskis L., Zebrauskas G. Computer Programming E-Learners' Personality Traits, Self-Reported Cognitive Abilities, and Learning Motivating Factors. *Brain Sciences*. 2021. Vol. 11(9). P. 1205.
5. DOU. 5 тисяч вакансій за місяць і 131 відгук на вакансію Front-end. Огляд IT-ринку праці, квітень 2024. 3 травня 2024. URL: <https://dou.ua/lenta/articles/it-job-market-april-2024/> (дата звернення: 11.05.2025).
6. EU NEIGHBOURS east. Promoting IT during the war: Lviv IT cluster and how EU4Digital helps. 13 травня 2025. URL: <https://euneighbourseast.eu/news/stories/promoting-it-during-the-war-lviv-it-cluster-and-how-eu4digital-helps/> (дата звернення: 11.05.2025).
7. Graf-Vlachy L., Wagner S. The Type to Take Out a Loan? A Study of Developer Personality and Technical Debt. 2023 ACM/IEEE International Conference on Technical Debt (TechDebt). 2023. P. 27–36.
8. Hidellaarachchi D., Grundy J., Hoda R., Madampe K. The effects of human aspects on the requirements engineering process: A systematic literature review. *IEEE Transactions on Software Engineering*. 2021. Vol. 48 (6). P. 2105–2127.
9. Licorish S. A., MacDonell S. G. Personality profiles of global software developers. *Proceedings of the 18th International Conference on Evaluation and Assessment in Software Engineering*. 2014. P. 1–10.
10. Mellblom E., Arason I., Gren L., Torkar R. The Connection Between Burnout and Personality Types in Software Developers. arXiv preprint. 2019. arXiv:1906.09463. URL: <https://arxiv.org/abs/1906.09463> (дата звернення: 11.05.2025).
11. UkraineInvest. Investment opportunity of IT sector in Ukraine. 2024. URL: <https://ukraineinvest.gov.ua/wp-content/uploads/2024/11/investment-opportunity-of-it-sector-in-ukraine1-1.pdf> (дата звернення: 11.05.2025).

References

1. Bykov, I. V. (2022). Teoretychni zasady rozvytku profesiinoi uspishnosti maibutnikh uchyteliv Novoi ukrainskoi shkoly [Theoretical foundations for developing the professional success of future teachers of the New Ukrainian School]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu*, (17), 4–9. [in Ukrainian].
2. Ihnatovych, O. M., Tataurova-Osyka, H. P., & Shevchenko, A. M. (2021). *Psykholohiia profesiinoi diahnostyky ta profesiinoho konsultuvannia: praktychnyi posibnyk* [Psychology of professional diagnostics and career counseling: A practical manual]. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. 225 p. [in Ukrainian].
3. Pidbutska, N. V. (2014). Optymizm maibutnoho inzhenera yak umova yoho uspishnoho osobystisno-profesiinoho rozvytku [Optimism of future engineers as a condition for their successful personal and professional development]. *Problemy suchasnoi psykholohii*, (25), 379–392. [in Ukrainian].
4. Dirzyte, A., Vijaikis, A., Perminas, A., Rimasiute-Knabikiene, R., Kaminskis, L., & Zebrauskas, G. (2021). Computer Programming E-Learners' Personality Traits, Self-Reported Cognitive Abilities, and Learning Motivating Factors. *Brain Sciences*, 11(9), 1205. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091205> [in English].
5. DOU. (May 3, 2024). 5,000 vacancies per month and 131 applications per Front-end position: Overview of the IT job market, April 2024. <https://dou.ua/lenta/articles/it-job-market-april-2024/>. [in Ukrainian].
6. EU NEIGHBOURS east. (2025, 13 травня). *Promoting IT during the war: Lviv IT cluster and how EU4Digital helps*. Retrieved from: <https://euneighbourseast.eu/news/stories/promoting-it-during-the-war-lviv-it-cluster-and-how-eu4digital-helps/> [in English].
7. Graf-Vlachy, L., & Wagner, S. (2023, May). The Type to Take Out a Loan? A Study of Developer Personality and Technical Debt. In *2023 ACM/IEEE International Conference on Technical Debt (TechDebt)* (pp. 27–36). IEEE [in English].
8. Hidellaarachchi, D., Grundy, J., Hoda, R., & Madampe, K. (2021). The effects of human aspects on the requirements engineering process: A systematic literature review. *IEEE Transactions on Software Engineering*, 48 (6), 2105–2127 [in English].
9. Licorish, S. A., & MacDonell, S. G. (2014, May). Personality profiles of global software developers. In *Proceedings of the 18th international conference on evaluation and assessment in software engineering* (pp. 1–10) [in English].
10. Mellblom, E., Arason, I., Gren, L., & Torkar, R. (2019). The Connection Between Burnout and Personality Types in Software Developers. *arXiv preprint arXiv:1906.09463*. <https://arxiv.org/abs/1906.09463> [in English].
11. UkraineInvest. (2024). *Investment opportunity of IT sector in Ukraine*. Retrieved from: <https://ukraineinvest.gov.ua/wp-content/uploads/2024/11/investment-opportunity-of-it-sector-in-ukraine1-1.pdf> [in English].

Lobachov O. V.

Postgraduate Student,

National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”

ACTIVITY AND OPTIMISM AS INDICATORS OF PROFESSIONAL SUCCESS AMONG WEB DEVELOPERS

In the context of the dynamic growth of the IT sector, interest is increasing in the psychological factors that contribute to the professional success of web developers. Of particular relevance is the analysis of personal traits that may influence subjective perceptions of career growth and self-realization in this field. The aim of this article is to clarify how activity and optimism manifest among web developers with varying levels of professional experience and self-assessed professional success. The novelty of the study lies in the empirical confirmation that personal resources – particularly high levels of optimism and activity – have a statistically significant influence on self-perceived professional success, whereas years of experience do not show a similar effect. The findings suggest that psychological characteristics may serve as predictors of professional success regardless of the length of experience. The study concludes that incorporating personality profiles into the development of burnout prevention and career support programs in the IT sector is both necessary and beneficial.

Key words: web developers, future professionals, optimism, activity, professional development, personality.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.17>

Лук'янчук Н. В.

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри педагогіки та психології

Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут»

ORCID ID: 0000-0002-7885-2858

Проданюк Ф. М.

кандидат історичних наук, доцент,

професор кафедри педагогіки та психології

Приватний вищий навчальний заклад «Український гуманітарний інститут»

ORCID ID: 0000-0002-3121-658X

Юдіна Л. О.

магістрантка з психології

Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад

«Міжрегіональна Академія управління персоналом»»

ORCID ID: 0009-0007-7458-0406

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОГЛЯД СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ ПОДОЛАННЯ

У цій статті представлено психологічний огляд того, як соціальні та професійні фактори підтримки впливають на здатність людей, особливо жінок середнього віку, справлятися з кризовими ситуаціями. На основі емпіричних даних дослідження визначає та аналізує ролі чотирьох основних соціальних компонентів: сімейної підтримки, дружби, професійної підтримки та доступу до ресурсів громадськості. Результати дослідження показують, що люди з вищим рівнем сприйнятої підтримки, особливо з боку сім'ї та близьких друзів, демонструють більшу емоційну стійкість та нижчий рівень психологічного дистресу.

Дослідження також оцінює ефективність різних форм психологічної допомоги, включаючи індивідуальну та групову терапію, стратегії самодопомоги та кризові гарячі лінії. Результати показують, що індивідуальна терапія є найефективнішою, особливо для респондентів з низьким та помірним рівнем кризи, тоді як групова терапія додатково сприяє соціальній інтеграції та спільному досвіду. Методи самодопомоги, такі як ведення щоденника, дихальні вправи та практики усвідомленості, корисні для людей з помірним рівнем ураження. І навпаки, кризові гарячі лінії були оцінені як найменш ефективні через їх короткостроковий та безособовий характер.

Більше того, дослідження підкреслює психологічні ризики, пов'язані з неврахованою емоційною напругою, зазначаючи, що середній рівень тривожності, агресії та ригідності може маскувати прихований дистрес. Ефективне відновлення після кризи вимагає не лише внутрішніх ресурсів, таких як стійкість та когнітивна гнучкість, але й зовнішніх мереж підтримки. Автори

виступають за інтегровані підходи до психологічної допомоги, наголошуючи на важливості психоосвітніх програм та індивідуалізованих терапевтичних стратегій, особливо для жінок з групи високого ризику, які переживають тривалу тривогу та емоційне виснаження.

Ключові слова: кризове втручання, психологічна підтримка, соціальні фактори, стійкість, емоційна регуляція, ефективність терапії, жінки в кризовій ситуації, стратегії подолання труднощів, психоосвіта, ресурси психічного здоров'я.

Постановка проблеми. У контексті зростаючої соціальної нестабільності, міграції та травматичних життєвих подій психологічні кризи стають дедалі поширенішими та складнішими. Ці кризи впливають не лише на емоційну рівновагу людей, але й на їхню здатність функціонувати, соціально взаємодіяти та підтримувати психічне благополуччя. Хоча особиста стійкість та внутрішні стратегії подолання труднощів відіграють значну роль, системи соціальної та професійної підтримки у подоланні кризових умов залишаються недостатньо дослідженими в прикладній психології.

Багато людей, які стикаються з емоційним стресом, особливо жінки середнього віку, не мають структурованого доступу до механізмів підтримки, які б могли пом'якшити психологічний вплив кризи. Відсутність міцних сімейних зв'язків, емоційна ізоляція або обмежений доступ до терапевтичних ресурсів можуть посилити стрес і призвести до довгострокових наслідків, таких як виснаження, тривожні розлади або психосоматичні стани. Тому вкрай важливо проаналізувати, які види підтримки – сімейна, соціальна, професійна чи інституційна – є найефективнішими і як їхня присутність (або відсутність) взаємодіє з індивідуальними психологічними рисами, такими як адаптивність, тривожність та емоційний контроль [2; 7; 9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Актуальні психологічні дослідження акцентують увагу на багатогранному характері подолання кризових ситуацій, що відповідає висновкам статті щодо визначальної ролі як внутрішніх, так і зовнішніх механізмів підтримки. Українські науковці суттєво розширили розуміння цих процесів, особливо в умовах соціально-політичної нестабільності та вимушеного переміщення населення. Наприклад, Н. Гончарук (2019) підкреслює психологічне значення сприйнятої підтримки в дорослому віці, зазначаючи, що адаптивному подоланню значною мірою сприяє наявність стабільних міжособистісних стосунків та доступ до професійних ресурсів [2].

Це відповідає основному фокусу даного дослідження, у якому сімейні зв'язки та дружні стосунки розглядаються як ключові чинники емоційної стійкості. Подібну думку висловлює і А. Коваленко (2020), який аналізує сімейні моделі подолання криз, підкреслюючи, що емоційна теплота у взаєминах та чіткий розподіл ролей значно знижують рівень стресових проявів у родинному середовищі [7]. О. Демченко (2020) розвиває цю дискусію, оцінюючи формати психологічної допомоги, підкреслюючи перевагу індивідуалізованих терапевтичних втручань для тих, хто переживає гострий дистрес [3]. Це відображає висновок

статті про те, що індивідуальна терапія дає найглибші результати, особливо для осіб з низьким та помірним рівнем кризи. Більше того, І. Мельник (2017) вводить концепцію стресостійкості як вимірюваної риси, яку можна розвивати за допомогою цілеспрямованих психоосвітніх втручань, і підтримує інтегративні та превентивні стратегії психічного здоров'я [11].

На міжнародному рівні Бонанно та Манчіні (2008) з Колумбійського університету досліджує «траєкторії стійкості» після потенційної травми, виявляючи, що більшість людей демонструють природне відновлення, але отримують велику користь від соціальної підтримки, коли стикаються з постійним стресом. Ця концепція відповідає українським емпіричним висновкам щодо буферного ефекту близьких стосунків. Аналогічно Хобфолл та інші (2007) розробили п'ять основних елементів негайної та довгострокової психологічної допомоги – сприяння безпеці, заспокоєння, само- та колективної ефективності, зв'язку та надії, які були широко схвалені як універсальний стандарт у кризовій психології.

Крім того, нещодавні європейські дослідження висвітлюють системні бар'єри, з якими стикаються жінки в доступі до ресурсів психічного здоров'я. Дослідження Фішера та де Граафа (2021) виявляє, що жінки середнього віку непропорційно частково беруть на себе емоційну роботу та часто відкладають звернення за допомогою через суспільні норми щодо догляду та емоційного самоконтролю. Це узгоджується з висновками Лук'янчука та інших, які попереджають, що «середній» рівень тривожності та ригідності може приховувати глибший, невіршений дистрес у цій демографічній групі.

Нарешті, інтеграція тілесно орієнтованих та експресивних технік, таких як арттерапія та соматичні практики, як зазначали С. Максименко та інші (2017), запроваджує багаторівневий підхід до терапії, який виходить за рамки лише когнітивних стратегій [10]. Ці методи підтримують емоційне вираження та допомагають відновити сенс, що є важливим у разі тривалої травми та порушення ідентичності, особливо у жінок, які переживають хронічну кризу або емоційне виснаження.

Мета статті – дослідити роль ключових факторів соціальної та психологічної підтримки, таких як сімейні зв'язки, дружба, професійна допомога та ресурси громади, у допомозі людям впоратися з кризовими ситуаціями. Дослідження також має на меті оцінити ефективність різних форм психологічної допомоги та визначити, які види підтримки найбільше сприяють емоційній стійкості та відновленню, особливо серед жінок середнього віку.

Результати дослідження. Соціальні чинники відіграють вирішальну роль у подоланні кризових ситуацій, забезпечуючи людину підтримкою, ресурсами та можливістю адаптації до складних обставин. У ході дослідження було оцінено вплив чотирьох основних соціальних факторів на здатність особи долати кризові ситуації: сімейної підтримки, дружніх зв'язків, професійної підтримки та соціальних ресурсів [8].

Отримані результати показали, що особи з низьким рівнем кризовості мали значно вищий рівень соціальної підтримки, тоді як респонденти з високим рівнем кризовості демонстрували значну соціальну ізоляцію або відсутність доступу до ефективних підтримувальних мереж. Сімейна підтримка виявилася найвагомішим чинником, що сприяв зменшенню рівня стресу та швидшій адаптації до змін.

Залежність рівня соціальної підтримки від рівня кризовості представлена на рисунку 1.

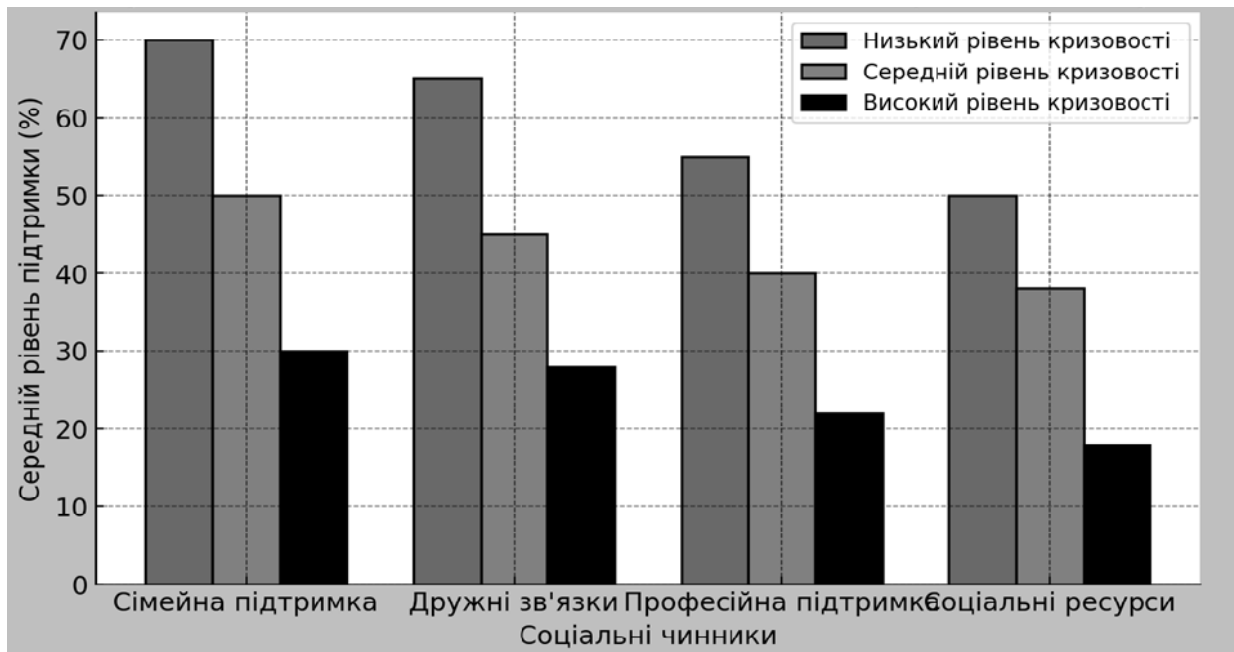


Рис. 1. Соціальні чинники подолання кризових ситуацій

Аналіз отриманих даних засвідчив, що найбільш ефективними джерелами соціальної підтримки є міцні сімейні зв'язки та дружні контакти. Учасники, які мали тісні стосунки з родиною та друзями, демонстрували кращі показники стресостійкості та меншу схильність до емоційних розладів.

Професійна підтримка, що включає колег, керівництво та спеціалістів (психологів, консультантів), відігравала значну роль для людей середнього рівня кризовості. Ці респонденти мали можливість отримати допомогу через професійні контакти, що зменшувало їхній рівень стресу.

Соціальні ресурси (громадські організації, психологічні служби, підтримувальні групи) мали найменший вплив серед усіх чинників, що можна пояснити їхньою меншою доступністю або відсутністю звички звертатися до таких структур по допомогу.

Отримані результати підкреслюють, що формування міцних соціальних зв'язків та розширення доступу до підтримувальних ресурсів може значно покращити здатність людини до подолання кризових станів. Важливо не лише зміцнювати

сімейні стосунки, а й підвищувати обізнаність людей про можливості професійної та громадської підтримки, що допоможе зменшити рівень соціальної ізоляції у складних життєвих обставинах.

Узагальнення отриманих емпіричних даних дозволяє стверджувати, що переживання кризових ситуацій серед жінок середнього віку супроводжується комплексом психологічних змін, зокрема підвищенням рівня ситуативної та особистісної тривожності, фрустрації, а також збереженням адаптивних, але в деяких випадках жорстких форм емоційного контролю. Це підтверджує гіпотезу дослідження про те, що ефективність подолання кризи залежить не лише від інтенсивності стресу, але й від наявності внутрішніх ресурсів – життєстійкості, гнучкості мислення, здатності до конструктивного реагування.

Особливу увагу варто звернути на те, що середній рівень більшості показників (тривожності, агресії, ригідності) не є маркером психологічного благополуччя, а, навпаки, може вказувати на приховану напругу та тенденцію до емоційного самостримування, що підвищує ризик відкладених психологічних наслідків (зокрема, психосоматичних порушень або ПТСР). Це вимагає своєчасної психологічної підтримки та розвитку стратегій профілактики емоційного вигорання та дезадаптації.

Таким чином, інтерпретація результатів засвідчила, що криза – не лише деструктивний чинник, а й потенційна точка росту за умови вчасної допомоги та наявності соціальних і особистісних ресурсів. Підсумкові дані створюють основу для практичних рекомендацій у сфері консультивання, психопрофілактики та психотерапевтичного супроводу.

Психологічна допомога та підтримка у кризових ситуаціях

Ефективність психологічної допомоги в подоланні кризових станів залежить від багатьох чинників, зокрема типу підтримки, рівня кризовості та особистісних характеристик людини. У процесі дослідження було проаналізовано чотири основні форми психологічної допомоги: індивідуальну терапію, групову терапію, самостійні техніки подолання стресу та гарячу лінію підтримки.

Результати показали, що найвищу ефективність мала індивідуальна терапія, особливо серед осіб із низьким та середнім рівнем кризовості. Групова терапія також показала значні результати, особливо для осіб, які потребували соціального включення та обміну досвідом. Самостійні техніки, такі як медитація, ведення щоденника чи дихальні вправи, були ефективними для респондентів із середнім рівнем кризовості, тоді як особи з високим рівнем кризовості використовували їх рідше.

Найменшу ефективність продемонстрували гарячі лінії підтримки, оскільки учасники відзначали їхню обмежену можливість надання довготривалої психологічної допомоги. Більшість респондентів використовували гарячу лінію як тимчасове рішення у моменти емоційної напруги, проте вона не була основним способом подолання криз.

На рисунку 2 подано оцінку ефективності різних типів психологічної допомоги у кризових ситуаціях серед респондентів із різним рівнем кризовості.

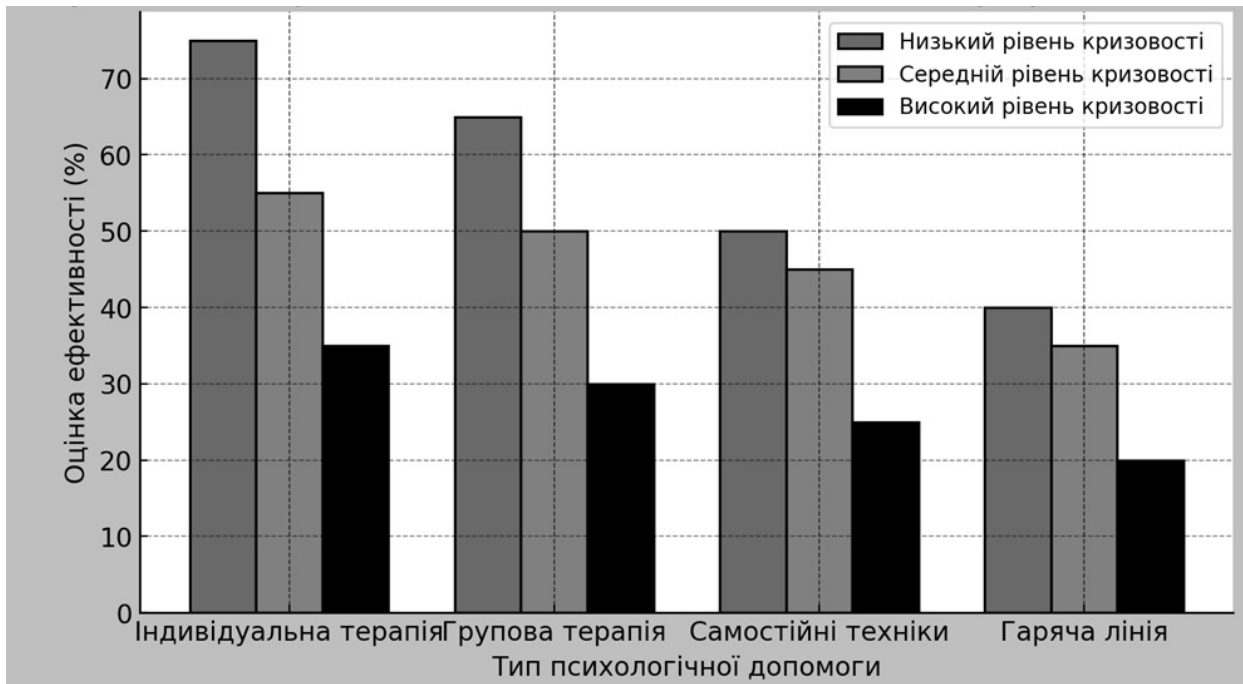


Рис. 2. Ефективність психологічної допомоги у кризових ситуаціях

Аналіз отриманих результатів підтверджує, що найкращі результати дає поєднання індивідуальної та групової терапії, оскільки воно забезпечує як глибоке опрацювання особистісних проблем, так і соціальну підтримку. Самостійні техніки можуть бути ефективним доповненням, проте їхня результативність значною мірою залежить від рівня самодисципліни та навичок саморегуляції.

З огляду на отримані дані можна рекомендувати розширення доступу до професійної психологічної допомоги, зокрема індивідуальних та групових консультацій, а також впровадження освітніх програм, що навчатимуть людей ефективним самостійним технікам подолання стресу.

Результати дослідження дозволили розробити практично орієнтовані рекомендації щодо підтримки жінок у кризових станах, які можуть бути корисними як для психологів-консультантів, так і для самих респонденток. Було підтверджено, що ключовими чинниками ефективного подолання кризи є високий рівень життєстійкості, конструктивні копінг-стратегії та доступ до емоційної і соціальної підтримки.

Доцільним є застосування психоосвітніх програм, спрямованих на формування навичок саморегуляції, зниження тривожності, розвиток гнучкого мислення та вміння переоцінювати кризову ситуацію не як кінець, а як етап потенційного зростання. Практика індивідуального та групового психологічного консультування має ґрунтуватися на підходах, що враховують емоційний стан, рівень ригідності, здатність до довіри та потребу в підтримці, яка є не патерналістською, а ресурсною.

Особливої уваги потребують жінки з високим рівнем тривожності та зниженими адаптаційними ресурсами, які можуть потребувати тривалішого психоте-

рапевтичного супроводу. Доцільно використовувати методики, що включають когнітивно-поведінкові інтервенції, арттерапевтичні техніки, тілесно орієнтовані підходи, а також роботу зі смисловими ресурсами, зокрема, у дусі логотерапії та екзистенційного підходу.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Дослідження підтверджує, що здатність ефективно долати психологічні кризи тісно пов'язана з наявністю та якістю систем соціальної та професійної підтримки. Серед усіх досліджених факторів підтримка сім'ї виявилася найбільш впливовою у зниженні рівня стресу та сприянні емоційному відновленню, далі йдуть близькі дружні стосунки та професійна допомога. Респонденти, які підтримували міцні міжособистісні зв'язки, демонстрували більшу стійкість, нижчу тривожність та знижений ризик емоційних розладів.

Крім того, було виявлено, що ефективність психологічних втручань варіюється залежно від рівня кризи людини. Індивідуальна терапія та групове консультування виявилися найбільш корисними, особливо в поєднанні, тоді як методи самопомогі були корисними, але залежали від рівня саморегуляції респондента. Кризові гарячі лінії використовувалися переважно для тимчасового полегшення та сприймалися як найменш ефективні для довгострокового відновлення.

Подальші дослідження мають зосередитися на: порівняльному аналізі механізмів подолання труднощів у різних демографічних групах (наприклад, вік, стать, соціально-економічний статус); розробленні та тестуванні інтегрованих програм підтримки, що поєднують психоосвіту, ресурси громади та персоналізовану терапію; дослідженні культурно специфічних бар'єрів для звернення по професійну психологічну допомогу, особливо серед переміщених осіб або соціально ізольованих верств населення.

Загалом, результати дослідження підкреслюють, що успішне подолання кризи є багатовимірним і вимагає не лише внутрішніх психологічних ресурсів, таких як стійкість та емоційна гнучкість, але й доступу до структурованої зовнішньої підтримки. Цільові психоосвітні та психотерапевтичні втручання, особливо ті, що розроблені для жінок з підвищеною тривожністю та зниженою здатністю до подолання труднощів, можуть значно покращити результати та зменшити ризик довгострокових психологічних наслідків.

Список використаних джерел і літератури

1. Бондаренко З.В. Психологічні особливості переживання кризових ситуацій у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 12. Вип. 1. С. 45–52.
2. Гончарук Н.М. Психологічні чинники подолання життєвих криз у дорослому віці. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. Вип. 1 (55). С. 123–128.
3. Демченко О.В. Психологічна допомога особистості в умовах життєвих криз. *Практична психологія та соціальна робота*. 2020. № 3. С. 14–19.
4. Єрмаков П.Н. Криза середнього віку: психологічні аспекти та шляхи подолання. *Психологія і суспільство*. 2017. № 2. С. 67–74.

5. Журавльова Л.М. Психологічні механізми подолання кризових ситуацій у професійній діяльності. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2019. Вип. 9. С. 56–62.
6. Іванова Т.О. Психологічні особливості переживання екзистенційних криз у юнацькому віці. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2018. Вип. 65. С. 89–95.
7. Коваленко А.В. Психологічні стратегії подолання кризових ситуацій у сімейному житті. *Психологія: реальність і перспективи*. 2020. Вип. 15. С. 102–108.
8. Кузнецов Є.В. Психологічна діагностика особистості в кризових ситуаціях. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2009. Т. 11. Ч. 3. С. 152–163.
9. Лисенко О. М. Психологічні аспекти кризи ідентичності у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. 14. Вип. 2. С. 33–40.
10. Максименко С.Д., Кузікова С.Б., Зликов В. Л. *Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика: монографія*. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 540 с.
11. Мельник І.В. Психологічні чинники стресостійкості в умовах життєвих криз. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Психологія»*. 2017. Вип. 1 (8). С. 29–34.
12. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях : навчальний посібник / за ред. О. Л. Музики. Київ : Ніка-Центр, 2007. 256 с.

References

1. Bondarenko, Z.V. (2018). Psykholohichni osoblyvosti perezhyvannya kryzovykh sytuatsii u pidlitkovomu vitsi [Psychological features of experiencing crisis situations in adolescence]. *Aktualni problemy psykholohii*, Vol. 12, No. 1, pp. 45–52 [in Ukrainian].
2. Honcharuk, N.M. (2019). Psykholohichni chynnyky podolannia zhyttievykh kryz u dorosloму vitsi [Psychological factors of overcoming life crises in adulthood]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, No. 1 (55), pp. 123–128 [in Ukrainian].
3. Demchenko, O.V. (2020). Psykholohichna dopomoha osobystosti v umovakh zhyttievykh kryz [Psychological assistance to the individual in life crisis conditions]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota*, No. 3, pp. 14–19 [in Ukrainian].
4. Yermakov, P.N. (2017). Kryza serednoho viku: psykholohichni aspekty ta shliakhy podolannia [Midlife crisis: Psychological aspects and coping strategies]. *Psykhologhiia i suspilstvo*, No. 2, pp. 67–74 [in Ukrainian].
5. Zhuravlova, L.M. (2019). Psykholohichni mekhanizmy podolannia kryzovykh sytuatsii u profesiinii diialnosti [Psychological mechanisms of coping with crisis situations in professional activity]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu "Ostrozka akademiia". Serii: Psykhologhiia*, Issue 9, pp. 56–62 [in Ukrainian].
6. Ivanova, T.O. (2018). Psykholohichni osoblyvosti perezhyvannya ekzystentsiinykh kryz u yunatskomu vitsi [Psychological features of experiencing existential crises in youth]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V.N. Karazina. Serii: Psykhologhiia*, Issue 65, pp. 89–95 [in Ukrainian].
7. Kovalenko, A.V. (2020). Psykholohichni stratehii podolannia kryzovykh sytuatsii u simeinomu zhytti [Psychological strategies of overcoming crisis situations in family life]. *Psykhologhiia: realnist i perspektyvy*, Issue 15, pp. 102–108 [in Ukrainian].
8. Kuznetsov, Ye.V. (2009). Psykholohichna diahnostyka osobystosti v kryzovykh sytuatsiiakh [Psychological diagnostics of personality in crisis situations]. *Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, Vol. 11, Part 3, pp. 152–163 [in Ukrainian].

9. Lysenko, O.M. (2019). Psykholohichni aspekty kryzy identychnosti u pidlitkovomu vitsi [Psychological aspects of identity crisis in adolescence]. *Aktualni problemy psykholohii*, Vol. 14, No. 2, pp. 33–40 [in Ukrainian].

10. Maksymenko, S.D., Kuzykova, S.B., & Zlyvko, V.L. (Eds.). (2017). *Osobystist yak subiekt podolannia kryzovykh sytuatsii: psykholohichna teoriia i praktyka: monohrafiia* [Personality as a subject of overcoming crisis situations: Psychological theory and practice: A monograph]. Sumy: Vydavnytstvo SumDPU imeni A.S. Makarenka, 540 p. [in Ukrainian].

11. Melnyk, I.V. (2017). Psykholohichni chynnyky stresostiikosti v umovakh zhyttievykh kryz [Psychological factors of stress resistance in life crises]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Seriia: Psykholohiia*, No. 1 (8), pp. 29–34 [in Ukrainian].

12. *Psykhodiagnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttievykh sytuatsiiakh: navchalnyi posibnyk* (2007). [Psychodiagnostics of personality in crisis life situations: A textbook] / edited by O. L. Muzyka. Kyiv: Nika-Tsentr. 256 p. [in Ukrainian].

Lukianchuk N. V.

Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of Pedagogy and Psychology
Ukrainian Institute of Arts and Sciences

Prodanuk F. M.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Professor at the Department of Pedagogy and Psychology
Ukrainian Institute of Arts and Sciences

Yudina L. O.

Master's student in psychology
Private Joint-Stock Company "Higher education institution
"Interregional Academy of Personnel Management"

**PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN CRISIS SITUATIONS:
A PSYCHOLOGICAL REVIEW OF SOCIAL FACTORS OF COPING**

This article presents a psychological overview of how social and professional support factors influence the ability of individuals – particularly women of middle age – to cope with crisis situations. Based on empirical data, the study identifies and analyzes the roles of four primary social components: family support, friendships, professional support, and access to community resources. The findings demonstrate that individuals with higher levels of perceived support, especially from family and close friends, exhibit greater emotional resilience and lower levels of psychological distress.

The study also evaluates the effectiveness of different forms of psychological assistance, including individual and group therapy, self-help strategies, and crisis hotlines. Results show that individual therapy is the most effective, particularly for respondents with low to moderate levels of crisis, while group therapy offers added value in promoting social integration and shared experience. Self-help techniques such as journaling, breathing exercises, and mindfulness practices are helpful for moderately affected individuals. Conversely, crisis hotlines were rated as the least effective due to their short-term and impersonal nature.

Moreover, the research highlights the psychological risks associated with unaddressed emotional tension, noting that average levels of anxiety, aggression, and rigidity may mask latent distress. Effective crisis recovery requires not only internal resources such as resilience and cognitive flexibility but also external support networks. The authors advocate for integrated approaches to psychological care, emphasizing the importance of psychoeducational programs and individualized therapeutic strategies – particularly for high-risk women experiencing prolonged anxiety and emotional exhaustion.

Key words: crisis intervention, psychological support, social factors, resilience, emotional regulation, therapy effectiveness, women in crisis, coping strategies, psychoeducation, mental health resources.

УДК 159.944.4:614.253.4-057.1(477)"2000/2005"

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.18>

Мазай Л. Ю.

доктор філософії з психології (PhD),

старший викладач кафедри кризової та клінічної психології

Донецький національний університет імені Василя Стуса

e-mail: l.mazay@donnu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-9532-5996

Researcher ID: AAQ-1435-2021

ДИНАМІКА ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ПЕРШІЙ ЧВЕРТІ ХХІ СТОЛІТТЯ

Пропонована розвідка презентує аналіз динаміки наукових досліджень у проблематиці емоційного вигорання медичних працівників. Зокрема, у статті представлено історію вивчення синдрому емоційного вигорання у 70–80-х роках ХХ ст. та на початку ХХІ ст. Здійснено огляд основних наукових праць українських дослідників за період із 2007 по 2025 р., на основі чого зроблено висновок, що дослідження СЕВ медичних працівників першої чверті ХХІ ст. мають регіональний характер із залученням вибірок до 200 осіб. Останні наукові джерела з теми емоційного вигорання лікарів мають теоретико-оглядовий характер та висвітлюють аспекти, пов'язані з психокорекцією та психотерапією описаного явища. На основі зібраного матеріалу окреслено перспективи подальших досліджень заявленої проблематики, які, на думку авторки, доцільно сконцентрувати на визначенні чинників розвитку емоційного вигорання медичних працівників в умовах війни.

Ключові слова: емоційне вигорання, медичні працівники, наукові дослідження, ХХІ століття, історичний аспект.

Постановка проблеми. Проблема емоційного вигорання працівників соціономічних професій не є новою, проте з кожним роком її актуальність та необхідність дослідження зростає. Особливо це стосується представників медичної галузі професійної діяльності, які, за останніми науковими розвідками у цій царині, загалом мають найбільш частотні прояви вигорання. Так, Д. Асонов, проаналізувавши психологічні студії за 10 років, констатує збільшення наукових публікацій із теми емоційного вигорання у медичних працівників зі 104 у 2010 р. до 781 у 2020 р. [1]. Окрім цього, український науковець покликається на лонгітюдні дослідження американського психолога Т. Shanafelt та його колег, реалізовані у США у 2011, 2014 та 2017 рр. За їхніми даними, у 2011 р. близько 45% американських лікарів страждали щонайменше на один із симптомів емоційного вигорання, і найчастіше це були емоційне виснаження та/або деперсоналізація. І хоча між 2014 та 2017 рр., за спостереженнями американських науковців, ситуація покращилася, сьогодні синдром вигорання

серед лікарів має епідеміологічний характер. Зокрема, Т. Вежновець зазначає, що частота виявлення цього явища у медичних працівників коливається від 46% до 89,3% [2].

Найчастіше ризик розвитку емоційного вигорання серед лікарів та медичного персоналу пов'язують із самим типом професійної діяльності «людина – людина», високим рівнем навантаження на систему охорони здоров'я і медичні установи, стресом, що виникає під час роботи з хронічно чи важкохворими пацієнтами, а також бюрократизацією процесу надання медичної допомоги. У 2019 р. проблема загострилась у зв'язку з пандемією COVID-19, на чому акцентували увагу А. Султана, Р. Шарма, М. Хоссейн та ін. [12; 15].

Для України ця проблема є сьогодні актуальною як ніколи у зв'язку з веденням військових дій із захисту територій та незалежності держави від збройної агресії РФ. Навантаження, яке переживають українські лікарі, надзвичайно високе через тяжкий характер бойових травм у військовослужбовців, військову зобов'язаність самих медиків та ризиковані умови роботи, особливо у прифронтових містах, що ускладнює і так нелегку діяльність, метою якої є збереження здоров'я та життя як військових, так і цивільного населення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Зауважимо, що тема емоційного вигорання доволі добре досліджена, а концепція поняття ґрунтовно розроблена як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями. Класичними у цій проблематиці є праці Х. Фройденберга, К. Маслач, Е. Джексона, Дж. Едельвіча, А. Бродського, Х. Фішера, С. Майєра, А. Пайнса та Е. Аронсона. Серед українських дослідників у різні роки синдрому емоційного вигорання приділяли увагу Л. Юрьєва, М. Гавриленко, О. Знанецька, Н. Калайтан, Т. Пастрик, О. Кормило, О. Слободянюк, І. Литвиненко, І. Боровик, Л. Лотоцька-Голуб, Т. Вежновець та В. Парій, І. Мудренко, О. Потапов, Д. Сотніков, Д. Свириденко, В. Юрченко, О. Громцева, Д. Асанов та ін.

Зважаючи на виклики військового часу, з якими співіснує система охорони здоров'я в Україні, важливо визначити динаміку досліджень у царині емоційного вигорання медичних працівників для окреслення перспективних напрямів розвитку подальших наукових розвідок.

Мета статті. Теоретично проаналізувати динаміку досліджень явища емоційного вигорання медичних працівників у першій чверті ХХІ ст.

Результати дослідження. Для початку доцільно конкретизувати визначення поняття емоційного вигорання, оскільки досі в літературі можна зустріти його синонімічне використання з терміном «професійне вигорання», – часто їх ототожнюють. У науці професійне вигорання визначають як синдром емоційного та соматичного виснаження, який передбачає розвиток негативної самооцінки та ставлення до фахової діяльності, утрату розуміння і співчуття до колег та клієнтів, з якими працює фахівець. Емоційне вигорання трактують як фізичне, емоційне та/або мотиваційне виснаження, для якого характерні

порушення продуктивності у професійній діяльності, хронічна втомлюваність, астеничність, підвищена схильність до соматичних захворювань із можливими порушеннями сну [11].

У деяких випадках емоційне вигорання розглядають як передвісник професійного вигорання або ж його початкову стадію. Зокрема, на думку Н. Маляр-Газди, емоційне вигорання – це форма професійної деформації особистості, яка негативно впливає на її психічне здоров'я, на виконання нею фахових обов'язків та на стосунки з іншими людьми [9].

Схожість дефініцій цих двох понять нерідко підштовхує науковців до вживання загального терміна «вигорання» чи «синдром вигорання» (від англ. burnout syndrome). У міжнародній класифікації хвороб 10-го перегляду (МКХ-10) синдром емоційного вигорання віднесений до розділу Z73 і позначений як «стрес, пов'язаний із труднощами підтримки нормального способу життя» [10; 14].

Західна наукова психологія розглядає поняття «емоційне вигорання» (далі – ЕВ) із двох позицій – результативної та процесуальної. Дослідники, які притримуються першого підходу, визначають ЕВ як стан, що передбачає вираження конкретних та стабільних елементів (ознак). Натомість прихильники другої позиції вважають, що ЕВ є процесом, який протікає у кількох послідовних фазах [9].

З огляду на розглянуті нами визначення, можна зробити висновок, що професійне та емоційне вигорання є взаємодоповнювальними, а часто взаємозамінними поняттями, проте ЕВ має дещо ширший характер, оскільки може виникати на тлі тривалого стресу та емоційного напруження, що не обов'язково пов'язані з фаховою діяльністю. Однак у випадку з медичними працівниками їхня професія передбачає значну віддачу сил та часу, що створює у житті сприятливі умови для кумулятивного стресу, а тому дослідження цього явища саме в контексті медичної професійної діяльності привернула увагу науковців ще у 70-х роках минулого століття.

Історія досліджень синдрому емоційного вигорання (далі – СЕВ) у лікарів із 70–80-х років XX ст. до 2000-х років XXI ст. Детальний опис розвитку проблематики СЕВ у науковому дискурсі 70–80-х років минулого століття дає у своїй дисертаційній роботі на здобуття ступеня кандидата психологічних наук українська науковиця Н. Калайтан. Звернімося до представленого нею історичного огляду.

Термін «*синдром вигорання*» працівників увів у науковий обіг американський психіатр Х. Фройденбергер у 1974 р. Це поняття науковець використав для опису психологічного стану волонтерів, які працювали в галузі психіатрії та переживали емоційне виснаження і розчарування, наслідком яких була відмова від роботи [7].

До початку 80-х років XX ст. дослідження у царині СЕВ мали описовий характер. Усе змінилося після розроблення Дж. Джонсом у 1980 р. шкали професійного вигорання для медичних працівників (Staff Burnout Scale for Health Professionals) та опитувальника «Інвентаризація вигорання» (Maslach Burnout Inventory), запро-

понованого у 1982 р. К. Маслач і С. Джексоном. Відтоді розпочато систематичні емпіричні дослідження синдрому емоційного вигорання у лікарів різного профілю та медичного персоналу в цілому [7].

Незважаючи на розроблення такого вузькоспрямованого психодіагностичного інструментарію, із 1981 по 2000 р. західні науковці вели активну дискусію щодо доцільності використання поняття «вигорання/емоційне вигорання». Здебільшого це було пов'язане з тим, що опис СЕВ перегукувався з характеристиками ПТСР, депресії та вторинного ПТСР.

Попри активне наукове обговорення та сумніви у виокремленні поняття СЕВ для 80-х років ХХ ст. та початку ХХІ ст. характерним є активне вивчення цієї проблематики. У 1983 р. Е. Махер узагальнює перелік симптомів емоційного вигорання, до яких відносить утому, психосоматичні порушення, безсоння, негативне ставлення до клієнтів та колег, негативне ставлення до самої професійної діяльності, обмеженість репертуару робочих дій, зловживання психоактивними речовинами, відсутність апетиту або переїдання, негативна «Я-концепція», почуття агресії, зниження загального настрою та прояв таких емоцій, як цинізм, песимізм, безнадійність, апатія, депресія, почуття провини [5].

1984 р. за результатами своїх досліджень Г. Хендерсон робить висновок, що СЕВ починає формуватися вже у студентів медичних факультетів на старших курсах навчання. Як зазначає науковець, різні негативні симптоми вигорання можна простежити у 40% молодих лікарів [7].

У 1986 р. К. Маслач і С. Джексон пропонують тривимірну структуру емоційного (психологічного) вигорання, що інтегрує у собі такі елементи, як емоційне виснаження, деперсоналізація та редукція особистих досягнень. Сьогодні цю модель вважають класичною у царині наукових досліджень СЕВ.

У 1989 та 1991 рр. Т. Вітлі та його колеги досліджують рівні стресу, пов'язаного з професійною діяльністю, у лікарів невідкладної медичної допомоги США, Великої Британії та Австралії. За результатами цих наукових пошуків встановлено, що більшість лікарів у США має високі показники депресії, натомість у фахівців Великої Британії найвищий рівень стресу порівняно з медиками інших країн [7].

Одне з наймасштабніших досліджень СЕВ проведене М. Олкінуора у 1990 р. на вибірці з 2 671 фінських лікарів різних спеціальностей, у ході якого виявлено ознаки високого та низького рівнів вигорання. До групи лікарів, які мали високі показники вигорання, потрапили ті, хто працював із хронічно, невиліковно та смертельно хворими пацієнтами. Низькі показники вигорання мали медики, робота яких пов'язана з пацієнтами, які мають сприятливу динаміку свого захворювання. Окрім цього, дослідження мало гендерний характер. Виявлено, що високі показники вигорання демонстрували лікарі-чоловіки у галузях загальної та дитячої психіатрії, загальної медичної практики та професійної патології, внутрішніх хвороб, онкології, пульмонології, дерматології та венерології. У жінок-лікарок високі показники вигорання простежувалися у таких медичних галузях,

як загальна медична практика і професійні патології, радіологія, внутрішні захворювання, неврологія, пульмонологія, дерматологія і венерологія. Вищі показники СЕВ спостерігали у фахівців державних медичних установ, найнижчі – в осіб, які працювали у приватних закладах, університетах, науково-дослідних інститутах та громадських організаціях [7].

У 1996 р. Дж. Діес і К. Еррера провели клінічне дослідження СЕВ у співробітників психіатричних установ, результатом якого стало виявлення у цих фахівців психоемоційного виснаження, зниження самооцінки, зменшення рівня прояву або повної втрати емпатії та відчуття власної самодостатності. В Україні проблематику СЕВ у лікарів психіатричної практики досліджували Л. Юр'єва (із 1996 р.) та М. Гавриленко (2002) [7].

На основі проведених досліджень та наукової дискусії у 2001 р. ВООЗ визнає СЕВ як проблему, що потребує медичного втручання та визначає це поняття як стан фізичного, емоційного та мотиваційного виснаження, для якого характерними є порушення продуктивності трудової діяльності, втомлюваність, безсоння, підвищена схильність до розвитку соматичних захворювань та у подальшому зловживання психоактивними речовинами, що призводить до залежності та суїцидальної поведінки. 7–9 лютого 2003 р. в Берліні відбувається Європейський форум медичних асоціацій та ВООЗ, на якому учасники висловлюють занепокоєння стрімким розповсюдженням СЕВ серед працівників медичної галузі. Науковці визнають, що вигорання ставить під загрозу не лише здоров'я самого лікаря, а й погіршує якість надання ним медичної допомоги [7].

Протягом 1996–2001 рр. в Україні, як зазначає Н. Калайтан, реалізовувалися систематичні дослідження психологічних засад успішної управлінської діяльності керівників медичних установ, у ході яких виявлено, що найбільший рівень навантаження у головних лікарів припадає на комунікативну, когнітивну та емоційно-вольову сфери, а у заступників головних лікарів та завідувачів відділень – на когнітивну, емоційно-вольову сфери психічної діяльності [7].

Досвід вивчення проявів СЕВ у лікарів в Україні протягом 2000–2025 рр. Українські дослідження у проблематиці СЕВ здебільшого мають місцевий та регіональний характер і найчастіше охоплюють вибірки з лікарів-психіатрів, терапевтів, медичних працівників швидкої та невідкладної медичної допомоги.

З-поміж перших наукових розвідок із теми СЕВ звертає на себе увагу дисертаційне дослідження Н. Калайтан на тему «Психологічні чинники розвитку синдрому емоційного вигорання та його динаміка у лікарів швидкої та невідкладної медичної допомоги», проведене протягом 2007–2011 рр. на базі Харківської міської клінічної лікарні швидкої та невідкладної медичної допомоги ім. проф. А.І. Мещанінова. Обсяг вибірки становив 145 лікарів віком від 25 до 65 років, з яких чоловіків 60 осіб, жінок – 85 осіб [7].

На основі системного підходу авторкою вивчено психологічні чинники розвитку та динаміки СЕВ у лікарів швидкої та невідкладної медичної допомоги,

розроблено та впроваджено ефективну програму психологічної корекції; запропоновано трикомпонентну модель СЕВ: психоемоційне виснаження, редукція професійних обов'язків, емоційне дистанціювання. Ці елементи визнано діагностичними критеріями вигорання серед лікарів екстреної допомоги. Високий рівень вигорання виявлено у 17,93% лікарів вибірки, найбільш домінантним симптомом визначено редукцію особистих досягнень (46,21%).

Також науковиці вдалося виявити гендерні відмінності у прояві СЕВ. Так, лікарі-чоловіки частіше мають емоційне виснаження, деперсоналізацію, психосоматичні порушення. Натомість у жінок-лікарок переважає редукція професійних обов'язків. Особистісними характеристиками лікарів, які мають виражений СЕВ, є інтроверсія, емоційна нестабільність, тривожність, стриманість, підозрілість, консерватизм, песимізм. За Н. Калайтан, лікарі з вираженим СЕВ частіше переживають гнів, провину, відразу, страх, дисфору, при цьому прояви алекситимії визначено як захисну реакцію.

Окреме місце у дослідженні посідає аспект психологічного захисту та копінг-стратегій при СЕВ. У лікарів швидкої та невідкладної медичної допомоги, у яких виявлено вигорання, переважають неконструктивні стратегії подолання, а саме уникання, конфронтація, емоційне реагування, відволікання, стримування емоцій. Їм притаманне часте використання інфантильних механізмів захисту: витіснення, регресія, проєкція, реактивні утворення.

Робота Н. Калайтан дала змогу глибше зрозуміти механізми формування та прояву СЕВ у лікарів швидкої допомоги та створити ефективну програму психологічної допомоги, що рекомендована авторкою до впровадження в медичних установах.

Не менш цікавим є дисертаційне дослідження соціально-психологічних чинників резистентності до емоційного вигорання у професійній діяльності лікарів, проведене Л. Лотоцькою-Голуб упродовж 2015–2016 рр. на базі Національного медичного університету ім. О. Богомольця (м. Київ) та обласної лікарні м. Кіровограда (нині м. Кропивницький). У дослідженні взяли участь 149 студентів медичного факультету спеціалізації «Лікарська справа» та 122 лікарі різних напрямів, а саме: анестезіологи, хірурги, стоматологи, психотерапевти і психіатри [8].

Ключові результати дослідження Л. Лотоцької-Голуб полягали у тому, що серед чинників розвитку емоційного вигорання визначено, що основну роль відіграють взаємодія особистісних і ситуаційних факторів, а також розбіжності між вимогами професії та ресурсами особистості, незадоволеністю роботою й міжособистісними стосунками у фаховому середовищі. Резистентність до СЕВ розглядається науковицею на трьох рівнях, а саме: особистісно-соціальному (само-ефективність, соціальна підтримка), когнітивно-поведінковому (специфічні стратегії подолання навантаження) та індивідуально-стильовому (особливості реагування й поведінки в умовах стресу). Передумовами формування резистентності, на думку авторки, є індивідуально-психологічні характеристики, такі

як копінг-стратегії та когнітивно-стильові особливості особистості лікаря, при цьому цей процес має починатися ще під час навчання у медичному університеті. Висока ж нерезистентність лікарів до СЕВ пов'язана з екстраверсією, тривожністю, залежністю від групи, проте не обов'язково заважає ефективному реагуванню на кризові ситуації.

Визначальними в українському науковому дискурсі є дослідження СЕВ у медичних працівників хірургічних відділень, проведені Т. Вежновець у 2014 та 2016–2017 рр. Авторка розкриває цю проблематику у двох аспектах: а) із позиції задоволеності лікарів працею, б) із позиції кадрового менеджменту [2; 3].

У дослідженні 2014 р. взяли участь 164 медичні працівники Херсонської міської клінічної лікарні імені Є.Є. Карабелеша (м. Херсон). Науковицею визначено, що частка осіб, у яких діагностовано СЕВ, серед незадоволених працею лікарів є достовірно вищою порівняно з фахівцями, які задоволені своєю трудовою діяльністю. Окрім цього, у незадоволених працею медичних працівників СЕВ зумовлює «погіршення виконання професійних обов'язків» та «зниження якості надання медичної допомоги за рахунок симптомів «редукція професійних обов'язків» та «деперсоналізація»» [2, с. 39]. Натомість в осіб, які задоволені працею, наявність СЕВ призводить до «погіршення якості комунікацій та стану власного здоров'я за рахунок симптомів «розширення сфери економії емоцій» та «психосоматичні та психовегетативні порушення» [2, с. 39].

Основним висновком другого дослідження Т. Вежновець, реалізованого на базі хірургічних відділень ЗОЗ м. Херсона, у якому взяли участь 106 медичних працівників, серед яких 54 лікарів та 52 медичні сестри, стало твердження про те, що СЕВ є одним із найбільш значущих кадрових ризиків надання неякісної медичної допомоги. Саме рівень сформованості та вираженості СЕВ слугує індикатором ефективності кадрового менеджменту в закладі охорони здоров'я [3].

Серед останніх розвідок із проблематики профілактики СЕВ у медичних працівників звертають на себе увагу ґрунтовні теоретико-оглядові дослідження Д. Асонова (2021) та В. Русанова (2025) [1; 13]. Перший зі згаданих авторів, здійснивши огляд наукової літератури за останніх п'ять років (станом на 2021 р.), послуговуючись при цьому такими базами даних, як PubMed, APA PsychNet, Google Scholar, Scopus та Web Of Science, зробив висновок, що СЕВ медичних працівників пов'язаний із трьома групами чинників, а саме: трудовими, соціальними та психологічними. Найбільш значущими серед них Д. Асонов визначив саме трудові. Проте, як зазначив науковець, є низка фахових, соціальних та психологічних чинників, які сприяють зниженню рівня СЕВ, а тому мають захисні властивості. Серед психологічних чинників автор виокремив емоційний інтелект, емпатію, оптимізм та внутрішній локус контролю [1].

В. Русанов у своєму теоретичному аналізі сучасних нейробіологічних теорій свідомості як основ профілактики та лікування емоційного вигорання охопив літературні джерела, опубліковані за останні 20 років. У результаті наукових

пошуків автор підсумував, що використання новітніх нейробіологічних теорій свідомості у клінічній практиці підвищує ефективність психотерапії у випадках емоційного вигорання. Перспективними, на думку науковця, є підходи, що базовані на ідеях нейропластичності та регуляції когнітивних процесів за допомогою глобального робочого простору та інноваційних технологій нейромодуляції [13].

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Отже, теоретичний аналіз динаміки досліджень у проблематиці СЕВ у медичних працівників доводить її актуальність, багатоаспектність та високий рівень концептуальної розробленості. Проте зауважимо, що в Україні дослідження СЕВ медичних працівників першої чверті ХХІ ст. мають регіональний характер із залученням вибірок до 200 осіб. Останні розвідки за цією темою є теоретико-оглядовими та націлені на пошуки ефективних методів та технік психокорекції і лікування емоційного вигорання. Перспективою подальших досліджень у цій царині, на нашу думку, є врахування детермінант СЕВ у лікарів та медичного персоналу, що пов'язані з військовим станом та збройною агресією РФ.

Список використаних джерел і літератури

1. Асонов Д. Емоційне вигорання медичних працівників: моделі, фактори ризику та протективні фактори. *Психосоматична медицина та загальна практика*, 2021. Т.6. № 2. С. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.26766/pmpg.v6i2.295>
2. Вежновець Т.А. Дослідження задоволеності працею та синдром вигорання у медичних працівників. *Scientific Journal «ScienceRise: Medical Science»*, 2017. № 2(10). С. 36–40.
3. Вежновець Т.А., Парій В.Д. Синдром емоційного вигорання в медичних працівників хірургічних відділень із позиції кадрового менеджменту. *Україна. Здоров'я нації*. 2016. № 1–2 (37–38). С. 41–47.
4. Громцева О.В. Уявлення про професійне вигорання медичних працівників та дослідження його феноменології. *European Journal of Management Issues*. 2019. Vol. 27(3–4). Р. 63–72. DOI: <https://doi.org/10.15421/191907>
5. Знанецька О.М. Психологічні особливості розвитку синдрому емоційного вигорання у медичних працівників. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2013. Вип. 19. С. 80–87.
6. Калайтан Н.Л. Особливості емоційної сфери лікарів швидкої медичної допомоги з різним рівнем синдрому вигорання. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2010. Вип. 7. С. 173–181.
7. Калайтан Н.Л. Психологічні чинники розвитку синдрому емоційного вигорання та його динаміка у лікарів швидкої та невідкладної медичної допомоги : дис. ... канд. мед. наук : 19.00.04. Харків, 2011. 210 с.
8. Лотоцька-Голуб Л.Л. Соціально-психологічні чинники резистентності до емоційного вигорання у професійній діяльності лікарів : дис. ... канд. псих. наук : 19.00.05. Київ, 2016. 258 с.
9. Маляр-Газда Н.М. Емоційне вигорання – актуальна проблема медицини сьогодні. *Науково-практичний журнал для педіатрів та лікарів загальної практики – сімейної медицини*. 2015. № 3 (29). С. 27–31.
10. Мудренко І.Г., Потапов О.О., Сотніков Д.Д., Свириденко Д.Ю., Юрченко В.С. Формування синдрому емоційного вигорання у медичних працівників різних спеціальностей. *Журнал клінічних та експериментальних медичних досліджень JC&EMR*. 2016. № 4 (2). С. 316–323.

11. Пахомов І.В. Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти : навчальний посібник. Біла Церква : БНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 114 с.

12. Романенко С.В., Марчук І.А., Жарлінська Р.Г., Лепетан І.М. Психологічна підтримка медичного персоналу: управлінські рішення для зменшення рівня емоційного вигорання. *Інвестиції: практика та досвід*. 2025. № 6. С. 87–94. DOI: <https://doi.org/10.32702/2306-6814.2025.6.87>

13. Русанов В. Сучасні нейробіологічні теорії свідомості як основа профілактики та лікування емоційного вигорання: інновації, досвід та перспективи. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2025. Т. 10. № 1. С. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.26766/pmgrp.v10i1.581>

14. Сервіс пошуку за довідником МКХ-10. *EMIS*. URL: <https://e-mis.com.ua/mkx-10> (дата звернення: 25.05.2025).

15. Sultana A., Sharma R., Hossain M. et al. Burnout among healthcare providers during COVID-19: Challenges and evidence-based interventions. *Indian J Med Ethics*. 2020. Vol. 5, № 4. P. 308–311. URL: <https://doi.org/10.20529/ijme.2020.73>

References

1. Assonov, D. (2021). Emotsiine vyhorannia medychnykh pratsivnykiv: modeli, faktory ryzyku ta protektyvni faktory [Emotional burnout of medical workers: models, risk factors and protective factors]. *Psykhosomatychna medytsyna ta zahalna praktyka*, 6 (2), 1–14. <https://doi.org/10.26766/pmgrp.v6i2.295> [in Ukrainian].

2. Vezhnovets, T.A. (2017). Doslidzhennia zadovolenosti pratseiu ta syndrom vyhorannia u medychnykh pratsivnykiv [Research on job satisfaction and burnout syndrome among healthcare workers]. *ScienceRise: Medical Science*, 2(10), 36–40 [in Ukrainian].

3. Vezhnovets, T.A., & Parii, V.D. (2016). Syndrom emotsiinoho vyhorannia v medychnykh pratsivnykiv khirurhichnykh viddilen iz pozytsii kadrovoho menedzhmentu [Burnout syndrome among surgical department staff from the perspective of personnel management]. *Ukraina. Zdorovia natsii*, 1–2 (37–38), 41–47 [in Ukrainian].

4. Hromtseva, O.V. (2019). Uiavlennia pro profesiine vyhorannia medychnykh pratsivnykiv ta doslidzhennia yoho fenomenolohii [Conceptualization of professional burnout among healthcare workers and the study of its phenomenology]. *European Journal of Management Issues*, 27 (3–4), 63–72. <https://doi.org/10.15421/191907> [in Ukrainian].

5. Znanetska, O.M. (2013). Psykholohichni osoblyvosti rozvytku syndromu emotsiinoho vyhorannia u medychnykh pratsivnykiv [Psychological features of burnout development among healthcare workers]. *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu. Serii: Pedagogika i psykholohiia*, 19, 80–87 [in Ukrainian].

6. Kalaitan, N.L. (2010). Osoblyvosti emotsiinoi sfery likariv shvydkoi medychnoi dopomohy z riznym rivnem syndromu vyhorannia [Emotional sphere of emergency doctors with different levels of burnout]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 7, 173–181 [in Ukrainian].

7. Kalaitan, N.L. (2011). Psykholohichni chynnyky rozvytku syndromu emotsiinoho vyhorannia ta yoho dynamika u likariv shvydkoi ta nevidkladnoi medychnoi dopomohy [Psychological factors of burnout development and its dynamics among emergency doctors]. *Candidate's thesis*. Kharkiv: Natsionalnyi aerokosmichnyi universytet im. M.E. Zhukovskoho “Kharkivskiy aviatsiinyi instytut” [in Ukrainian].

8. Lototska-Holub, L.L. (2016). Sotsialno-psykholohichni chynnyky rezystentnosti do emotsiinoho vyhorannia u profesiinii diialnosti likariv [Social-psychological factors of burnout resistance in doctors' professional activity] *Candidate's thesis*. Kyiv: NAPN Ukrainy, Instytut psykholohii im. H.S. Kostiuka [in Ukrainian].

9. Maliar-Hazda, N.M. (2015). Emotsiine vyhorannia – aktualna problema medytsyny sohodni [Emotional burnout – a current medical issue]. *Naukovo-praktychnyi zhurnal dlia pediatrii ta likariv zahalnoi praktyky – simieinoi medytsyny*, 3 (29), 27–31 [in Ukrainian].
10. Mudrenko, I.H., Potapov, O.O., Sotnikov, D.D., Svyrydenko, D.Yu., & Yurchenko, V.S. (2016). Formuvannia syndromu emotsiinoho vyhorannia u medychnykh pratsivnykiv riznykh spetsialnostei [Formation of burnout syndrome among healthcare professionals of various specialties]. *Zhurnal klinichnykh ta eksperymentalnykh medychnykh doslidzen' JC&EMR*, 4 (2), 316–323 [in Ukrainian].
11. Pakhomov, I.V. (2024). *Profikladyka profesiinoho ta emotsiinoho vyhorannia pedahohichnykh pratsivnykiv zakladiv profesiinoi (profesiino-tekhnichnoi) osvity: navchalnyi posibnyk [Prevention of professional and emotional burnout of vocational education teachers: A textbook]*. Bila Tserkva: BINPO DZVO “UMO” NAPN Ukrainy [in Ukrainian].
12. Romanenko, S.V., Marchuk, I.A., Zharlinska, R.H., & Lepetan, I.M. (2025). Psykholohichna pidtrymka medychnoho personalu: upravlinski rishennia dlia zmenshennia rivnia emotsiinoho vyhorannia [Psychological support for healthcare staff: Management solutions for reducing burnout]. *Investytsii: praktyka ta dosvid*, 6, 87–94. <https://doi.org/10.32702/2306-6814.2025.6.87> [in Ukrainian].
13. Rusanov, V. (2025). Suchasni neirobiolohichni teorii svidomosti yak osnova profikladyky ta likuvannia emotsiinoho vyhorannia: innovatsii, dosvid ta perspektyvy [Modern neurobiological theories of consciousness as the basis for prevention and treatment of burnout: innovations, experience, and prospects]. *Psykhosomatychna medytsyna ta zahalna praktyka*, 10 (1), 1–20. <https://doi.org/10.26766/pmgp.v10i1.581> [in Ukrainian].
14. Servis poshuku za dovidnykom MKKh-10. EMIS (web-site). Retrieved from <https://e-mis.com.ua/mkx-10> (accessed 25.05.2025) [in Ukrainian].
15. Sultana, A., Sharma, R., & Hossain, M., et al. (2020). Burnout among healthcare providers during COVID-19: Challenges and evidence-based interventions. *Indian Journal of Medical Ethics*, 5 (4), 308–311. <https://doi.org/10.20529/ijme.2020.73> [in English].

Mazai L. Yu.

PhD in Psychology,

Senior Lecturer at the Department of Crisis and Clinical Psychology

Vasyl' Stus Donetsk National University

THE DYNAMICS OF RESEARCH ON THE EMOTIONAL BURNOUT PROBLEM AMONG MEDICAL WORKERS IN THE FIRST QUARTER OF THE 21ST CENTURY

The proposed study presents an analysis of the dynamics of scientific research on the issue of emotional burnout among healthcare professionals. The article outlines the history of studying burnout syndrome from the 1970s to the beginning of the 21st century. It offers a review of key academic works by Ukrainian researchers from 2007 to 2025. Based on this review, the author concludes that studies on emotional burnout in healthcare workers during the first quarter of the 21st century have primarily taken a regional approach, often involving sample sizes of up to 200 participants. Recent scholarly publications on this topic are mainly theoretical and review-based, focusing on psychological correction and therapeutic approaches to emotional burnout. Drawing on the collected materials, the article identifies promising directions for future research, which, according to the author, should prioritise the exploration of factors contributing to emotional burnout in healthcare professionals working under wartime conditions.

Key words: emotional burnout, healthcare workers, scientific research, 21st century, historical aspect.

УДК 364-7

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.19>

Малярчук Н. Г.

кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри соціології та соціальної роботи
Державний вищий навчальний заклад
«Приазовський державний технічний університет»
e-mail: maliarchuk_n_g@pstu.edu
ORCID ID: 0000-0002-5150-452X

Кудря С. П.

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
кафедри соціології та соціальної роботи
Державний вищий навчальний заклад
«Приазовський державний технічний університет»
e-mail: kudria_s_p@students.pstu.edu
ORCID ID: 0009-0008-1267-2708

ДОСВІД ЄВРОПЕЙСЬКИХ КРАЇН ЩОДО СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ТА ІНТЕГРАЦІЇ ГРОМАДЯН УКРАЇНИ, ЯКІ ОТРИМАЛИ ТИМЧАСОВИЙ ЗАХИСТ

У статті розглянуто досвід європейських держав, зокрема Польщі, Німеччини та Литви, у сфері соціальної адаптації та інтеграції громадян України, які були змушені залишити країну через війну та отримали тимчасовий захист. Теоретичною основою аналізу виступають соціокультурний та ресурсний підходи до розуміння адаптації мігрантів, згідно з якими цей процес охоплює не лише емоційне пристосування, а й відновлення втрачених ресурсів та включення до нової системи соціальних взаємодій. Особливу увагу приділено інституційним, мовним, освітнім, трудовим та психосоціальним аспектам соціальної адаптації, а також механізмам інтеграції у приймаючі громади зарубіжних країн.

У межах порівняльного аналізу висвітлено основні напрями державної політики окремих країн ЄС у сфері підтримки вимушених мігрантів з України, серед яких – забезпечення доступу до освіти, охорони здоров'я, мовного навчання, соціальних послуг і ринку праці. Акцент зроблено на практиках підтримки уразливих груп – жінок із дітьми, дітей шкільного віку та молоді, а також на викликах у сфері мовної адаптації та визнання професійної кваліфікації. Зазначено, що Польща забезпечила широку мережу освітніх та соціальних ініціатив. У Німеччині акцент зроблено на мовній інтеграції та поступовому включенні в економічне життя. У Литві попри менший масштаб міграції реалізуються комплексні моделі підтримки у сферах освіти, ринку праці та психічного здоров'я.

У підсумку підкреслено, що ефективна соціальна адаптація українських вимушених мігрантів, які отримали тимчасовий захист, можлива за умови міжсекторальної взаємодії держави, місцевих громад, громадських організацій та самих мігрантів.

Ключові слова: соціальна адаптація, тимчасовий захист, вимушена міграція, інтеграція, громада.

Постановка проблеми. У лютому 2022 р. почалося повномасштабне вторгнення росії на територію України, що спричинило суттєві зміни у суспільному житті. Військове протистояння призвело до різкого збільшення серед українців вимушених мігрантів, як внутрішньо переміщених осіб, які перемістилися у більш безпечні регіони країни, так і тих, що були змушені виїхати за кордон. За деякими оцінками, близько 3,6 млн українських біженців сьогодні залишаються за кордоном, а з урахуванням осіб, що перебувають на території росії та білорусі, їх кількість зростає до 4,9 млн [7].

Початок російсько-української війни та масовий наплив біженців з України актуалізували необхідність дослідження потреб вимушених мігрантів та викликів щодо їхньої соціальної адаптації у приймаючих країнах. Вимушені мігранти зіштовхнулися з широким колом труднощів, що охоплюють не лише соціальну та правову сфери (визначення правового статусу, працевлаштування, переоформлення пенсій тощо), а й численні соціально-побутові виклики, зокрема пошук житла та облаштування в новому середовищі. Після завершення самого процесу переселення, який має власні структуру та етапність, розпочинається адаптація до нових соціокультурних реалій. За відсутності належної адаптації або за її низького рівня вимушений мігрант часто стикається з фрустрацією базових потреб, зокрема у відчутті стабільності й безпеки, що істотно ускладнює його повноцінну інтеграцію та самореалізацію у приймаючій країні. Це, своєю чергою, зумовлює актуальність аналізу специфіки соціальної адаптації в окремих зарубіжних країнах, які на початку війни прийняли значну кількість українських громадян.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема соціальної адаптації переміщених осіб активно досліджується як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями з позицій різних соціальних наук. Із 2022 р. дуже часто питання адаптації розглядається в контексті українських внутрішньо переміщених осіб та осіб, які отримали тимчасовий захист у зарубіжних країнах.

Серед українських науковців питання соціальної адаптації та інтеграції українських біженців у зарубіжних країнах досліджувалося М. Єніним (на прикладі Польщі) [1], А. Єфімовою (з акцентом на соціально-психологічній адаптації українських біженців у США) [2], А. Ткачук, С. Кострикіною, Т. Янелюнас (на прикладі Литви) [6]. Окремі аспекти соціальної інтеграції розглядалися С. Сіткар [3] та Г. Типусяк [5] (соціальна адаптація та інтеграція дітей у систему німецької освіти).

Серед іноземних науковців варто відзначити дослідження Д. Картал, Н. Алкемаде та Л. Кіропулос, які аналізують вплив посередницького ефекту оволодіння мовою приймаючої країни щодо посттравматичного стресового розладу, депресивних і тривожних симптомів [12], та І. Кохан, котра досліджує особливості адаптації українських дітей у Польщі [13].

Варто також відзначити наявність багатьох аналітичних досліджень у яких вивчаються динаміка чисельності українських біженців [4], проблеми, з якими

стикаються українці за кордоном, та їхні подальші наміри [7; 14], а також загальні стратегії інтеграції українців у зарубіжних країнах [11; 9] і окремі аспекти соціальної адаптації [8; 10].

Мета статті полягає в узагальненні досвіду європейських країн щодо соціальної адаптації громадян України, які отримали тимчасовий захист.

Результати дослідження. Поняття адаптації мігрантів можна розглядати у межах різних підходів та їх поєднання. А. Єфремова трактує термін «адаптація» як процес зміни психологічних характеристик особистості, що виражається в трансформації її ціннісних орієнтацій, соціальних установок, моделей рольової поведінки та інших внутрішніх структур. Цей процес включає гнучке реагування на зміни середовища і формування нових форм взаємодії із соціальною реальністю. Авторка також виокремлює термін «соціально-психологічна адаптація», яка, своєю чергою, означає пристосування особистості до норм, цінностей та оцінювальних критеріїв, що функціонують у суспільстві. Вона здійснюється через засвоєння індивідом соціальних норм і включення до системи міжособистісних відносин, які регулюють його поведінку у соціальному просторі. Такий процес дає змогу людині ефективно функціонувати в межах соціального середовища, досягати взаєморозуміння з іншими членами суспільства та реалізовувати свої життєві цілі відповідно до соціально прийнятних форм [2, с. 42–43].

У соціокультурному вимірі адаптація трактується М. Єніним як подолання психологічного стресу від зміни звичного культурного середовища, пристосування до нових умов життя та іншої культури. Згідно з ресурсним підходом, автор трактує адаптацію як пристосування до втрати попередніх соціальних і матеріальних ресурсів та отримання доступу до нових (житла, роботи, освіти, медицини, соціальних зв'язків тощо) [1, с. 133].

У випадку українських вимушених мігрантів за кордоном адаптація охоплює не лише емоційне пристосування, а й відновлення життєвих можливостей у новому соціальному просторі. При цьому важливим є наступний процес – інтеграції, яка в цьому контексті розуміється як зближення ідентичностей мігрантів і місцевого населення, налагодження комунікації та формування гармонійних форм культурної взаємодії. Інтеграція передбачає спільне, безконфліктне користування ресурсами, які використовуються під час адаптації, разом із місцевими громадами. Інтеграція є більш тривалим і складним процесом включення до суспільства приймаючої країни, що передбачає реалізацію особистісного потенціалу через працю, освіту та громадську участь. Успішність обох процесів залежить від взаємодії мігрантів і приймаючого суспільства, доступу до ключових послуг, підтримки з боку місцевих організацій, а також створення політик, спрямованих на запобігання дискримінації та формування позитивного ставлення до новоприбулих.

Аналізуючи соціальну адаптацію українців за кордоном доцільно зосередити особливу увагу на таких країнах, як Польща, Німеччина та Литва. Ці держави не

лише надали значну кількість місць для тимчасового захисту, а й активно впроваджують різні програми адаптації та інтеграції. Їхній досвід є цінним прикладом різних моделей адаптації – від більш гнучких локальних ініціатив до системних державних рішень – і дає змогу оцінити ефективність конкретних підходів, виявити бар'єри та перспективи для довгострокової інтеграції українських переселенців у європейське суспільство.

Значна частка українців, зареєстрованих як ті, що перебувають під тимчасовим захистом, знаходиться у Польщі. У 2025 р. у цій країні на постійній основі перебували 1,55 млн українців. Із них 993 тис отримали тимчасовий захист та мають PESEL UKR – документ, який офіційно підтверджує право на перебування на території Республіки Польща. Із них кожен другий – неповнолітній, 61% – жіночої статі, а серед повнолітніх 77% становлять жінки, які виїхали з України з неповнолітніми дітьми [4].

У процесі соціальної підтримки українських біженців у Польщі особливий акцент робиться на роботі з дітьми, які становлять не лише найбільшу за чисельністю, а й найбільш уразливу групу серед переміщених осіб. Діти, які пережили травматичні події, втрату домівки та звичного оточення, потребують не лише фізичної безпеки, а й психологічної підтримки, стабільного освітнього середовища та умов для всебічного розвитку. Саме тому польські установи та громадські організації зосереджують зусилля на забезпеченні доступу дітей до освіти, інтеграційних програм, мовної адаптації та спеціалізованих послуг, що сприяють їх комфортному входженню в нове соціальне середовище.

Дослідження показують, що знання мови країни перебування має вирішальне значення для адаптації [12]. Незнання польської мови стає серйозною перешкодою у навчанні та спілкуванні ровесників, а також в інтеграції у польське суспільство. Це стосується не тільки дітей, а й дорослих українців. Про це свідчать результати аналітичного дослідження проблем соціально-професійної адаптації українців у Польщі: «Найважливішим фактором поганої адаптації є низький рівень знання польської мови» [8]. Саме тому, як справедливо зазначає І. Кохан, освітні програми є ключовим інструментом у відновленні відчуття безпеки та забезпечення доступу дітей і молоді до ресурсів приймаючого суспільства [13, с. 160].

Саме тому у школах, ліцєях, технікумах та професійних училищах Польщі активно забезпечується доступ до освіти для дітей українських вимушених мігрантів. Освітні установи країни співпрацюють з ЮНІСЕФ із метою ефективного зарахування українських учнів до польських шкіл. Завдяки підтримці фундації «Незламна Україна» на території Польщі відкриваються українські навчальні заклади, які надають можливість дітям продовжувати освіту дистанційно відповідно до української навчальної програми [1, с. 134].

У Польщі створюються відповідні програми підтримки у подоланні труднощів у налагодженні стосунків з однолітками в новому оточенні, включаючи мовні, терапевтичні та соціальні заходи, що сприяють адаптації українських дітей

у цій країні. Діє законодавчий обов'язок щодо шкільного навчання до досягнення 18-річного віку. Згідно зі ст. 165 Закону про освіту, особи, які не є громадянами Польщі та підпадають під цей обов'язок, але не володіють польською мовою або володіють нею недостатньо, мають право на додаткове безкоштовне вивчення польської мови. Усі діти віком від 7 до 18 років, які прибули з-за кордону, можуть навчатися у державних школах на рівних умовах із польськими дітьми.

У перші роки після початку повномасштабної війни в Україні українські діти, які легально в'їхали на територію Польщі після 24 лютого 2022 р. та продовжили дистанційне навчання в українських школах, не були зобов'язані проходити обов'язкову дошкільну підготовку, виконувати обов'язок шкільного навчання або загалом навчатися відповідно до польського освітнього законодавства [15]. Оскільки польські школи не мали ні повноважень, ні можливостей перевіряти участь таких учнів у дистанційних заняттях в українських навчальних закладах, склалася така ситуація, що певна частина українських дітей узагалі залишилася поза системою освіти, як української, так і польської. Тому з 1 вересня 2024 р. в Польщі було запроваджено шкільний обов'язок для українських дітей, тобто стаціонарне відвідування польських шкіл стало для них обов'язковим. Щоб стимулювати батьків до забезпечення виконання їхньою дитиною шкільного обов'язку, виплати на дитину у розмірі 800 злотих на місяць було поставлено в залежність від цього. Зазначене рішення почало діяти з 1 червня 2025 р. [16]. Щоб полегшити українським дітям інтеграцію у польську освітню систему, з 1 червня 2024 р. у польських школах з'явилася посада міжкультурного асистента, яким може бути особа, що знає українську та польську мови на рівні достатньому, щоб надати допомогу у спілкуванні як учням, так і шкільним учителям, адміністрації та батькам. Міжкультурний асистент також зобов'язаний визначати бар'єри на шляху адаптації та інтеграції учня й застосовувати відповідні профілактичні та коригувальні заходи [15].

Важливою проблемою для українських жінок у Польщі є проблема організації догляду за дітьми вдома та поєднання його з можливою оплачуваною роботою. При цьому вони демонструють меншу ефективність у налагодженні стосунків з інституціями і водночас виявляють вищий рівень тривоги щодо власного майбутнього та своїх близьких, а також щодо економічної безпеки власної родини [8]. У березні 2022 р. польський парламент ухвалив спеціальний закон, який надає українцям право легального перебування на території країни протягом 18 місяців із доступом до систем охорони здоров'я, освіти, соціального захисту та ринку праці. Додатково були запроваджені державні програми, які передбачають фінансування до 85% вартості професійного навчання та сприяння комунікації між шукачами роботи й роботодавцями. Сьогодні важливу роль у підтримці українських вимушених мігрантів у Польщі відіграють як чисельна українська діаспора, так і польська державна влада. Зокрема, фундація Givtisz сприяє адаптації громадян України шляхом організації безкоштовних курсів із вивчення польської мови, а також надання психологічної та юридичної допомоги [1, с. 134].

Окрім того, значна увага приділяється потребам у медичному обслуговуванні, зокрема ЮНІСЕФ забезпечує додаткові безкоштовні вакцини для українських дітей, закликаючи батьків активніше долучатися до процесу вакцинації.

Для більш успішної адаптації та інтеграції мігрантів у польське суспільство у різних регіонах країни створюються центри інтеграції іноземців, у яких останні можуть отримати цілий комплекс необхідних послуг. У центрах передбачено організацію курсів польської мови, професійних курсів, адаптаційних курсів із вивчення особливостей життя в Польщі, надання юридичної, психологічної та інформаційної підтримки, допомоги присяжного перекладача, а також проведення інтеграційних заходів [17].

Ще однією країною, яка прийняла на початку війни понад мільйон українських біженців, стала Німеччина. Більше третини з них становлять діти та молодь. Як і в Польщі, у Німеччині головним засобом соціалізації українських дітей стала освіта. Освіта в Німеччині є обов'язковою і поширюється на всіх дітей.

Сьогодні в німецьких школах сформувалося три основні підходи до організації освітнього процесу для вимушених переселенців і біженців. Перший передбачає початкову підготовку у спеціалізованих інтеграційних або так званих «привітальних» класах, а також у класах «німецької як другої мови» (цей підхід застосовується, зокрема, у Мекленбург-Передній Померанії, Саксонії, Баден-Вюртемберзі та Шлезвіг-Гольштейні). Другий підхід полягає у повному зануренні в мовне середовище через зарахування дітей до звичайних класів із можливістю відвідування інтенсивних курсів німецької мови в позаурочний час (використовується в Бранденбурзі, Нижній Саксонії, Рейнланд-Пфальці та Саарланді). Третій – комбінований – підхід об'єднує інтенсивне вивчення мови в окремих групах із паралельним відвідуванням певних уроків у загальноосвітніх класах (практикується в Гессені, Північному Рейні-Вестфалії та Тюрингії) [5].

Ідея створення інтеграційних класів ґрунтувалася на припущенні, що навчання в окремих групах сприятиме легшій адаптації дітей до німецької освітньої системи та з часом дасть змогу безперешкодно перевести їх до звичайних класів. Передбачалося, що цей процес триватиме протягом року. Однак практика виявила низку труднощів: українські учні мали мінімальні контакти з німецькими однолітками, переважно лише під час перерв, а участь у спільних позашкільних заходах, таких як екскурсії, взагалі не передбачалася.

Окрім того, сам формат інтеграційного класу виявився неоднорідним: у ньому навчалися діти різного віку, з різним освітнім досвідом, рівнем підготовки та особистими інтересами. Додатковим ускладненням стала мовна різноманітність: частина дітей спілкувалась українською, інші – російською, що ускладнювало комунікацію та створювало бар'єри для єдиної навчальної динаміки [3].

Привабливою можливістю для українських підлітків після інтеграційних класів стало продовження навчання у технічних ліцеях FOS/BOS. Спеціально для них було відкрито додаткові підготовчі класи, щоб діти могли вдосконалити зна-

ння німецької мови та підготуватися до повноцінного навчання. Випускники таких закладів отримують диплом, еквівалентний гімназійному, що дає право на вступ до університету.

Для молоді віком від 18 років існує й інший варіант – система Ausbildung, яка передбачає поєднання практики з навчанням. Три-чотири дні на тиждень учень працює у сфері вибраного ремесла (наприклад, електрика, автомеханіки чи офісного управління), а один-два дні відвідує теоретичні заняття у школі. Такий підхід дає змогу здобути освіту, практичні навички та фах одночасно.

Складність мовної адаптації зумовлювала низьку зайнятість українців у німецькій економіці. За окремими даними, попри високий рівень кваліфікації рівень зайнятості серед осіб, які прибули з України з початку 2022 р., був значно нижчим порівняно із загальним населенням. У основному працездатному віці від 25 до 59 років лише 19% українських мігрантів були працевлаштовані. Серед жінок, які прибули з України, рівень зайнятості був ще нижчим – лише 14%, тоді як серед чоловіків цей показник становив 30%. Однак водночас, згідно з результатами досліджень, рівень працевлаштування серед українських мігрантів суттєво зростає після 12 місяців перебування в Німеччині, що свідчить про активну соціальну адаптацію українців, які мають тимчасовий захист [10]. Цьому сприяло те, що одним із ключових інструментів державної політики соціальної підтримки вимушених мігрантів у Німеччині стали безкоштовні курси з вивчення німецької мови, які функціонують у багатьох федеральних землях. Ці курси виконують низку важливих соціальних завдань: сприяють інтеграції біженців у нове суспільне середовище, розвивають мовні компетенції для ефективної участі у трудових та соціальних процесах, а також допомагають знизити рівень психологічного стресу, залучаючи людей до освітньої діяльності.

У Німеччині значна частина українських біженців вимушена працювати не за своєю спеціальністю навіть попри наявність вищої освіти або професійної кваліфікації, здобутої в Україні. Через мовний бар'єр, відмінності у визнанні дипломів, а також складнощі з підтвердженням професійного досвіду багато з них працевлаштовуються на позиціях, що не потребують високої кваліфікації. Це здебільшого тимчасова або фізична робота у сфері обслуговування, логістики, догляду чи прибирання. Така ситуація характерна як для жінок, так і для чоловіків, але особливо поширена серед жінок із дітьми, які через необхідність поєднувати роботу з доглядом за дитиною вибирають менш оплачувану роботу, але з гнучким графіком зайнятості.

Соціальна підтримка батьків із дітьми дошкільного віку в різних землях Німеччини має свої особливості. Зокрема, сім'ї, зареєстровані в Гамбурзі, мають можливість скористатися послугами закладів денного догляду за дітьми на умовах, що відповідають правилам для постійних мешканців Гамбургу. Це означає, що батьки зазвичай мають право на п'ятигодинний щоденний догляд (включно з обідом) для дитини віком від одного року. Витрати на такий догляд покриваються

міською владою в межах стандартної системи ваучерів на денне піклування. Якщо ж потрібно збільшити кількість годин догляду або отримати додаткові послуги, це питання розглядається індивідуально у кожному конкретному випадку.

Водночас у Німеччині діють програми професійної орієнтації, безкоштовні мовні курси та ініціативи з інтеграції у німецький ринок праці, які покликані покращити шанси українців на здобуття кваліфікованої роботи відповідно до їхніх освіти та досвіду. Проте процес адаптації до німецьких професійних стандартів потребує часу та ресурсів, а повна інтеграція у ринок праці можлива лише після досягнення відповідного рівня мовної компетенції, проходження професійної підготовки або перекваліфікації. Таким чином, хоча українці активно залучаються до трудового життя в Німеччині, їхня професійна реалізація нині часто обмежена, що створює потребу в посиленні цільової підтримки та розширенні доступу до освітньо-професійних можливостей.

Литва не стала країною, куди масово переміщалися українці під час війни. За даними Міграційної служби Литви, близько 100 тис українців переїхали до цієї країни в пошуку захисту та притулку. Серед них найчисельнішу групу становили жінки та діти [6]. Водночас основним мотивом перебування саме у Литві для українців стала довготривала підтримка держави.

Як і в інших країнах, основною перепорою у соціальній інтеграції у Литві українські біженці називали саме проблему мови. Доступність курсів литовської мови була названа важливою умовою подолання цієї проблеми (за даними окремих досліджень, близько 90% українців у Литві мали бажання вчити іноземну мову, оскільки розуміли, що без знання мови буде складно підтримувати соціальне життя, отримувати послуги в державних установах, магазинах, банківських закладах, шукати роботу та працювати, продовжити освіту тощо) [6].

На відміну від інших країн у Литві спостерігався певний парадокс: існує широкий спектр можливостей для безкоштовного вивчення литовської мови на початковому рівні. Проте на етапі опанування мови на вищому рівні вибір освітніх програм суттєво звужується, а наявні варіанти часто характеризуються високою вартістю, що обмежує їх доступність для значної частини мігрантів.

Разом із тим українці заповнили ринок існуючих вакансій у Литві, чим суттєво знизили існуючий дефіцит робочої сили. Саме тому литовські роботодавці намагаються зробити все можливе, щоб інтегрувати українських працівників серед своїх литовських колег, вирішити мовні проблеми та ставитися до всіх працівників справедливо та без дискримінації.

Основним викликом для Литви стала велика кількість українських дітей, що суттєво перевантажило систему освіти країни. За даними Міністерства освіти Литви, 88% учителів у країні не мали досвіду роботи з мігрантами. При цьому діти відчували прогалини в навчанні через війну і повинні були відвідувати позакласні заходи. Окрім того, існувала значна потреба у допомозі вчителів у соціалізації українських дітей-біженців: зустрічі після уроків, спільне дозвілля, завдяки

яким діти відчують себе частиною класу та знаходять спільну мову з однокласниками [11]. Частково питання було вирішено в рамках литовської ініціативи, коли через місяць після початку війни запрацювала онлайн-школа для українців. Пізніше, під час літніх канікул, було більше часу на підготовку додаткових аудиторій і підвищення кількості вчителів, які могли би викладати українською мовою. Ще одним варіантом виходу із ситуації стала активна адаптація шкіл для російськомовних дітей під потреби українських біженців. Далі у Литві було відкрито дві філії Міжнародної української школи.

Однією з подальших державних стратегій Литви стало зосередження основної уваги на довгостроковій інтеграції та залученні біженців до національної системи освіти, забезпеченні мовної підготовки, розвитку потенціалу та підтримці психічного здоров'я. Одночасно просувалась ідея повернення дітей і молоді-біженців до очного навчання, що дасть їм змогу отримати стабільну освіту, посилити соціальну взаємодію з місцевими громадами та підтримку в навчальному середовищі. Доступ біженців до засобів для існування та економічних можливостей передбачав додаткову мовну підготовку та супровідні заходи, підбір відповідної роботи згідно з наявними навичками, професійну перепідготовку та підвищення кваліфікації, визнання здобутих навичок і дипломів, надання інформації та консультацій, а також співпрацю з приватним сектором. Надання інтеграційної підтримки вважалося ключовим для сприяння включенню біженців у суспільство, зокрема шляхом організації соціальних, культурних, мистецьких та дозвіллевих заходів і обмінів.

Подальша стратегія також передбачала покращення соціальної згуртованості між біженцями та членами місцевих громад через упровадження інноваційних підходів і зміцнення партнерств. Молодь із числа біженців і приймаючих громад отримувала підтримку для розвитку навичок і компетентностей через заняття спортом та інші рекреаційні заходи. Залучення потенціалу біженців та організацій, очолюваних ними, сприяла діалогу та обміну інформацією між біженцями, державними органами та широкими верствами населення, що забезпечувало більш ефективне й цільове надання послуг відповідно до конкретних потреб біженців. Розвиток міжкультурної компетентності педагогічного персоналу сприяв інтеграції дітей до національної системи освіти [9].

Окремі заходи передбачали створення зв'язків між місцевим населенням і українськими вимушеними мігрантами шляхом запровадження програм наставництва, «дружніх пар» та спеціальних платформ, що забезпечують залучення останніх до формування політики й розроблення середньо- та довгострокових стратегій економічної самозарадності через стабільне джерело доходу. Ці ініціативи включали кар'єрні консультації, програми наставництва, тренінги з орієнтацією на ринок праці (включаючи курси англійської та литовської мов), стажування, а також надання бізнес-консультацій і грантів на розвиток малого підприємництва серед вимушених мігрантів.

У реалізацію проєктів активно залучалися культурні та мистецькі спільноти для організації заходів, що сприяють безпосередній взаємодії між українцями та приймаючою громадою. Такі події стали основою для посилення інформаційних кампаній, спрямованих на підвищення обізнаності, розвиток толерантності, підтримку інтеграції та розширення прав і можливостей українських вимушених мігрантів. Також передбачалася співпраця з органами місцевого самоврядування для посилення участі українців у процесах місцевого планування та розробки політики.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Досвід європейських країн щодо соціальної адаптації та інтеграції громадян України, які отримали тимчасовий захист, свідчить про розмаїття моделей підтримки та комплексний підхід до інтеграції. При цьому соціальна адаптація громадян України не є однорідним процесом і може відбуватися по-різному в кожному індивідуальному випадку залежно від соціальних і культурних умов приймаючої країни, а також особистих стратегій пристосування. Польща, Німеччина та Литва стали важливими напрямками української міграції, упровадивши як державні, так і громадські програми, що охоплюють мовну підготовку, доступ до освіти, медичної допомоги, ринку праці та соціальних послуг. Ключовими викликами у процесі соціальної адаптації став мовний бар'єр і культурні відмінності, які ускладнюють соціальну інтеграцію та формування ідентичності в новому середовищі. Освіта є потужним інструментом підтримки адаптації та інтеграції дітей, оскільки вона не лише забезпечує знання, а й створює умови для соціалізації, формування міжособистісних зв'язків і взаєморозуміння. Окремі стратегії, зокрема в Литві та Німеччині, передбачають довгострокову інтеграцію через міжкультурну освіту, наставництво, економічну активізацію та розвиток соціальної згуртованості між вимушеними мігрантами й місцевими громадами. Не меншу роль у процесі соціальної адаптації відіграють родини, громади та неурядові організації, які надають емоційну, соціальну та практичну допомогу дітям, полегшуючи їхню адаптацію до нових умов життя.

Перспективними напрямками подальших наукових досліджень є вивчення ефективності окремих інтеграційних інструментів у порівняльному контексті, а також розроблення моделей довготривалої соціально-професійної інтеграції для осіб із різним рівнем уразливості.

Список використаних джерел і літератури

1. Єнін М.Н. Соціальна адаптація та інтеграція біженців з України за кордоном (приклад Польщі). *Трансформація українського суспільства в цифрову еру* : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Одеса, 23 березня 2023 р. Одеса : Одес. юрид. акад., 2023. С. 132–136.
2. Єфімова А.Г. Особливості соціально-психологічної адаптації українців до умов міграції у США. *Вісник післядипломної освіти*. 2023. Вип. 23 (52). С. 41–56.

3. Сіткарь С.В. Особливості інтеграції та соціальної адаптації дітей українських біженців у систему німецької освіти. URL: https://www.researchgate.net/publication/383557827_OSOBLIVOSTI_INTEGRACII_TA_SOCIALNOI_ADAPTACII_DITEJ_UKRAINSKIH_BIZENCIV_U_SISTEMU_NIMECKOI_OSVITI (дата звернення: 15.04.2025).
4. Скільки українців живуть в Польщі у 2025 році? Управління у справах іноземців дало відповідь. URL: <https://gremi-personal.com.ua/skilki-ukrainciv-zhivut-v-polshhi-u-2025roci-upravlinnja-u-spravah-inozemciv-dalo-vidpovid> (дата звернення: 15.04.2025).
5. Типусяк Г. Шкільна освіта у Німеччині: можливості та виклики для українців. URL: <https://www.sestry.eu/statti/shkilna-osvita-u-nimechchini-mozhливosti-ta-vikliki-dlyaukrayinciv> (дата звернення: 15.04.2025).
6. Ткачук А., Кострикіна С., Янелюнас Т. Адаптація та інтеграція українських мігрантів у Литві. URL: https://www.gssc.lt/wp-content/uploads/2023/11/v02_Ukrainian-report_Janeliunas_UA_A4.pdf (дата звернення: 15.04.2025).
7. Українські біженці: майбутнє за кордоном та плани на повернення. Аналітична записка. URL: <https://ces.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/ukra%D1%97nski-bizhenczi.-%E2%80%8Bmajbutn%D1%94-za-kordonom-ta-plani-na-povernennya.-tretya-hvilya-doslidzhennya.pdf> (дата звернення: 15.04.2025).
8. Adaptacja społeczno-zawodowa migrantów z Ukrainy w Polsce – problemy i potrzeby poradnicze. URL: <https://obserwatorium.dwup.pl/wp-content/uploads/2024/01/Broszura-Adaptacjaspoeczno-zawodowa-migrantow-z-ukrainy-w-polsce-problemy-i-potrzeby-poradnicze.pdf> (дата звернення: 15.04.2025).
9. Country chapter Lithuania. URL: <https://www.unhcr.org/neu/wp-content/uploads/sites/15/2024/01/LITHUANIA-English-Ukraine-Situation-2024-RRP-Country-Chapter.pdf> (дата звернення: 15.04.2025).
10. Erwerbstätigkeit ukrainischer Geflüchteter steigt ein Jahr nach Ankunft auf 28 Prozent. URL: <https://iab.de/presseinfo/erwerbstaetigkeit-ukrainischer-gefluechteter-steigt-ein-jahr-nach-ankunft-auf-28-prozent/> (дата звернення: 15.04.2025).
11. IOM Lithuania: Inclusion of Ukrainians in Lithuanian education – challenges become opportunities. URL: <https://lithuania.iom.int/news/iom-lithuania-inclusion-ukrainians-lithuanian-education-challenges-become-opportunities> (дата звернення: 15.04.2025).
12. Kartal D., Alkemade N., Kiropoulos L. Trauma and mental health in resettled refugees: mediating effect of host language acquisition on posttraumatic stress disorder, depressive and anxiety symptoms. *Transcultural Psychiatry*. 2019. № 56 (1). P. 3–23.
13. Kochan I. Adaptacja dzieci ukraińskich w Polsce. *International. Journal of new economics and social sciences (Ijones)*. 2023. Volume 20, No.: 4. P. 157–166.
14. Odpowiedź na interpelację nr 3373 w sprawie asystenta międzykulturowego. Odpowiadający: minister edukacji Barbara Nowacka. URL: <https://www.sejm.gov.pl/sejm10.nsf/InterpelacjaTresc.xsp?key=D73FJT&view=6> (дата звернення: 29.05.25).
15. Portal Oświatowy. Czy szkoła może zweryfikować, czy uczeń z Ukrainy nie pobiera nauki zdalnej. URL: <https://www.portaloswiatowy.pl/analizy-i-interpretacje/czy-szkola-moze-zweryfikowac-czy-uczen-z-ukrainy-nie-pobiera-nauki-zdalnej-21464.html> (дата звернення: 15.04.2025).
16. Skutki wprowadzenia obowiązku szkolnego dla dzieci ukraińskich w Polsce. Nasz Wybór: Portal dla Ukraińców w Polsce. URL: <https://pl.naszwybir.pl/skutki-wprowadzenia-obowiazku-szkolnego-dla-dzieci-ukrainskich-w-polsce/#:~:text=Od%201%20wrze%C5%9Bnia%202024%20roku,dodatkowo%20b%C4%99d%C4%85%20musieli%20zap%C5%82aci%C4%87%20grzywn%C4%99> (дата звернення: 15.04.2025).

17. Wytyczne funkcjonowania Centrów Integracji Cudzoziemców. Warszawa, marzec 2024 r. URL: <https://www.gov.pl/web/dfe-mswia/fami0201-iz00-00424---tworzenie-centrow-integracji-cudzoziemcow-cic-na-obszarze-polski> (дата звернення: 28.05.2025).

References

1. Yenin, M.N. (2023). Sotsialna adaptatsiia ta intehtatsiia bizhentsiv z Ukrainy za kordonom (prykład Polshchi) [Social adaptation and integration of refugees from Ukraine abroad (the example of Poland)]. *Transformatsiia ukrainskoho suspilstva v tsyfrovu eru : materialy II Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Odesa, 23 bereznia 2023 r.). Odesa : Nats. un-t "Odes. yuryd. akad."*, 132–136 [in Ukrainian].

2. Yefimova, A.H. (2023). Osoblyvosti sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii ukraintsiv do umov mihratsii u SSHA [Peculiarities of socio-psychological adaptation of Ukrainians to the conditions of migration to the USA]. *Visnyk pisliadyplomnoi osvity*, 23, 41–56 [in Ukrainian].

3. Sitkar, S.V. (2025). Osoblyvosti intehtatsii ta sotsialnoi adaptatsii ditei ukrainskykh bizhentsiv u systemu nimetskoï osvity [Peculiarities of integration and social adaptation of children of Ukrainian refugees into the German education system]. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/383557827_OSOBL_IVOSTI_INTEGRACII_TA_SOCIALNOI_ADAPTACII_DITEJ_UKRAINSKIH_BIZENCIV_U_SISTEMU_NIMECKOI_OSVITI [in Ukrainian].

4. Skilky ukraintsiv zhyvut v Polshchi u 2025 rotsi? Upravlinnia u spravakh inozemtsiv dalo vidpovid (2025) [How many Ukrainians will live in Poland in 2025? The Office for Foreigners' Affairs has given the answer (2025)]. Retrieved from: <https://gremi-personal.com.ua/skilki-ukrainciv-zhivut-v-polshchi-u-2025-roci-upravlinnja-u-spravah-inozemciv-dalo-vidpovid> [in Ukrainian].

5. Typusiak, H. (2025). Shkilna osvita u Nimechchyni: mozhlyvosti ta vyklyky dlia ukraintsiv [School education in Germany: opportunities and challenges for Ukrainians]. Retrieved from: <https://www.sestry.eu/statti/shkilna-osvita-u-nimechchini-mozhlyvosti-ta-viklyki-dlyaukrayinciv> [in Ukrainian].

6. Tkachuk, A., Kostrykina, S., Yaneliunas, T. (2023). Adaptatsiia ta intehtatsiia ukrainskykh mihrantiv u Lytvi [Adaptation and Integration of Ukrainian Migrants in Lithuania]. Retrieved from: https://www.gssc.lt/wp-content/uploads/2023/11/v02_Ukrainian-report_Janeliunas_UA_A4.pdf [in Ukrainian].

7. Ukrainski bizhentsi. Maibutnie za kordonom ta plany na povernennia (2024). Analitychna zapyska [Ukrainian Refugees. Future Abroad and Plans for Return (2024). Analytical Note]. Retrieved from: <https://ces.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/ukra%D1%97nski-bizhenczi.-%E2%80%8Bmajbutn%D1%94-za-kordonom-ta-plani-na-povernennya.-tretya-hvilya-doslidzhennya.pdf> [in Ukrainian].

8. Adaptacja społeczno-zawodowa migrantów z Ukrainy w Polsce – problemy i potrzeby poradnicze (2024) [Socio-professional adaptation of migrants from Ukraine in Poland – problems and counseling needs]. Retrieved from: <https://obserwatorium.dwup.pl/wp-content/uploads/2024/01/Broszura-Adaptacjaspoleczno-zawodowa-migrantow-z-ukrainy-w-polsce-problemy-i-potrzeby-poradnicze.pdf> [in Polish].

9. Country chapter Lithuania (2024). Retrieved from: <https://www.unhcr.org/neu/wp-content/uploads/sites/15/2024/01/LITHUANIA-English-Ukraine-Situation-2024-RRP-Country-Chapter.pdf> [in English].

10. Erwerbstätigkeit ukrainischer Geflüchteter steigt ein Jahr nach Ankunft auf 28 Prozent (2025) [Employment of Ukrainian refugees rises to 28 percent one year after arrival]. Retrieved from: <https://iab.de/presseinfo/erwerbstaetigkeit-ukrainischer-gefluechteter-steigt-ein-jahr-nach-ankunft-auf-28-prozent/> [in German].

11.IOM Lithuania: Inclusion of Ukrainians in Lithuanian education – challenges become opportunities (2025). Retrieved from: <https://lithuania.iom.int/news/iom-lithuania-inclusion-ukrainians-lithuanian-education-challenges-become-opportunities> [in English].

12.Kartal, D., Alkemade, N., & Kiropoulos, L. (2019). Trauma and mental health in resettled refugees: mediating effect of host language acquisition on posttraumatic stress disorder, depressive and anxiety symptoms. *Transcultural Psychiatry*, 56 (1), 3–23 [in English].

13.Kochan, I. (2023). Adaptacja dzieci ukraińskich w Polsce [Adaptation of Ukrainian children in Poland]. *International Journal of new economics and social sciences (Ijones)*, 20, 4, 157–166 [in Polish].

14.Odpowiedź na interpelację nr 3373 w sprawie asystenta międzykulturowego. Odpowiadający: minister edukacji Barbara Nowacka [Response to interpellation no. 3373 regarding intercultural assistant. Respondent: Minister of Education Barbara Nowacka]. Retrieved from: <https://www.sejm.gov.pl/sejm10.nsf/InterpelacjaTresc.xsp?key=D73FJT&view=6> (дата звернення 29.05.25) [in Polish].

15.Portal Oświatowy. Czy szkoła może zweryfikować, czy uczeń z Ukrainy nie pobiera nauki zdalnej (2025) [Education Portal. Can a school verify whether a student from Ukraine is not receiving distance learning]. Retrieved from: <https://www.portaloswiatowy.pl/analizy-i-interpretacje/czy-szkola-moze-zweryfikowac-czy-uczen-z-ukrainy-nie-pobiera-nauki-zdalnej-21464.html> [in Polish].

16.Skutki wprowadzenia obowiązku szkolnego dla dzieci ukraińskich w Polsce. Nasz Wybór: Portal dla Ukraińców w Polsce [The effects of introducing compulsory schooling for Ukrainian children in Poland. Our Choice: Portal for Ukrainians in Poland]. Retrieved from: <https://pl.naszwybir.pl/skutki-wprowadzenia-obowiazku-szkolnego-dla-dzieci-ukrainskich-w-polsce/#:~:text=Od%201%20wrze%C5%9Bnia%202024%20roku,dodatkowo%20b%C4%99d%C4%85%20musieli%20zap%C5%82aci%C4%87%20grzywn%C4%99> [in Polish].

17.Wytyczne funkcjonowania Centrów Integracji Cudzoziemców (2024) [Guidelines for the operation of Foreigners' Integration Centers]. Retrieved from: <https://www.gov.pl/web/dfe-mswia/fami0201-iz00-00424---tworzenie-centrow-integracji-cudzoziemcow-cic-na-obszarze-polski> [in Polish].

Maliarchuk N. G.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Sociology and Social Work
State Higher Education Institution “Pryazovskyi State Technical University”

Kudrya S. P.

second (master's) level higher education student
Department of Sociology and Social Work
State Higher Education Institution “Pryazovskyi State Technical University”

EXPERIENCE OF EUROPEAN COUNTRIES IN SOCIAL ADAPTATION AND INTEGRATION OF CITIZENS OF UKRAINE WHO HAVE RECEIVED TEMPORARY PROTECTION

The article examines the experience of European countries, particularly Poland, Germany, and Lithuania, in the field of social adaptation and integration of Ukrainian citizens who were forced

to leave their country due to war and received temporary protection. The theoretical foundation of the analysis is based on sociocultural and resource-based approaches to understanding migrant adaptation, according to which the process involves not only emotional adjustment but also the restoration of lost resources and integration into a new system of social interactions. Special attention is given to institutional, linguistic, educational, employment-related, and psychosocial aspects of social adaptation, as well as to mechanisms of integration into host communities in foreign countries.

Within the framework of comparative analysis, the main directions of national policies in selected EU countries regarding refugee support are highlighted, including access to education, healthcare, language training, social services, and the labor market. Particular emphasis is placed on support practices for vulnerable groups—women with children, school-age children, and youth—as well as on challenges related to language adaptation and recognition of professional qualifications. Poland offering an extensive network of educational and social initiatives. In Germany, the focus is on language integration and gradual inclusion in economic life, with an overview of the main approaches to organizing the educational process for displaced persons. In Lithuania, despite a smaller scale of migration, comprehensive support models are being implemented in the areas of education, employment, and mental health.

In conclusion, the article emphasizes that effective social adaptation of Ukrainian refugees is possible through cross-sectoral cooperation among the state, local communities, civil society organizations, and the migrants themselves.

Key words: social adaptation, temporary protection, education, integration, community.

УДК 159.922.1:159.942.3

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.20>

Меджибовський С. О.

здобувач III курсу спеціальності 053 «Психологія»,

кафедра соціальної психології

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

e-mail: medjibovskiy.svyatoslav@stud.onu.edu.ua

ORCID ID: 0009-0007-8369-1343

Researcher ID: NJR-6072-2025

Гудімова А. Х.

доктор філософії зі спеціальності 053 «Психологія»,

доцент кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

e-mail: alisar.hudimova@onu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0001-9996-0674

Researcher ID: AAJ-9568-2021

ГЕТЕРОГЕННІСТЬ ПІДХОДІВ ДО ВИЗНАЧЕННЯ СЕКСУАЛЬНОЇ НОРМИ ТА ДЕВІАЦІЙ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ ДИСКУРСІ

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння, як люди сприймають і розрізняють парафілічні та нормофільні сексуальні інтереси. Це особливо важливо для розвитку сучасних моделей сексуальності, удосконалення психологічної практики, здійснення якісної судово-медичної експертизи та ефективної системи охорони психічного й фізичного здоров'я. Проблематика виходить далеко за межі дихотомії «нормапатологія», особливо в контексті соціально-психологічних чинників, індивідуального досвіду, впливу культури, процесів соціалізації, етичних уявлень та суб'єктивного сприйняття.

Мета дослідження – теоретично вивчити чинники, що впливають на ставлення до сексуальних інтересів, зокрема парафілічних. Для реалізації цієї мети було поставлено завдання – проаналізувати поняття парафілії та нормофілії, вивчити уявлення про ці інтереси та поведінку. Методологічний апарат дослідження включав теоретичний аналіз літератури.

Ключові слова: парафілія, сексуальна норма, парафілічна поведінка, парафілічні інтереси, девіація, перверсія.

Постановка проблеми зумовлена тим, що розуміння механізмів того, як люди сприймають і розрізняють парафілічні і нормофільні сексуальні інтереси, є фундаментальним для просування моделей людської сексуальності та психологічного розвитку. Ця проблематика кидає виклик існуючим рамкам, які часто дихотомізують сексуальні практики на нормативні та ненормативні категорії. На прикладному рівні результати можуть мати далекосяжні наслідки для клінічних утручань, судово-медичної оцінки та політики охорони здоров'я, зокрема в кон-

тексті діагностики парафілічних розладів або вирішення сексуальної поведінки, яка може викликати юридичні чи соціальні суперечки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Чіткість цього питання досліджується в останній літературі з кількома оглядами, що заглиблюються в когнітивні, емоційні та культурні чинники, що впливають на диференціацію сексуальних інтересів. Наприклад, К. Джоял і Дж. Карпентер, А. Спада та ін., А. Широка, Т. Завада, І. Фанханел та ін. пропонують вичерпні огляди поширеності та сприйняття парафілічних інтересів серед населення у цілому. Окрім того, мета-аналіз моделей сексуальної поведінки (наприклад, у дослідженнях надають важливу інформацію про те, як культурні норми формують прийнятність сексуальних уподобань, виявляючи як різноманітність, так і спільні риси сексуальних інтересів у різних груп населення). Незважаючи на ці внески, суб'єктивний характер того, як люди внутрішньо класифікують та інтерпретують свої власні або чужі сексуальні інтереси, залишається менш чітко зрозумілим.

У літературі залишаються значні прогалини, зокрема щодо індивідуальних психологічних процесів, таких як когнітивні упередження, емоційна регуляція та побудова ідентичності, які сприяють суб'єктивному досвіду сексуальних інтересів. Ці аспекти недостатньо досліджені порівняно з більш широкими поведінковими чи соціокультурними дослідженнями. Усунення цих прогалин є життєво важливим для більш тонкого розуміння внутрішніх механізмів, які формують те, як люди сприймають і класифікують сексуальні інтереси.

Мета статті. Теоретично обґрунтувати чинники впливу на формування відношення до сексуальних інтересів та поведінки особистості, зокрема парафілічних.

Результати дослідження. Термін «парафілія» (від грецького *para* – поряд, *osthron* і *philia* – любов) використовується у психіатрії для позначення аномальних сексуальних інтересів та поведінки. Поруч із ним знаходиться термін «збочення» (від латинського слова *perversus*, буквально перекладається як «перекручений» або «неправильний») для позначення аномальної сексуальної поведінки, тісно пов'язаний із теорією дегенерації кінця XIX ст. [5]. Парафілію можна визначити як стан, за якого сексуальне збудження залежить від фантазування та/або участі в незвичайній сексуальній поведінці. Актуальні визначення цих термінів залежно від трактування впливають з історичних, соціальних, культурних, релігійних, медичних та наукових категорій. Із генезису терміна «парафілія» впливає визначення парафілії як сексуальної поведінки, що відокремлюється від «першочергової» мети сексуальних зносин, себто спрямування сексуального потягу до чогось окрім безпосередньо геніталій. Інтерес до некоїтальної поведінки, котра традиційно вважається девіантною, нині є мейнстрімною у суспільстві (наприклад, мастурбація, оральний секс, анальний секс, БДСМ).

Важливо зазначити, що, оскільки парафілії можна віднести до девіантної поведінки, тобто поведінки, що відрізняється від установлених норм, стандартів чи середніх значень, соціально-девіантна поведінка у формі парафілій не може вва-

жатися симптомом парафілічного розладу, якщо відхилення чи конфлікт не є результатом дисфункції особистості [1, с. 20].

На позначення сексуальної поведінки, що відхиляється від певних стандартів у широкому вжитку, може припадати багато сексуальних практик, що медично та науково не дефініціюються як симптоми розладу та/або не є врегульовані законодавством як такі, що порушують закон. На це впливають попередньо залучені до категорії парафілічних інтересів та поведінки сексуальні практики, що є застарілими, вони можуть бути частиною трактувань традиції, культури, медицини, науки, як було зазначено вище. У сучасності є загальновідомим факт про ранішнє визначення гомосексуалізму як психічного розладу, що є безпосереднім прикладом того, як визначення девіації змінюються з часом. Нещодавно робоча група із сексуальних розладів і сексуального здоров'я (WGSDSH) для останнього видання Міжнародної класифікації хвороб і пов'язаних із ними проблем зі здоров'ям (МКХ-11) [15] погодила прибрати фетишизм, мазохізм, садизм (не плутати з примусовим сексуальним садизмом) і трансвестизм зі списку парафілії, тому що «регулювання приватної поведінки без наслідків для здоров'я особи або для інших можуть розглядатися в різних суспільствах як предмет кримінального законодавства, релігійних заборон або громадської моралі, але не є законним для центра охорони здоров'я чи класифікації здоров'я» [14, с. 212].

Для характеристики парафілічних розладів пропонують такі визначення: (а) «постійна, цілеспрямована та інтенсивна картина (нетипового) сексуального збудження, що проявляється постійними сексуальними думками, фантазіями, бажанням або поведінкою, що залучає інших, чий вік або статус робить їх небажаними або неспроможними дати згоду (наприклад, діти до статевого дозрівання, нічого не підозрююча особа, тварина, труп); (б) думки, фантазії чи спонукання, якщо особа відчуває через них помітний дистрес» [15].

Діагностичний і статистичний посібник із психічних розладів, 5-е видання (DSM-5) Американської психіатричної асоціації (APA), посібник із категоризації та діагностики психічних розладів у психології та психіатрії, визначає парафілії як «будь-який інтенсивний і постійний сексуальний інтерес, окрім сексуального інтересу до генітальної стимуляції або підготовчих пестоців фенотипово нормальних, фізіологічно зрілих, згодних людських партнерів» [1, с. 685]. Сексуальні інтереси можна класифікувати як нормофільні (нормальні) або парафілічні [6]. Щоб охопити те, що деякі люди можуть брати участь у нетиповій сексуальній поведінці, не будучи ярликом психічного розладу, DSM-5 уточнює різницю між парафілією (нетиповим сексуальним інтересом або поведінкою) і парафілічним розладом. Останній можна визначити як психічний розлад, що виникає унаслідок нетипової поведінки, яка триває більше шести місяців і викликає особисті страждання або «включає психологічний стрес іншої особи, травму або смерть, або бажання сексуальної поведінки за участю осіб, які не бажають або нездатні дати юридичну згоду» [1, с. 685].

На думку Л. Давнінг [3], спостерігаючи за тенденціями провідних діагностичних критеріїв, можна констатувати, що імпліцитна гетеронормативність продовжує визначати психіатричне сприйняття сексуальності, термін «нормофільність» демонструє упередженість на користь гетеронормативності та відтворення, і деякі сексуальні практики цінуються вище за інші, незважаючи на твердження, що наявність парафільної практики сама по собі більше не є критерієм для діагнозу психічного розладу.

Коректне розуміння сексуальних практик, що не виходять за межі нормофільності та розвиток медичних методів роботи з парафілічними розладами завжди мають суттєве значення. Так, колись гомосексуалізм лікували сексуальною аверсією. Сексуальна аверсія як метод лікування використовується в рамках психотерапевтичних технік, що включають умовний рефлекс для зменшення небажаної сексуальної поведінки або неконтрольованих імпульсів. Метод базується на створенні негативної асоціації з об'єктом або дією, яка викликає надмірне сексуальне збудження. Часто він застосовується в лікуванні різних видів сексуальних залежностей або парафілій, хоча етичність сексуальної аверсійної терапії є спірною і викликає занепокоєння серед фахівців, оскільки метод може спричинити як психологічний, так і фізіологічний дискомфорт у пацієнтів.

С. Фройд уважав, що «схильність до збочень не є чимось рідкісним і винятковим, а є невід'ємною частиною нормальної конституції» [5]. Він уважав фетишизм (у розумінні спрямування сексуального потягу в сторону від статевих органів) формою сублімації за надто сильного імпульсу статевого потягу, що знаходить інші точки фіксації поза безпосередньо геніталіями, що шляхом витіснення, пов'язаного з реактивними утвореннями, збагачує психічне життя [5].

Термін «збочення» увів С. Фройд і описав його у своїх «Трьох трактатах сексуальної теорії» [5] як відхилення від сексуальної мети. Зазначаючи багатоплярність сексуальних схильностей дитини, він не припускав парафілічного розладу, а розумів перверсію як варіант нормального. Сьогодні в активному вжитку в наукових та медичних спільнотах не використовують цей термін, однак він досі існує у психодинамічних теоріях. Сьогодні як описові терміни в науці зустрічається «розлад сексуальних переваг», або парафілія.

Історично сексуальні інтереси поділяються на дві категорії: парафільні та нормофільні, однак термінологія значно коливалася, як і визначення, стигматизація та культурне розуміння. Найбільш послідовно використовуваним терміном для опису «ненормального» була парафілія, уперше введена на початку 1900-х років К. Мозер, П.Дж. Кляйнплатц [10]. Визначення сексуальних інтересів як девіантних або недевіантних здебільшого обмежується кримінальною та судово-психіатричною літературою.

Хибні уявлення та дискурси призводять до дискусій і щодо самих методів лікування, як то хімічна або хірургічна кастрація сексуальних злочинців [9]. Що

однак мало впливає на превенцію вчинення сексуального насильства на соціальному рівні.

Як описові характеристики сексуальних практик також зустрічаються терміни «атипове, або нетипове», «нормативне» та «ненормативне». Термін «атипове, або нетипове» використовується на позначення певної статистичної норми, що є об'єктивно менш корисним для опису сексуальних практик, оскільки: 1) дані продовжують показувати, що багато сексуальних інтересів, які в розмовній мові називають «нетиповими», не є ані нетиповими, ані рідкісними сексуальними інтересами [7; 8; 11]; 2) справжні показники поширеності важко визначити з причини табуованості в багатьох суспільствах теми сексуального життя, що має вплив навіть під час проходження анонімізованих досліджень респондентами; 3) поширеність фантазій і паралельної поведінки може значно відрізнятися, як то фантазування про сценарії згвалтування, без подальшої реалізації цього в ролевих іграх або насильницьких діях.

«Ненормативне» може бути менш стигматизуючою описовою характеристикою. За визначенням «ненормативне» базується на культурних стандартах або нормі. Сексуальні інтереси розглядалися по-різному залежно від історичного духу часу та культурних відмінностей [2]. Таким чином, визначення конкретних сексуальних інтересів як ненормативних гарантує, що це визначення буде змінюватися залежно від часу та місця, утрачаючи науковий сенс і точність.

У середині XIX ст. європейська судова медицина значною мірою продовжувала розгляд сексуальних злочинів крізь призму юридичних понять, успадкованих від права раннього нового часу, таких як «неприродне насильство». Обговорення ґрунтувалося на ідеї природи як божественного задуму і людського зневажання цього порядку. Уже з початку XVIII ст. увага почала зміщуватися до розгляду людських інстинктів та їх відхилення від норми.

Результати дослідження. У висновку поняття девіації є гетерогенним із багатьох причин, що можна об'єднати в одну непостійність суспільства, він же принцип еволюції та розвитку, що є, безумовно, позитивною тенденцією. Різна категоризація, різні рамки, що навішуються на психологію та психіатрію сексуальних практик, лишаються недосконалими й досі за відсутності кращого. На думку автора, допоки людство несе зміни, змінюватимуться визначення та методи роботи. Досконалість у рівності між усіма можлива за умови відсутності табувань, стигматизації, нетолерантності до будь-яких проявів від оточуючих за винятком тих проявів, що порушують права інших. Тож поняття згоди та особистого комфорту повинно бути центральним під час оцінки парафілій.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Теоретичний аналіз та оцінка сучасного стану досліджень доводить, що у сучасній психології та соціології поняття парафілії та нормофілії є надзвичайно складними і багатограними через їх залежність від культурного, історичного, медичного та соціального контекстів. Парафілія як термін виникла для позначення аномальних сексуальних

уподобань та поведінки, але її визначення постійно змінювалося. Спочатку вона була тісно пов'язана з моральним осудом, що вкоренилося у релігійних і культурних традиціях. Однак із розвитком психіатрії термін набув більш клінічного характеру.

Установлено ключові моменти сучасного визначення парафілії як акцент на добровільності та безпеці. Парафілії, які не завдають шкоди особі чи оточенню, більше не розглядаються як розлади. Наприклад, перегляд критеріїв у DSM-5 чітко розмежовує парафілії від парафілічних розладів, де останні включають ситуації, що викликають страждання у самого суб'єкта або завдають шкоди іншим людям. Схожий підхід застосовує МКХ-11, що демонструє зміну парадигми в медичному і науковому підходах.

Наголошено та обґрунтовано залежність гетерогенності поняття нормофілії від суспільних норм, які з часом змінюються. Наприклад, практика, яка раніше вважалася неприйнятною або девіантною, сьогодні може стати частиною основної культури. Історичний розвиток концепту гомосексуальності, яку в минулому класифікували як психічний розлад, яскраво демонструє таку еволюцію.

Теоретичний аналіз показав, що гетерогенність понять парафілії та нормофілії значною мірою зумовлена культурними, історичними і соціальними обставинами. Це змушує вчених переглядати традиційні підходи до визначення сексуальної норми, включаючи акцент на етиці згоди, контексті та безпеці. Таким чином, дослідження підкреслює необхідність динамічного і міждисциплінарного підходу до цієї тематики, який ураховує сучасні соціальні, медичні та культурні чинники.

Список використаних джерел і літератури

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: Fifth Edition. Washington, D.C.: American Psychiatric Association, 2013. 991 p. URL: <https://dictionary.apa.org/dsm-5>
2. Bhugra D., Popelyuk D., McMullen I. Paraphilias across cultures: Contexts and controversies. *The Journal of Sex Research*. 2010. Vol. 47, № 23. P. 242256. DOI 10.1080/000224491003699833
3. Downing L. Heteronormativity and Repronormativity in Sexological «Perversion Theory» and the DSM 5's «Paraphilic Disorder» Diagnoses. *Archives of Sexual Behavior*. 2015. Vol. 44. P. 11391145. DOI 10.1007/s10508-015-0536-y
4. Fankhanel E., Esteban C., Berrios J., Figueroa F., Santos-Gómez M. Descriptive Paraphilic Behaviors in the General Non-Clinical Population in Puerto Rico. *Revista Caribeña de Psicología*. 2021. URL: https://www.researchgate.net/publication/350875472_Descriptive_Paraphilic_Behaviors_in_the_General_Non-Clinical_Population_in_Puerto_Rico
5. Freud S. Three Essays on the Theory of Sexuality. Frankfurt am Main: Fischer, 1991. 240 p. (Reprint of the original 1905 edition). URL: https://www.sas.upenn.edu/~cavitchpdf-library/Freud_SE_Three_Essays_complete.pdf
6. Joyal C. Controversies in the definition of paraphilia. *The Journal of Sexual Medicine*. 2018. Vol. 15. P. 13781380c. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30219664>
7. Joyal C., Carpentier J. The Prevalence of Paraphilic Interests and Behaviors in the General Population: A Provincial Survey. *Journal of Sex Research*. 2017. Vol. 54. P. 161171c. URL: <https://www.webofscience.com/wos/wosccfull-record/WOS:000393812800003>

8. Joyal C.C., Cossette A., Lapierre V. What exactly is an unusual sexual fantasy? *The Journal of Sexual Medicine*. 2015. Vol. 12, № 2. P. 328340. DOI 10.1111/jsm.12734
9. Kim B., Benekos P.J., Merlo A.V. Sex offender recidivism revisited: review of recent meta-analyses on the effects of sex offender treatment. *Trauma, Violence & Abuse*. 2016. Vol. 17. P. 105117. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25575803>
10. Moser C., Kleinplatz P.J. Conceptualization, history, and future of the paraphilias. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2020. Vol. 16, № 1. P. 379399. DOI 10.1146/annurev-clinpsy.050718-095548
11. Richters J., De Visser R.O., Rissel C.E., Grulich A.E., Smith A.M. Demographic and psychosocial features of participants in bondage and discipline, “somasochism” or dominance and submission (BDSM): Data from a national survey. *The Journal of Sexual Medicine*. 2008. Vol. 5, № 7. P. 16601668. DOI 10.1111/j.1743-6109.2008.00795.x
12. Shyroka A., Zavada T. Psychological Patterns in Sexual Relationships: Ukrainian Adaptation of the Multidimensional Sexual Questionnaire. *Journal of Education Culture and Society*. 2022. № 2. P. 431454. URL: <https://www.researchgate.net/publication/365361451>
13. Spada A., Winters G., Jeglic E., Johnson B., Allan C. An exploration of racial and ethnic differences in paraphilic interests and behaviours among a nonoffending sample. *Journal of Sexual Aggression*. 2024. DOI 10.1080/13552600.2024.2332943
14. Wakefield J.S. DSM-5 proposed diagnostic criteria for sexual paraphilias: Tensions between diagnostic validity and forensic utility. *International Journal of Law and Psychiatry*. 2011. Vol. 34. P. 195209. (Цит. за: Joyal C. Controversies in the definition of paraphilia. *The Journal of Sexual Medicine*. 2018. Vol. 15. P. 13781380. DOI 10.1111/jsm.12734)
15. World Health Organization. International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11). Geneva: World Health Organization. 2018. Retrieved from: <https://www.who.int/classifications/icd11>

References

1. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association. Retrieved from: <https://dictionary.apa.org/dsm-5> [in English].
2. Bhugra, D., Popelyuk, D., & McMullen, I. (2010). Paraphilias across cultures: Contexts and controversies. *The Journal of Sex Research*, 47 (23), 242256. DOI 10.1080/00224491003699833 [in English].
3. Downing, L. (2015). Heteronormativity and repronormativity in sexological “perversion theory” and the DSM 5’s “paraphilic disorder” diagnoses. *Archives of Sexual Behavior*, 44 (5), 11391145. DOI 10.1007/s10508-015-0536-y [in English].
4. Fankhanel, E., Esteban, C., Berrios, J., Figueroa, F., & Santos-Gómez, M. (2021). Descriptive paraphilic behaviors in the general non-clinical population in Puerto Rico. *Revista Caribeña de Psicología*. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/350875472_Descriptive_Paraphilic_Behaviors_in_the_General_Non-Clinical_Population_in_Puerto_Rico [in English].
5. Freud, S. (1991). Three essays on the theory of sexuality (Reprint of the original 1905 edition). Fischer. Retrieved from: https://www.sas.upenn.edu/~cavitch/pdf-library/Freud_SE_Three_Essays_complete.pdf [in English].
6. Joyal, C.C. (2018). Controversies in the definition of paraphilia. *The Journal of Sexual Medicine*, 15(9), 13781380.e1. Retrieved from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30219664> [in English].
7. Joyal, C., & Carpentier, J. (2017). The prevalence of paraphilic interests and behaviors in the general population: A provincial survey. *Journal of Sex Research*, 54 (2), 161171. Retrieved from: <https://www.webofscience.com/wos/wosccfull-record/WOS:000393812800003> [in English].
8. Joyal, C.C., Cossette, A., & Lapierre, V. (2015). What exactly is an unusual sexual fantasy? *The Journal of Sexual Medicine*, 12 (2), 328340. DOI 10.1111/jsm.12734 [in English].

9. Kim, B., Benekos, P.J., & Merlo, A.V. (2016). Sex offender recidivism revisited: Review of recent meta-analyses on the effects of sex offender treatment. *Trauma, Violence & Abuse*, 17 (1), 105117. Retrieved from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25575803> [in English].
10. Moser, C., & Kleinplatz, P.J. (2020). Conceptualization, history, and future of the paraphilias. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16 (1), 379399. DOI 10.1146annurev-clinpsy-050718-095548 [in English].
11. Richters, J., De Visser, R.O., Rissel, C.E., Grulich, A.E., & Smith, A.M. (2008). Demographic and psychosocial features of participants in bondage and discipline, “somasochism” or dominance and submission (BDSM): Data from a national survey. *The Journal of Sexual Medicine*, 5 (7), 16601668. DOI 10.1111/j.1743-6109.2008.00795.x [in English].
12. Shyroka, A., & Zavada, T. (2022). Psychological Patterns in Sexual Relationships: Ukrainian adaptation of the Multidimensional sexual Questionnaire. *Journal of Education Culture and Society*, 13 (2), 431454. DOI 10.15503jecs2022.2.431.454 [in English].
13. Spada, A., Winters, G., Jeglic, E., Johnson, B., & Allan, C. (2024). An exploration of racial and ethnic differences in paraphilic interests and behaviours among a nonoffending sample. *Journal of Sexual Aggression*. DOI 10.1080/13552600.2024.2332943 [in English].
14. Wakefield, J.S. (2011). DSM-5 proposed diagnostic criteria for sexual paraphilias: Tensions between diagnostic validity and forensic utility. *International Journal of Law and Psychiatry*, 34, 195209. (as cited in Joyal, 2018) [in English].
15. World Health Organization. (2018). International classification of diseases 11th revision (ICD-11). Retrieved from: <https://www.who.int/classifications/icden> [in English].

Medjibovskyi S. O.

3rd year student of specialty 053 Psychology,
Department of Social Psychology
Odesa I.I.Mechnikov National University

Hudimova A. Kh.

Doctor of Philosophy in 053 Psychology,
Associate Professor at the Department of Social Psychology
Odesa I.I.Mechnikov National University

HETEROGENEITY OF APPROACHES TO DEFINING SEXUAL NORMS AND DEVIATIONS IN PSYCHOLOGICAL DISCOURSE

The relevance of the study stems from the need for a deeper understanding of how people perceive and distinguish between paraphilic and normophilic sexual interests. This is especially important for the development of modern models of sexuality, improvement of psychological practice, high-quality forensic examination, and an effective system of mental and physical health care. The problem goes far beyond the dichotomy of “normopathology”, especially in the context of socio-psychological factors, individual experience, cultural influence, socialisation processes, ethical ideas and subjective perception.

The purpose of the study is to theoretically examine the factors that influence attitudes towards sexual interests, including paraphilic ones. To achieve this goal, a number of tasks were set: to analyse the concepts of paraphilia and normophilia, to study perceptions of these interests and behaviour. The methodological apparatus of the study included a theoretical analysis of the literature.

Key words: paraphilia, sexual norm, paraphilic behavior, paraphilic interests, deviation, perversion.

УДК 316.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.21>

Николаєва В. І.

доктор наук з державного управління, професор,
професор кафедри соціології та соціальної роботи
Державний вищий навчальний заклад
«Приазовський державний технічний університет»
e-mail: nykolaieva_v_i@pstu.edu
ORCID ID: 0000-0003-4594-303X
Researcher ID: AEG-2427-2022

Борзило О. С.

магістрантка, кафедра соціології та соціальної роботи
Державний вищий навчальний заклад
«Приазовський державний технічний університет»
e-mail: borzylo_o_s@students.pstu.edu
ORCID ID: 0009-0001-3297-7954

НАПРЯМИ СОЦІАЛЬНО-ПРАВОВОГО ЗАХИСТУ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ПЕРЕДПЕНСІЙНОГО ВІКУ

Статтю присвячено дослідженню напрямів соціально-правового захисту внутрішньо переміщених осіб (ВПО) передпенсійного віку, які є однією з найбільш уразливих соціальних груп. Розглянуто правові засади соціально-правового захисту ВПО в Україні, проаналізовано чинні нормативно-правові акти, що регулюють права та соціальні гарантії цієї категорії населення. Зазначено, що ВПО передпенсійного віку стикаються з додатковими викликами, зокрема з труднощами працевлаштування, утратою соціальних зв'язків, збереженням страхового стажу та майбутнім пенсійним забезпеченням.

Дослідження підкреслює необхідність системного підходу до визначення напрямів соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку, оскільки науковці не мають єдності у трактуванні цієї проблематики. Представлено кілька підходів до класифікації напрямів захисту, серед яких виділяються захисний, консультативний, профілактичний, педагогічний та просвітницький напрями. Окремо розглянуто напрями, пов'язані з політикою на ринку праці, соціальним забезпеченням, боротьбою з бідністю, гендерною політикою та соціальним обслуговуванням осіб передпенсійного віку.

Обґрунтовано доцільність об'єднання напрямів соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку у дві групи: просвітницько-профілактичну діяльність та надання консультаційно-правової допомоги. Система соціально-правового захисту для цієї категорії громадян базується на національному законодавстві та міжнародних стандартах. Просвітницько-профілактична діяльність включає заходи, спрямовані на підвищення правової обізнаності, соціальну адаптацію, боротьбу з дискримінацією на ринку праці та профілактику соціальних ризиків. Консультаційно-правова допомога охоплює юридичний супровід у питаннях соціальних виплат, працевлаштування, відновлення трудового стажу, пенсійного забезпечення та отримання соціальних пільг.

Результати дослідження можуть бути використані для розроблення ефективних механізмів соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку, що сприятиме підвищенню рівня їхньої соціальної безпеки та інтеграції у суспільство. Перспектива подальших досліджень полягає у вивченні практики реалізації запропонованих напрямів соціально-правового захисту та їх ефективності в умовах сучасних соціально-економічних викликів.

Ключові слова: соціально-правовий захист, ВПО, особи передпенсійного віку, напрями соціально-правового захисту.

Постановка проблеми. Сучасна проблема захисту прав людини, зокрема забезпечення її життя, розвитку, освіти та виховання, набуває глобального значення. Її ефективне вирішення можливе лише за умови функціонування в державі дієвого соціально-правового механізму, який охоплює комплекс заходів і чинників, що сприяють дотриманню, захисту та відновленню основних прав і свобод людини, а також формуванню правової культури суспільства.

В українському суспільстві простежується тенденція недооцінювання ролі права, що проявляється у правовому нігілізмі, безвідповідальному ставленні до законодавчих норм та небажанні приймати правові цінності. Тому важливими завданнями є підвищення рівня правової свідомості громадян та інтеграція правових норм у їхню систему цінностей. У цьому контексті особливого значення набуває професійна підготовка соціальних працівників, спрямована на формування готовності до забезпечення соціально-правового захисту різних категорій населення, зокрема внутрішньо переміщених осіб (далі – ВПО) передпенсійного віку, які потребують спеціальних заходів підтримки та інтеграції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання соціального та правового захисту постійно перебувають у центрі уваги українських науковців. Концептуальні засади такого захисту ставали об'єктом дослідження І. Белової, Н. Семенишеної [1], Н. Борецької [2], В. Скуратівського, О. Палія, Е. Лібанової [10], А. Холодницького [11]. При цьому соціально-правовий захист як комплексне комбіноване поняття досліджувався недостатньо. Зокрема І. Ковчина [5] піднімала питання підготовки студентів до соціально-правового захисту особистості; О. Лісовець [6] з'ясовував основні аспекти соціально-правового захисту в соціальній роботі; Р. Павлюков [8] зосереджував увагу на соціально-правовому захисті осіб з інвалідністю в Україні. При цьому напрями соціально-правового захисту залишаються недостатньо дослідженими, а ці напрями по відношенню до окремих категорій осіб, зокрема ВПО передпенсійного віку, майже залишилися за межами уваги науковців.

Мета статті – виокремлення і характеристика напрямів соціально-правового захисту внутрішньо переміщених осіб передпенсійного віку.

Результати дослідження. Більшість сучасних науковців розглядає поняття «соціально-правовий захист» як інтегроване, хоча в законодавчих актах воно фактично не закріплене. У нормативно-правовій базі використовуються терміни «соціальний захист» та «правовий захист», які відображають відповідні аспекти державної підтримки.

Як зазначає Р. Павлюков, соціальний та правовий захист мають розглядатися не окремо, а в єдності, оскільки соціальна підтримка неможлива без її закріплення в законодавстві, а правовий захист завжди орієнтований на досягнення соціальних цілей [8, с. 9]. Водночас єдиного підходу до визначення соціально-правового захисту в наукових дослідженнях не існує. Слід долучитися до позиції О. Лісовця, який визначає це поняття як багатогранне явище, що поєднує соціальні та правові механізми захисту прав людини [6].

Соціально-правовий захист охоплює як індивідуальний рівень правового впливу, так і комплексні заходи щодо підтримки кризових груп, забезпечуючи не лише захист, а й відновлення порушених прав та формування високого рівня правової культури. Уважаємо, що у сфері соціальної роботи його доцільно розглядати як систему заходів, що реалізується державними та недержавними організаціями і спрямована на створення оптимальних умов для життя, задоволення основних потреб та забезпечення рівного доступу до реалізації прав людини і підтримки різних соціальних груп. Одним з об'єктів такого захисту є ВПО передпенсійного віку.

Складним теоретичним питанням, яке впливає на практичний аспект, є проблема з'ясування напрямів соціально-правового захисту. З одного боку, особи, які мають статус ВПО, опинилися у складних життєвих обставинах через вимушене переміщення, з іншого – передпенсійний вік створює додаткові труднощі, пов'язані з наближенням виходу на пенсію. При цьому законодавство не містить чітких критеріїв визначення передпенсійного віку, хоча найчастіше до цієї категорії відносять осіб, яким залишилося два (за деякими законодавчими актами – три) роки до досягнення пенсійного віку.

Отримання статусу ВПО для осіб передпенсійного віку часто супроводжується втратою роботи, оскільки роботодавці неохоче приймають їх на нові посади. Безробіття може призводити до депресивних станів, адже воно не лише впливає на розмір майбутньої пенсії, а й спричиняє переживання щодо втрати соціальних зв'язків і нестабільного майбутнього. У таких умовах питання їх соціально-правового захисту набуває особливої актуальності. Водночас проблема соціально-правового забезпечення цієї категорії населення в Україні залишається недостатньо дослідженою та врегульованою.

Варто звернути увагу на той факт, що сьогодні розроблено значний масив нормативно-правових актів, які регулюють соціально-правовий захист ВПО: закони України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб», «Про безоплатну правничу допомогу», «Про забезпечення прав і свобод громадян та правовий режим на тимчасово окупованій території України», «Про споживче кредитування», «Про іпотеку», «Про пенсійне забезпечення»; Кодекс законів про працю; постанови Кабінету Міністрів України «Про облік внутрішньо переміщених осіб», «Деякі питання здійснення соціальних виплат внутрішньо переміщеним особам» та ін.

Такі особи мають право на отримання усіх соціальних послуг, передбачених законодавством. При цьому сьогодні в законодавстві майже не звертається увага на особах передпенсійного віку.

ВПО передпенсійного віку – це особи, які були змушені змінити місце свого проживання в межах країни через військові дії, збройні конфлікти, окупацію чи інші кризові обставини і при цьому наближаються до встановленого законодавством пенсійного віку, але ще не набули права на отримання пенсійних виплат за віком. Ця категорія громадян є особливо уразливою, оскільки, окрім загальних викликів, пов'язаних із внутрішнім переміщенням, вони можуть стикатися з проблемами працевлаштування, збереження страхового стажу, отримання соціальної допомоги та майбутнього пенсійного забезпечення. Для ВПО передпенсійного віку важливими є державні гарантії підтримки, зокрема можливість обліку трудового та страхового стажу, забезпечення доступу до соціального страхування та заходів щодо сприяння зайнятості.

Зазначимо, що соціально-правовий захист охоплює низку напрямів діяльності у соціальній роботі. Водночас серед науковців відсутня єдність щодо визначення цих напрямів. Так, І. Ковчина вважає, що до таких напрямів слід віднести такі:

1. Захисний напрям.

Даний напрям спрямований на безпосередній захист прав та інтересів осіб, які опинилися у складних життєвих обставинах. Він включає правову допомогу, представництво в суді, адвокатський супровід, сприяння у відновленні порушених прав, а також правову підтримку під час взаємодії з державними органами. Захисний напрям особливо важливий для ВПО передпенсійного віку, що потребують юридичного захисту від дискримінації, незаконного звільнення або порушення соціальних гарантій.

2. Консультативний напрям.

Передбачає надання правової та соціальної інформації громадянам щодо їхніх прав, обов'язків та можливих механізмів захисту. Консультації можуть надаватися соціальними працівниками, юристами, працівниками соціальних служб або неурядовими організаціями. Вони стосуються питань отримання соціальних пільг, допомоги у працевлаштуванні, оформлення документів, пенсійного забезпечення, соціального страхування тощо.

3. Профілактичний напрям.

Має на меті запобігання виникненню соціально-правових проблем шляхом раннього виявлення та усунення ризиків. Це можуть бути заходи з мінімізації впливу соціальних криз, запобігання безробіттю серед передпенсійних осіб, попередження дискримінації, насильства в сім'ї, правопорушень або соціальної ізоляції. Профілактичні заходи реалізуються через програми соціальної підтримки, моніторинг правопорушень, організацію правових тренінгів та превентивні консультації.

4. Педагогічний напрям.

Передбачає формування у ВПО передпенсійного віку, особливо у соціально уразливих їх груп, знань та навичок правомірної поведінки, підвищення правової свідомості, соціальної відповідальності та готовності до самозахисту своїх прав. Соціальні працівники, педагоги та юристи працюють над адаптацією осіб до правових норм, допомагаючи їм орієнтуватися в законодавчих положеннях і правильно використовувати правові механізми у своєму житті.

5. Просвітницький напрям.

Спрямований на підвищення рівня правової культури ВПО передпенсійного віку шляхом розповсюдження інформації про права, соціальні гарантії, правові механізми захисту та відповідальність за правопорушення. До заходів цього напрямку належать лекції, семінари, тренінги, роз'яснювальна робота серед населення через медіа, розроблення і поширення методичних матеріалів, правових довідників та інформаційних брошур [5, с. 53].

Водночас варто відзначити, що дуже часто ці напрями не можна виокремити чітко, оскільки вони перекликаються один з одним. Так, наприклад, в окремих джерелах виокремлюють як напрям соціально-правового захисту правове забезпечення, що включає консультації з питань чинного законодавства, оформлення правових документів, адвокатську допомогу та захист прав та інтересів ВПО передпенсійного віку, які опинилися у складних життєвих обставинах. До того ж цей захист інтегрує освітні та культурні програми, які сприяють соціальній адаптації, соціальному обслуговуванню, а також заходи з перекваліфікації та працевлаштування безробітних [2, с. 21].

Водночас А. Холодніцький виокремлює такі напрями соціально-правового захисту:

- політика на ринку праці;
- політика оплати праці;
- сімейна політика;
- тендерна політика;
- соціальне обслуговування осіб похилого віку;
- боротьба з бідністю;
- соціальна допомога [11].

Якщо більш детально підійти до розгляду цих напрямів, то слід звернути увагу на таке. Політика на ринку праці для ВПО передпенсійного віку спрямована на забезпечення доступу до роботи, що дає їм змогу зберегти або продовжити трудову діяльність до виходу на пенсію. Основні заходи включають:

1. Програми професійної переорієнтації та перекваліфікації, що дають можливість адаптуватися до змін у структурі ринку праці та отримати затребувані навички.

2. Стимулювання роботодавців до працевлаштування осіб передпенсійного віку, зокрема через податкові пільги або компенсацію частини заробітної плати.

3. Гарантії збереження робочого місця для ВПО, які змушені були переїхати через війну, а також розширення можливостей дистанційної роботи.

4. Програми тимчасової зайнятості для тих, хто не може знайти стабільну роботу, включаючи громадські роботи, сезонні та короткострокові проекти.

Політика у сфері оплати праці спрямована на забезпечення справедливого рівня заробітної плати для ВПО передпенсійного віку та їх належного соціального захисту. Основні аспекти включають:

1. Мінімізацію дискримінації за віком, що запобігає зниженню рівня заробітної плати осіб передпенсійного віку.

2. Гарантії рівної оплати за рівноцінну працю незалежно від статусу ВПО.

3. Механізми компенсації недоотриманого трудового доходу, якщо через вимушене переміщення особа втратила стабільний заробіток.

4. Перегляд тарифних сіток та категорій оплати праці для адаптації до нових умов ринку праці, зокрема для осіб із великим трудовим стажем, але без можливості його підтвердження.

Наступним напрямом є сімейна політика. ВПО передпенсійного віку часто мають зобов'язання перед своїми сім'ями (підтримка дітей, онуків, літніх батьків), що ускладнює їхнє становище. Основні заходи у сфері сімейної політики для таких осіб включають:

1. Підтримку родин ВПО, що втратили житло або джерело доходу, через субсидії, грошові виплати та компенсації.

2. Створення соціальних програм, які підтримують родини з ВПО передпенсійного віку, зокрема програми пільгового житлового кредитування або забезпечення тимчасовим житлом.

3. Допомогу в догляді за літніми членами родини або онуками, що включає соціальні виплати або послуги денного догляду.

4. Формування мереж підтримки та соціальних ініціатив, спрямованих на зміцнення сімейних зв'язків у новому середовищі.

Ще один напрям – гендерна політика. Політика гендерної рівності відіграє важливу роль у забезпеченні рівних прав і можливостей для чоловіків і жінок серед ВПО передпенсійного віку. Основні аспекти включають:

1. Запобігання дискримінації за віком та статтю на ринку праці. Жінки передпенсійного віку часто стикаються з подвійною дискримінацією – за віковою та гендерною ознаками.

2. Сприяння рівному доступу до соціальної підтримки, включаючи програми соціального страхування та медичного обслуговування.

3. Формування гендерно чутливих програм перекваліфікації та зайнятості, які враховують специфічні потреби жінок і чоловіків передпенсійного віку.

4. Запобігання домашньому насильству та підтримка постраждалих серед ВПО передпенсійного віку, зокрема через центри соціальної підтримки.

Соціальне обслуговування відіграє важливу роль у системі соціально-правового захисту. ВПО передпенсійного віку часто потребують соціального обслуговування, особливо якщо вони не мають підтримки від родини або не можуть забезпечити власні базові потреби. Основні заходи включають:

1. Створення центрів соціального обслуговування для ВПО похилого віку, де надаються послуги догляду, медичної допомоги та психологічної підтримки.
2. Організацію соціальних послуг на дому, зокрема допомогу у веденні побуту, догляді та соціальній інтеграції.
3. Розширення доступу до медичних послуг, включаючи пільгове або безкоштовне лікування для ВПО передпенсійного віку.
4. Підтримку інтеграції через соціальні клуби та організації, що допомагають ВПО адаптуватися до нових умов життя.

ВПО передпенсійного віку є однією з найбільш уразливих соціальних груп у контексті бідності, оскільки вони часто втрачають стабільний дохід і стикаються з труднощами в пошуку роботи.

Останнім напрямом соціально-правового захисту є соціальна допомога. Соціальна допомога для ВПО передпенсійного віку включає низку заходів, спрямованих на забезпечення їхніх базових потреб та поліпшення соціально-економічного становища. До основних форм соціальної допомоги належать:

1. Фінансова підтримка, включаючи грошові виплати, компенсації та субсидії.
2. Допомога у відновленні документів та підтвердженні трудового стажу, необхідного для майбутнього пенсійного забезпечення.
3. Надання юридичних консультацій із питань пенсійного забезпечення, соціального страхування та трудових прав.
4. Організація соціальних послуг, включаючи психологічну підтримку, соціальний супровід і соціальну реабілітацію.

В. Скуратівський підходить до соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку з позиції застосування пасивних та активних заходів підтримки. В обох випадках вони спрямовані на забезпечення матеріального добробуту та соціальної стабільності цих осіб.

При цьому напрям застосування пасивних заходів полягає у наданні адресної соціальної допомоги, компенсаційних виплат та інших форм державної підтримки особам, які через вимушене переміщення втратили стабільні джерела доходу або опинилися у складних життєвих обставинах. Ця допомога має реабілітаційну функцію, адже спрямована на запобігання соціальному відчуженню та зниженню рівня життя.

Водночас напрям застосування активних заходів соціально-правового захисту спрямований на створення умов для соціальної інтеграції та економічної самостійності ВПО передпенсійного віку. До них належать соціальне страхування, підтримка зайнятості, можливості професійної перекваліфікації, а також доступ до медичних і профілактичних послуг. При цьому особливу роль відіграють пре-

вентивні заходи, що сприяють збереженню доходів осіб передпенсійного віку та їхньої спроможності забезпечувати себе в майбутньому, зокрема через захист від безробіття, збереження трудового стажу та пенсійних прав. У цьому контексті система соціально-правового захисту включає комплексні програми, що охоплюють соціальне страхування, доступ до охорони здоров'я, правову підтримку та допомогу в реалізації соціальних гарантій [10, с. 172].

Можна зазначити, що комплексний підхід до соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку дає змогу створити умови для попередження соціальних проблем, забезпечення доступу до правової інформації та підтримки, що в кінцевому підсумку сприяє підвищенню якості життя та формуванню правової свідомості в суспільстві. Залучення до процесу різних суб'єктів: державних, недержавних і громадських інституцій сприяє синергії, що забезпечує більш ефективну реалізацію заходів соціально-правового захисту на всіх рівнях.

З огляду на проведений аналіз напрямів соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку, варто об'єднати їх у два:

- просвітницько-профілактична діяльність;
- надання консультаційно-правової допомоги внутрішньо переміщеним особам передпенсійного віку.

Об'єднання напрямів соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку у ці групи є доцільним, оскільки вони охоплюють усі ключові аспекти підтримки цієї категорії громадян. Просвітницько-профілактична діяльність спрямована на підвищення рівня правової обізнаності, формування навичок соціальної адаптації, попередження дискримінації на ринку праці та боротьбу з бідністю через інформаційну підтримку та профілактичні заходи. Водночас консультаційно-правова допомога включає безпосередній супровід ВПО передпенсійного віку у вирішенні юридичних питань, отриманні соціальних гарантій, пенсійного забезпечення, допомоги у працевлаштуванні, відновленні трудового стажу та забезпеченні соціальних пільг. Такий поділ дає змогу систематизувати механізми соціально-правового захисту, підвищити ефективність його реалізації та краще орієнтувати ресурси держави та громадських організацій на першочергові потреби ВПО передпенсійного віку.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Напрями соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку охоплюють широкий спектр заходів, спрямованих на забезпечення їхніх прав, соціальної підтримки та правової допомоги. Система соціально-правового захисту для цієї категорії громадян базується на національному законодавстві та міжнародних стандартах, передбачаючи як безпосередню фінансову та соціальну допомогу, так і довгострокові заходи щодо інтеграції у суспільство, збереження трудового стажу та доступу до пенсійного забезпечення. Важливими є політика на ринку праці, оплати праці, сімейна та гендерна політика, соціальне обслуговування, боротьба з бідністю та надання соціальної допомоги, оскільки вони створюють умови для стабільного життя та

соціальної адаптації ВПО передпенсійного віку. Водночас об'єднання цих напрямів у дві ключові категорії – просвітницько-профілактичну діяльність та надання консультаційно-правової допомоги – сприяє більш ефективному та системному підходу до захисту цієї соціальної групи, даючи змогу не лише реагувати на їхні нагальні потреби, а й запобігати майбутнім проблемам. Тому перспективи подальших досліджень зумовлюються практикою реалізації соціально-правового захисту ВПО передпенсійного віку за цими напрямами.

Список використаних джерел і літератури

1. Белова І.М., Семенишена Н.В. Суть, основні напрями та функції соціального захисту населення. *Подільський вісник: сільське господарство, техніка, економіка*. 2021. Вип. 34. С. 92–107.
2. Борецька Н.П. Концептуальні основи соціального захисту населення. Економічні проблеми та перспективи стабілізації економіки України. Донецьк : ІЕП НАН України, 2013. С. 20–25.
3. Державний стандарт соціальної послуги консультування : Наказ Міністерства соціальної політики України від 02.07.2015 № 678. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0866-15#Text> (дата звернення: 24.02.2025).
4. Державний стандарт соціальної послуги профілактики : Наказ Міністерства соціальної політики України від 10.08.2015 № 912. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1155-15#Text> (дата звернення: 24.02.2025).
5. Ковчина І.М. Підготовка студентів до соціально-правового захисту особистості : навчально-методичний посібник / за заг. ред. А.Й. Капської. Київ : НПУ, 2005. 196 с.
6. Лісовець О.В. Соціально-правовий захист у практиці соціальної роботи: теоретичний аналіз. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2017. Вип. 1. С. 17–19.
7. П'єтерс Д. Вступ до основних принципів соціального забезпечення / пер. з англ. А.І. Масалової. Харків : Каравела, 2002. 144 с.
8. Павлюков Р.О. Соціально-правовий захист інвалідів в Україні : автореф. дис. ... канд. юрид. наук : 12.00.05. Луганськ, 2009. 20 с.
9. Про соціальні послуги : Закон України від 17.01.2019 № 2671-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> (дата звернення: 24.02.2025).
10. Скуратівський В., Палій О., Лібанова Е. Соціальна політика. Київ : УАДУ, 2003. 265 с.
11. Холодницький А.М. Сучасний стан соціального захисту в Україні. URL: <https://conf.ztu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/06/233.pdf> (дата звернення: 13.03.2025).

References

1. Belova, I.M., & Semenyshena, N.V. (2021). Sut, osnovni napriamy ta funksi sotsialnoho zakhystu naseleння [The essence, main directions and functions of social protection of the population]. *Podilskyi visnyk: silske hospodarstvo, tekhnika, ekonomika*, 34, 92–107 [in Ukrainian].
2. Boretska, N.P. (2013). Kontseptualni osnovy sotsialnoi zakhystu naseleння. Ekonomichni problemy ta perspektyvy stabilizatsii ekonomiky Ukrainy [Conceptual foundations of social protection of the population. Economic problems and prospects for stabilizing the economy of Ukraine]. Donetsk: IEP NAN Ukrainy. S. 20–25. [in Ukrainian].
3. Derzhavnyi standart sotsialnoi posluhy konsultuvannya [State standard of social counseling services]: Nakaz Ministerstva sotsialnoi polityky Ukrainy 02.07.2015 № 678. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0866-15#Text> [in Ukrainian].

4. Derzhavnyi standart sotsialnoi posluhy profilaktyky [State standard of social prevention services]: Nakaz Ministerstva sotsialnoi polityky Ukrainy 10.08.2015 № 912. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1155-15#Text> [in Ukrainian].
5. Kovchyna, I.M. (2005). Pidhotovka studentiv do sotsialno-pravovoho zakhystu osobystosti [Preparing students for social and legal protection of individuals]: [navch.-metod. posib./ [za zah. red. A.I.Kapskoi]. Kyiv : NPU. 196 s. [in Ukrainian].
6. Lisovets, O.V. (2017). Sotsialno-pravovyi zakhyst u praktytsi sotsialnoi roboty: teoretychnyi analiz [Social and legal protection in the practice of social work: theoretical analysis]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka*, 1, 17–19 [in Ukrainian].
7. Pieters, D. (2002). *Vstup do osnovnykh pryntsypiv sotsialnoho zabezpechennia* [Introduction to the basic principles of social security]; per. z anhl. A.I. Masalovoi. Kharkiv : Karavela. 144 s. [in Ukrainian].
8. Pavliukov, R.O. (2009). Sotsialno-pravovyi zakhyst invalidiv v Ukraini [Social and legal protection of disabled people in Ukraine]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Skhidnoukr. nats. un-t im. V. Dalia. Luhansk. 20 s. [in Ukrainian].
9. Pro sotsialni posluhy [On social services]: Zakon Ukrainy vid 17.01.2019 r. № 2671-VIII. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text> [in Ukrainian].
10. Skurativskiy, V., Palii, O., & Libanova, E. (2003). *Sotsialna polityka* [Social Policy]. Kyiv: Vyd-vo UADU. 265 s. [in Ukrainian].
11. Kholodnitskiy, A.M. (2017). Suchasnyi stan sotsialnoho zakhystu v Ukraini [Current State of Social Protection in Ukraine]. Retrieved from: <https://conf.ztu.edu.ua/wp-content/uploads/2017/06/233.pdf> [in Ukrainian].

Nykolaieva V. I.

Doctor of Public Administration, Professor,
Professor at the Department of Sociology and Social Work
State Higher Education Institution “Pryazovskyi State Technical University”

Borzylo O. S.

Postgraduate Student at the Master's student,
Department of Sociology and Social Work
State Higher Education Institution “Pryazovskyi State Technical University”

**EXPERIENCE OF SOCIAL AND LEGAL PROTECTION
OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS OF PRE-RETIREMENT AGE
IN UKRAINE**

The article is devoted to the study of the directions of social and legal protection of internally displaced persons (IDPs) of pre-retirement age, who constitute one of the most vulnerable social groups. The paper examines the legal foundations of social and legal protection of IDPs in Ukraine, analyzing the current normative legal acts regulating the rights and social guarantees of this population category. It is noted that IDPs of pre-retirement age face additional challenges, including difficulties in employment, loss of social connections, preservation of insurance records, and future pension security.

The study emphasizes the necessity of a systematic approach to defining the directions of social and legal protection of IDPs of pre-retirement age, as there is no consensus among scholars

regarding this issue. The paper presents several approaches to classifying protection directions, including protective, consultative, preventive, pedagogical, and educational directions. Special attention is given to areas related to labor market policy, social security, poverty alleviation, gender policy, and social services for pre-retirement individuals.

The article substantiates the feasibility of combining the directions of social and legal protection of IDPs of pre-retirement age into two groups: educational and preventive activities and the provision of consultative and legal assistance. The system of social and legal protection for this category of citizens is based on national legislation and international standards. Educational and preventive activities include measures aimed at increasing legal awareness, social adaptation, combating labor market discrimination, and preventing social risks. Consultative and legal assistance covers legal support in matters of social benefits, employment, restoration of work experience, pension security, and access to social benefits.

The research results can be used to develop effective mechanisms for the social and legal protection of IDPs of pre-retirement age, contributing to an increased level of social security and integration into society. The prospects for further research lie in studying the practice of implementing proposed directions of social and legal protection and their effectiveness in the context of contemporary socio-economic challenges.

Key words: social and legal protection, IDPs, persons of pre-retirement age, areas of social and legal protection.

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.22>

Полешук Л. В.

доктор філософії з психології, доцент кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: l.poleshchuk@onu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-1052-5770

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ У ПСИХОЛОГІЇ УПРАВЛІННЯ: МІФИ ТА РЕАЛЬНІСТЬ М'ЯКИХ НАВИЧОК ДЛЯ ЛІДЕРІВ

У статті розглядається роль емоційного інтелекту (ЕІ) у психології управління, зокрема його значення для ефективного лідерства. Аналізуються поширені міфи та реальні аспекти розвитку м'яких навичок, які допомагають керівникам краще розуміти та керувати емоціями власними й підлеглих. Підкреслюється, що ЕІ є динамічним набором навичок, які можна розвивати, і що його високий рівень сприяє покращенню прийняття рішень, зниженню конфліктів і підвищенню продуктивності команд.

Метою статті є дослідження ролі емоційного інтелекту в психології управління, розвінчання поширених міфів щодо м'яких навичок лідерів та визначення реальних аспектів їх розвитку. Стаття прагне підкреслити значення ЕІ як ключового чинника ефективного лідерства, а також окреслити перспективи подальшого вдосконалення навичок емоційного інтелекту з урахуванням сучасних технологічних та управлінських викликів.

Наукова новизна роботи полягає у систематизації міфів і реалій щодо ролі емоційного інтелекту як ключового м'якого навичку для лідерів у психології управління. Обґрунтовано вплив ЕІ на підвищення ефективності управлінських процесів і формування лідерських компетенцій у сучасних організаційних умовах.

Результати дослідження свідчать про те, що емоційний інтелект суттєво підвищує ефективність лідерства, допомагаючи керівникам краще управляти власними емоціями та розуміти емоції підлеглих. Лідери з високим рівнем ЕІ здатні створювати позитивний емоційний клімат у команді, що сприяє зниженню конфліктів, підвищенню мотивації та покращенню прийняття рішень.

Ключові слова: емоційний інтелект, психологія управління, лідерство, м'які навички, управлінські компетенції.

Постановка проблеми. Проблематика емоційного інтелекту в психології управління набуває особливої актуальності у сучасному світі, де лідери мають не лише володіти технічними знаннями, а й ефективно управляти власними емоціями та емоціями підлеглих. ЕІ визнається ключовою м'якою навичкою (soft skill), що сприяє формуванню позитивного психоемоційного клімату в колективі, підвищенню мотивації та ефективності управління. Однак попри зростаючу популярність теми навколо ЕІ існує низка міфів, зокрема щодо його ролі у лідерстві, співвідношення з когнітивним інтелектом та можливості розвитку протягом життя. Це зумовлює необхідність наукового аналізу реального впливу емоційного інтелекту на управлінські процеси, розмежування міфів і фактів, а також

формування обґрунтованих рекомендацій для лідерів щодо розвитку soft skills у професійній діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій щодо емоційного інтелекту у психології управління виявляє кілька ключових тенденцій. По-перше, підкреслюється його роль у трансформаційному лідерстві, де здатність лідера до емпатії та управління емоціями сприяє адаптації організацій до кризових умов і формуванню довіри [8; 9]. По-друге, дослідження акцентують на зв'язку ЕІ з ефективним вирішенням конфліктів: керівники з високим рівнем ЕІ здатні м'якше знижувати напругу та забезпечувати конструктивний діалог, що підвищує продуктивність колективу [1; 2; 4].

Сучасні роботи також розкривають вплив ЕІ на творчість у прийнятті рішень, особливо в умовах цифрових трансформацій, де швидкість комунікації вимагає миттєвого аналізу емоційних реакцій. Однак науковці зазначають неоднозначність результатів: ефективність ЕІ залежить від специфіки галузі, організаційної культури та індивідуальних характеристик лідерів.

Практичний аспект досліджень включає розроблення тренінгів із розвитку ЕІ, інтеграцію відповідних модулів у програми підготовки управлінців та впровадження інструментів оцінки емоційної компетентності. Проте залишаються відкритими питання щодо узагальнення методологій та довгострокового впливу розвитку ЕІ на організаційні результати.

Мета статті полягає у тому, щоб дослідити роль емоційного інтелекту в психології управління, розвінчати поширені міфи про м'які навички лідерів та визначити їхній реальний вплив на ефективність управлінської діяльності. Окрім того, окреслити шляхи розвитку ЕІ як важливого інструменту для підвищення якості лідерства в сучасних організаціях.

Результати дослідження. Емоційний інтелект визначається як здатність сприймати, розуміти, регулювати власні емоції та емоції інших людей, а також використовувати цю інформацію для ефективної соціальної взаємодії і прийняття рішень [4]. Згідно з моделлю Джона Майєра та Пітера Саловея, ЕІ включає такі структурні компоненти: ідентифікація та прояв емоцій (власних і чужих), регуляція емоцій, а також використання емоцій у мисленні та діяльності (наприклад, мотивація, творче мислення) [5; 9].

Деніел Гоулман розробив змішану модель ЕІ, яка складається з п'яти ключових компонентів: самосвідомість, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички. Він підкреслює, що ці складники є критичними для ефективного лідерства та управління в організаціях [10].

Дослідження свідчать, що високий рівень ЕІ у керівників сприяє підвищенню ефективності управління, покращенню міжособистісних відносин у колективах, зниженню конфліктів і підвищенню мотивації співробітників [6]. ЕІ допомагає лідерам гнучко адаптуватися до змін, приймати зважені рішення, керувати стресом і зберігати емоційну стабільність у складних ситуаціях.

Особливо важливою є емпатія, яка базується на самоусвідомленні і дає змогу лідерам розуміти емоційний стан підлеглих, що сприяє формуванню довіри і згуртованості в команді.

Популярність концепції ЕІ породила міфи про його легке і швидке освоєння, а також про універсальність як панацеї від усіх управлінських проблем. Проте наукові дослідження показують, що розвиток емоційного інтелекту – це тривалий і системний процес, що вимагає цілеспрямованої роботи над собою, навчання і практики.

Теоретичний аналіз сучасної літератури та управлінської практики виявляє три основні міфи про емоційний інтелект, які перешкоджають його адекватному розумінню та розвитку в освітньому менеджменті.

Міф перший – емоційний інтелект як вроджена характеристика. Цей міф базується на хибному уявленні про емоційний інтелект як про статичну, генетично детерміновану властивість особистості. Теоретичний аналіз досліджень нейропластичності та психології розвитку переконливо доводить протилежне. Емоційний інтелект має виражену динамічну природу та може бути розвинений протягом усього життя через цілеспрямовані практики.

Нейропластичність як здатність мозку змінюватися й адаптуватися під впливом навчання, досвіду та навколишнього середовища є ключовим механізмом, що лежить в основі розвитку емоційного інтелекту. Вона проявляється у формуванні нових нейронних зв'язків і зміцненні існуючих, що дає змогу людині навчатися регулювати власні емоції, розуміти емоційний стан інших та ефективно взаємодіяти у соціальному середовищі.

Дослідження в галузі нейропедагогіки підкреслюють, що регулярне повторення інформації та практичні вправи сприяють зміцненню відповідних нейронних мереж, що підтверджує можливість розвитку м'яких навичок, зокрема емоційного інтелекту, у будь-якому віці [1; 10]. Навіть у зрілому віці мозок зберігає здатність до адаптації, що відкриває перспективи для цілеспрямованого навчання лідерів і менеджерів у сфері управління.

Окрім того, психотерапевтичні втручання і спеціальні методики тренування емоційної саморегуляції та емпатії сприяють посиленню нейропластичності, що підтверджує практичну можливість розвитку ЕІ як навички, а не як вродженої властивості. Водночас існує і негативна нейропластичність, пов'язана зі стресовими або травматичними досвідами, яка може погіршувати емоційний стан, що підкреслює важливість системного підходу до розвитку емоційного інтелекту. Для розвитку високого рівня емоційного інтелекту необхідні свідомі й цілеспрямовані зусилля. Проте ці зусилля цілком виправдані. Близько 80–90% компетенцій, що вирізняють найуспішніших лідерів, пов'язані саме з емоційним інтелектом, а не з технічними знаннями чи навичками. Саме тому компанії вкладають кошти у навчання співробітників ЕІ, адже це дає кращі результати. Перед тим як опанувати нові навички емоційного інтелекту, людям часто доводиться позбу-

тися старих шкідливих звичок або негативних моделей поведінки. Це може бути непросто, оскільки такий процес вимагає глибокої саморефлексії й наполегливості для змін.

Тому міф про вродженість емоційного інтелекту спростовується сучасними даними нейронауки і психології розвитку: емоційний інтелект є динамічною, навчальною компетенцією, що формується й удосконалюється протягом усього життя завдяки нейропластичності мозку і цілеспрямованим практикам.

Міф другий – компенсація емоційного інтелекту когнітивними здібностями. Другий міф полягає в уявленні про можливість компенсації низького емоційного інтелекту високим рівнем традиційного IQ або професійних знань. Теоретичний аналіз показує, що ці типи інтелекту функціонують у різних сферах психічної активності та не можуть замінити один одного. Когнітивний інтелект забезпечує здатність до логічного мислення, аналізу та синтезу інформації, тоді як емоційний інтелект регулює сферу міжособистісних відносин, мотивації та внутрішнього стану особистості. В управлінській діяльності, особливо в освітній сфері, емоційні аспекти часто виявляються більш значущими, ніж технічні компетенції, оскільки керівник працює з живими людьми, а не з абстрактними об'єктами.

Міф третій – емоційний інтелект як маніпулятивний інструмент. Третій міф характеризує емоційний інтелект як витончену форму маніпуляції, де розуміння емоцій використовується для досягнення особистих цілей за рахунок інших. Цей міф виникає через поверхневе розуміння справжньої природи емоційної зрілості.

Проте сучасні дослідження психологів і нейронауковців указують, що хоча ЕІ дає людині інструменти для розпізнавання і регуляції емоцій, його використання може мати як просоціальний, так і маніпулятивний характер. Зокрема, Грант і Девіс та Ніколс відзначають існування «темного боку» емоційного інтелекту, коли людина, володіючи високим рівнем ЕІ, може цілеспрямовано приховувати свої справжні почуття, впливати на емоції інших і навіть спонукати їх до дій, що суперечать їхнім інтересам [8]. Акцент робиться на тому, що без емпатії – здатності співпереживати – емоційний інтелект може стати інструментом для досягнення особистої вигоди, а не для підтримки здорових соціальних взаємодій.

Особливо небезпечними є так звані «темні емпати», які поєднують високий рівень когнітивної емпатії з рисами темної тріади особистості (нарцисизм, психопатія, макіавеллізм). Вони здатні тонко читати емоції інших і використовувати це для маніпуляції, застосовуючи стратегії газлайтингу, бомбардування любов'ю, залякування тощо.

Водночас справжній емоційний інтелект базується на чесності, самосвідомості та емпатії, що робить його фундаментом етичного лідерства і просоціальної поведінки. Навички ЕІ, розвинені з урахуванням моральних принципів, сприяють створенню довіри, підтримці психологічного комфорту в колективі і підвищенню ефективності управління.

Отже, міф про маніпулятивність емоційного інтелекту має під собою реальні підстави лише у разі його зловживання, що пов'язано з відсутністю емпатії та етичної відповідальності. Розуміння і розвиток ЕІ як цілісної компетенції включає не лише технічні навички розпізнавання і регуляції емоцій, а й формування моральної позиції, що запобігає його використанню у маніпулятивних цілях [7]. Окрім того, науковці підкреслюють значення розвитку емпатії як ключового компонента ЕІ, що протидіє використанню емоційних навичок у маніпулятивних цілях. Емпатія формує здатність лідера бачити ситуацію очима інших, розуміти їхні потреби і мотиви, що сприяє формуванню довіри і підтримці здорової командної атмосфери.

Психологічні методики розвитку емоційного інтелекту, зокрема тренінги з емоційної саморегуляції, медитації, коучинг, а також системний підхід до формування моральної відповідальності сприяють формуванню у лідерів не лише технічних навичок роботи з емоціями, а й етичної позиції, що виключає маніпулятивні практики.

Практичний аспект розвитку емоційного інтелекту у лідерів базується на системному застосуванні психологічних методик, серед яких:

1. Тренінги з емоційної саморегуляції.

Ці тренінги навчають лідерів усвідомлювати власні емоції, контролювати імпульсивні реакції та зберігати спокій у стресових ситуаціях. Практики включають вправи на глибоке дихання, релаксацію, а також техніки когнітивної переоцінки, які допомагають змінювати негативні емоційні патерни. Наприклад, регулярне виконання вправ на дихання за методикою «4–4–4» сприяє зниженню рівня тривоги і підвищенню емоційної стійкості.

2. Медитативні практики та усвідомленість (mindfulness).

Медитація допомагає розвивати усвідомленість власних емоцій і думок, що є базою для їх ефективної регуляції. Щоденна 10-хвилинна практика усвідомленого дихання або спостереження за тілесними відчуттями дає змогу лідерам краще концентруватися, знижувати рівень стресу і підвищувати емоційну стабільність. Усвідомленість також сприяє розвитку емпатії – здатності розуміти емоції інших, що є ключовим для формування довіри в команді.

3. Коучинг і супервізія.

Індивідуальні або групові сесії коучингу допомагають лідерам усвідомити свої емоційні реакції, розвинути навички ефективної комунікації та етичного впливу. Коучинг сприяє формуванню моральної відповідальності, оскільки акцентує увагу на цінностях і принципах, що мають керувати поведінкою лідера.

4. Ведення емоційного щоденника і саморефлексія

Щоденна практика запису власних емоційних станів і реакцій допомагає лідерам підвищити самоусвідомлення. Аналіз причин і наслідків емоційних реакцій сприяє кращому розумінню себе і запобігає автоматичним, імпульсивним діям.

5. Арттерапевтичні та творчі техніки.

Залучення творчих методів (малювання, писання, музика) допомагає лідерам виражати та осмислювати емоції, особливо тим, хто має труднощі з вербальним вираженням почуттів. Це сприяє розвитку глибинної емоційної саморегуляції та емпатії.

6. Фізична активність для емоційного балансу.

Регулярні фізичні вправи знижують рівень стресу, покращують настрій і сприяють загальному емоційному благополуччю, що позитивно впливає на здатність лідера ефективно управляти емоціями.

Розвиток ЕІ у лідерів має бути інтегрований із формуванням моральної відповідальності. Це передбачає: включення у навчальні програми етичних норм і цінностей; рефлексію над власною мотивацією і впливом на інших; підтримку культури відкритості та чесності в організації; використання зворотного зв'язку для корекції маніпулятивних тенденцій.

Наприклад, у компанії Johnson & Johnson успішно впроваджено програму Leadership Imperatives, яка поєднує розвиток емоційного інтелекту з етичними стандартами поведінки, що сприяє формуванню відповідальних лідерів і здоровій корпоративній культурі.

Таким чином, практичне застосування психологічних методик розвитку емоційного інтелекту у лідерів включає комплекс вправ і технік, спрямованих на підвищення самоусвідомлення, емоційної саморегуляції, емпатії та формування етичної позиції. Такий системний підхід забезпечує не лише ефективне управління емоціями, а й запобігає маніпулятивним практикам, сприяючи здоровій атмосфері довіри і співпраці в колективі.

Емоційний інтелект відіграє ключову роль у досягненні успіху в різних сферах життя, особливо в професійній діяльності. Дослідження показують, що більша частина фінансових і кар'єрних здобутків залежить від навичок спілкування, ведення переговорів і керування, а не лише від технічних знань. Розвиток ЕІ вимагає свідомих і цілеспрямованих зусиль, зокрема позбавлення від негативних звичок і відкритості до змін.

Інвестиції у навчання емоційному інтелекту є виправданими, адже вони приносять кращі результати як для бізнесу, так і для особистісного зростання. Ураховуючи зростаюче значення ЕІ, його розвиток стає одним із найважливіших пріоритетів сучасної людини, що прагне до успіху і гармонії у житті.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Емоційний інтелект у психології управління є важливим складником ефективного лідерства, що допомагає керівникам краще розуміти та регулювати власні емоції, а також емоції своїх підлеглих. Попри поширені міфи ЕІ – це динамічний набір навичок, які можна розвивати через свідомі зусилля і практики. Водночас варто враховувати, що ЕІ не є єдиним чинником успіху, а лише одним із важливих компонентів, які доповнюють технічні знання та інтелект.

Список використаних джерел і літератури

1. Емоційний інтелект, нейропедагогіка та важливість м'яких навичок: висновки з регіональних (не)конференцій у Золотоноші, Харкові й Тернополі. *НУШ*. URL: <https://nus.org.ua/2024/09/16/emotsijnyj-intelekt-nejropedagogika-ta-vazhlyvist-m-yakyh-navychok-vysnovky-z-regionalnyh-ne-konferentsij-u-zolotonoshi-harkovi-j-ternopoli/> (дата звернення: 28.05.2025).
2. Моторнюк У.І., Крохмальна Я.О. Емоційний інтелект у системі управління персоналом: структура та проблеми оцінювання. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Менеджмент та підприємництво в Україні: етапи становлення та проблеми розвитку*. 2022. № 2 (8). С. 52–60.
3. Огороднійчук З., Выборнова Є. Емоційний інтелект як предмет дослідження в психологічній літературі. *Науковий часопис УДУ імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2023. Вип. 22 (67). С. 82–90.
4. Олійник І. Роль емоційного інтелекту в ефективному лідерстві. *Таврійський науковий вісник. Серія «Економіка»*. 2023. № 16. С. 222–228.
5. Омельченко А.І. Роль емоційного інтелекту викладача у формуванні позитивного середовища. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2025. Вип. 23. С. 138–145.
6. Христофорова О.М., Бабенко М.В., Савіна А.Л. Вплив емоцій на процес мислення лідера. *Економічний простір*. 2020. № 164. С. 124–128.
7. Шевченко І.А., Шелевер О.В., Маркова В.В. Розвиток soft skills у здобувачів освіти як запорука успішної професійної діяльності. *Інноваційна педагогіка*. 2024. Вип. 72. С. 269–272.
8. Davis, S.K., & Nichols, R. Does emotional intelligence have a «dark» side? A review of the literature. *Frontiers in psychology*. 2016. № 7. P. 13–16.
9. Goleman D., Mayer J.D., Salovey P., Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. 1995. 352 p.
10. Rock D. Your Brain at Work: Strategies for Overcoming Distraction, Regaining Focus, and Working Smarter All Day Long. 2009. 304 p.

References

1. Emotsiinyi intelekt, nejropedahohika ta vazhlyvist m'yakykh navychok: vysnovky z rehionalnykh (ne)konferentsii u Zolotonoshi, Kharkovi i Ternopoli. [Emotional Intelligence, Neuropedagogy, and the Importance of Soft Skills: Conclusions from Regional (Non) Conferences in Zolotonosha, Kharkiv, and Ternopil]. Retrieved from: <https://nus.org.ua/2024/09/16/emotsijnyj-intelekt-nejropedagogika-ta-vazhlyvist-m-yakyh-navychok-vysnovky-z-regionalnyh-ne-konferentsij-u-zolotonoshi-harkovi-j-ternopoli/> [in Ukrainian].
2. Motorniuk, U.I., & Krochmalna, Ya.O. (2022). Emotsiinyi intelekt u systemi upravlinnia personalom: struktura ta problemy otsiniuvannia [Emotional Intelligence in Personnel Management System: Structure and Evaluation Issues]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu "Lvivska politekhniky". Menedzhment ta pidpriemnytstvo v Ukraini: etapy stanovlennia ta problemy rozvytku*, 2 (8), 52–60 [in Ukrainian].
3. Ohorodniichuk, Z., & Vybornova, Ye. (2023). Emotsiinyi intelekt yak predmet doslidzhennia v psykholohichnii literaturi [Emotional Intelligence as a Subject of Research in Psychological Literature]. *Naukovyi chasopys UDU imeni Mykhaila Drahomanova. Serii 12. Psykholohichni nauky*, 22 (67), 82–90. [in Ukrainian].
4. Oliinyk, I. (2023). Rol emotsiinoho intelektu v efektyvnomu liderstvi [The Role of Emotional Intelligence in Effective Leadership]. *Tavriiskyi naukovyi visnyk. Serii: Ekonomika*, 16, 222–228. [in Ukrainian].

5. Omelchenko, A.I. (2025). Rol emotsiinoho intelektu vykladacha u formuvanni pozytyvnoho seredovyshcha [The Role of Teacher's Emotional Intelligence in Creating a Positive Environment]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Serii: Psykholohichni nauky*, 23, 138–145. [in Ukrainian].
6. Khrystoforova, O.M., Babenko, M.V., & Savina, A.L. (2020). Vplyv emotsii na protses myslennia lidera [Influence of Emotions on the Thinking Process of a Leader]. *Ekonomichnyi prostir*, 164, 124–128. [in Ukrainian].
7. Shevchenko, I.A., Shelever, O.V., & Markova, V.V. (2024). Rozvytok soft skills u zdobuvachiv osvity yak zaporuka uspishnoi profesiinoi diialnosti [Development of Soft Skills in Students as a Guarantee of Successful Professional Activity]. *Innovatsiina pedahohika*, 72, 269–272. [in Ukrainian].
8. Davis, S.K., & Nichols, R. (2016). Does emotional intelligence have a “dark” side? A review of the literature. *Frontiers in psychology*, 7, 13–16 [in English].
9. Goleman, D., Mayer, J.D., & Salovey, P. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. 352 p. [in English].
10. Rock, D. (2009). Your Brain at Work: Strategies for Overcoming Distraction, Regaining Focus, and Working Smarter All Day Long. 304 p. [in English].

Poleshchuk L. V.

Doctor of Philosophy in Psychology (PhD),
Associate Professor at the Department of Social Psychology
Odesa I.I. Mechnikov National University

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN MANAGEMENT PSYCHOLOGY: MYTHS AND REALITIES OF SOFT SKILLS FOR LEADERS

This article examines the role of emotional intelligence (EQ) in management psychology, focusing on its significance for effective leadership. It analyzes common myths and the real aspects of developing soft skills that help leaders better understand and manage their own emotions as well as those of their subordinates. The article emphasizes that EQ is a dynamic set of skills that can be developed, and that a high level of emotional intelligence contributes to improved decision-making, conflict reduction, and increased team productivity.

The purpose of this article is to explore the role of emotional intelligence in management psychology, dispel widespread myths about leaders' soft skills, and identify the real aspects of their development. The article aims to highlight the importance of EQ as a key factor in effective leadership and to outline prospects for further improvement of emotional intelligence skills considering current managerial challenges.

The scientific novelty of the work lies in the systematization of myths and realities regarding the role of emotional intelligence as a crucial soft skill for leaders in management psychology. The influence of EQ on enhancing the effectiveness of management processes and the formation of leadership competencies in modern organizational conditions is substantiated.

The research results indicate that emotional intelligence significantly improves leadership effectiveness by helping leaders better manage their own emotions and understand the emotions of their subordinates. Leaders with a high level of EQ are capable of creating a positive emotional climate within the team, which contributes to conflict reduction, increased motivation, and better decision-making.

Key words: emotional intelligence, management psychology, leadership, soft skills, managerial competencies.

УДК 81'234:159.944:316.6-053.6(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.23>

Порпуліт О. О.

кандидат філологічних наук,

доцент кафедри соціальної психології

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: porpulit@ukr.net

ORCID ID: 0000-0002-5118-305X

ПСИХОЛІНГВІСТИКА ТРИВОЖНОСТІ: ЯК ВОЄННИЙ СТРЕС ФОРМУЄ ЕМОЦІЙНІ БАР'ЄРИ В МІЖОСОБИСТІСНОМУ СПІЛКУВАННІ МОЛОДІ

У контексті зростаючої соціальної нестабільності та тривалого воєнного конфлікту в Україні спостерігається суттєве підвищення рівня тривожності серед молоді, що безпосередньо впливає на якість міжособистісного спілкування. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю глибшого розуміння психолінгвістичних механізмів впливу тривожності на формування емоційних бар'єрів у комунікативній поведінці в умовах хронічного стресу. Метою статті є виявлення взаємозв'язку між рівнем тривожності (реактивної та особистісної) та труднощами встановлення міжособистісних контактів серед молоді в умовах воєнного стресу.

Наукова новизна полягає у комплексному емпіричному аналізі впливу тривожних станів на мовленнєву поведінку підлітків з урахуванням соціального контексту війни як специфічного чинника комунікативних бар'єрів. Дослідження проводилося впродовж лютого 2024 – лютого 2025 р. на вибірці зі 148 учнів віком 15–18 років із застосуванням шкали Спілберга – Ханіна та методики діагностики труднощів у встановленні контактів В. Бойка.

Результати засвідчили наявність статистично значущого зворотного зв'язку між рівнем тривожності та емоційними бар'єрами у спілкуванні. У підлітків із високим рівнем тривожності спостерігається тенденція до уникнення міжособистісної взаємодії, зниження рівня довіри та зменшення мовленнєвої активності. Отримані дані можуть бути основою для розроблення психолінгвістичних програм підтримки молоді в умовах тривалого соціального стресу.

Ключові слова: психолінгвістика, тривожність, емоційні бар'єри, міжособистісна комунікація, молодь, воєнний стрес.

Постановка проблеми. У сучасних умовах соціальної турбулентності та повномасштабної війни в Україні спостерігається істотне зростання рівня тривожності серед молоді, що безпосередньо позначається на якості міжособистісної комунікації. Емоційна тривожність, зумовлена хронічним відчуттям загрози життю, з одного боку, дестабілізує психоемоційний стан індивіда та модифікує когнітивно-мовленнєві процеси породження і сприйняття мовлення, з іншого – провокує порушення мовленнєвої ініціативи, знижує рівень довіри до співрозмовника та посилює тенденцію до уникнення міжособистісної взаємодії. Це виявляється у скороченні кількості комунікативних актів, звуженні тематики висловлювань, зростанні кількості мовленнєвих пауз, а також у переважанні негативно забарв-

леної лексики. Подібні феномени свідчать про функціональні порушення психолінгвістичних механізмів комунікативної поведінки в умовах дистресу.

У цьому контексті особливої актуальності набуває вивчення тривожності як чинника формування емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні, зокрема в молодіжному середовищі. Попри велику кількість досліджень, присвячених загальній проблематиці тривожних розладів, недостатньо уваги приділено специфіці мовленнєвих реакцій у стані підвищеної тривожності, особливо в умовах воєнної нестабільності.

Молодь як вікова когорта є особливо уразливою до впливу деструктивних соціальних і медіакомунікативних чинників, оскільки перебуває на етапі активного формування комунікативних, соціальних і емоційно-ціннісних компетенцій. Отже, актуальність дослідження зумовлена потребою в емпіричному аналізі мовленнєвої поведінки молодих осіб із різним рівнем тривожності у контексті воєнного стресу, що водночас є основою для розроблення ефективних психолінгвістичних стратегій реабілітації, профілактики та підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика тривожності як чинника комунікативних порушень активно розробляється у сучасній психолінгвістиці, когнітивній психології та соціальній комунікативістиці. Значна увага приділяється вивченню мовленнєвих характеристик осіб із підвищеним рівнем тривожності, зокрема уповільненню темпу мовлення, збільшенню кількості пауз, редукції лексичного репертуару, униканню емоційно навантажених тем [3; 9; 10].

У роботах сучасних дослідників [6; 8; 11] засвідчено, що емоційна тривожність негативно впливає на когнітивно-мовленнєву продуктивність, призводить до зниження рівня емпатії, формує недовіру до комунікативного партнера та послаблює здатність до конструктивного діалогу. Особливої ваги ці чинники набувають у кризових ситуаціях, зокрема в умовах воєнних дій, коли рівень тривожності значно зростає і спричиняє стійкі емоційно-комунікативні бар'єри [1].

Однак більшість наявних емпіричних досліджень проводилася в умовах мирного часу або не враховувала специфіки впливу воєнного стресу на молодіжне середовище. Недостатньо вивченим залишається й мовленнєвий прояв внутрішньої тривожності в міжособистісному спілкуванні підлітків та юнацтва, яке знаходиться у фазі становлення особистісної та комунікативної ідентичності. Словом, сучасний науковий контекст демонструє потребу в міждисциплінарному дослідженні, що поєднує психолінгвістичний, психологічний та соціокомунікативний підходи до аналізу емоційних бар'єрів, зумовлених підвищеною тривожністю у молодіжному середовищі під час війни.

Мета статті – з'ясування психолінгвістичних особливостей впливу тривожності на формування емоційних бар'єрів у міжособистісній комунікації молоді в умовах воєнного стресу, а також визначення взаємозв'язку між рівнем тривожності та труднощами у встановленні комунікативних контактів.

Результати дослідження. Комплексне емпіричне дослідження тривало з лютого 2024 по лютий 2025 р. із застосуванням шкали реактивної та особистісної тривожності Ч.Д. Спілберга (STAI), у модифікації Ю. Ханіна (1976), та методики визначення труднощів у встановленні контактів В. Бойка [4]. Серед 148 респондентів участь у дослідженні взяли 82 юнака (55,4% вибірки) та 66 дівчат (44,6% вибірки) у віці 15–18 років. Загалом було виокремлено дві вікові групи респондентів: Г1 – 76 підлітків (50 юнаків і 26 дівчат) віком 15–16 років (51,4% вибірки); Г2 – 72 підлітки (32 юнаки та 40 дівчат) віком 17–18 років (48,6% вибірки). У кожній із вікових груп було здійснено диференціацію за напрямом навчання: а) 15–16 років: 76 респондентів здобувають фахову передвищу освіту, із них 50 юнаків і 26 дівчат; б) 17–18 років: 72 респондента, із них 29 підлітків здобувають фахову передвищу освіту (14 юнаків і 15 дівчат), 43 – вищу освіту (18 юнаків і 25 дівчат). Відповідно до вибраних критеріїв респонденти були розподілені на шість груп:

Г1аФП – юнаки віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти; 50 (33,8%);

Г1бФП – дівчата віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти; 26 (17,5%);

Г2аФП – юнаки віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, 14 (9,5%);

Г2аВО – юнаки віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти, 18 (12,2%);

Г2бФП – дівчата віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, 15 (10,1%);

Г2бВО – дівчата віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти, 25 (16,9%).

Отримані загальні дані по вибірці дають інформацію, яку було використано для кореляційного аналізу та виявлення залежності між віком, статтю, напрямом освіти та рівнем тривожності, труднощами в установленні контактів.

Проведені дослідження дають підстави констатувати, що рівень реактивної тривожності є вищим за рівень тривожності особистісної [4]. Підсумковий показник свідчить, що респонденти всіх шести груп перебувають у стані середнього рівня тривожності (31–45 балів) із тенденцією до високого (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл респондентів за шкалою реактивної та ситуативної тривожності

	Реактивна тривожність Середнє значення (М)	Особистісна тривожність Середнє значення (М)	Підсумковий показник
Г1аФП	41,8	40,7	41,3
Г1бФП	42,4	40,3	41, 4
Г2аФП	44,3	41,3	42,8
Г2аВО	38,7	30,5	34,6
Г2бФП	38,8	38,6	38,7
Г2бВО	41,7	39,6	40,7

Максимальний прояв реактивної тривожності мають юнаки віком 17–18 років, здобувачі фахової передвищої освіти, найменший прояв – юнаки віком 17–18 років, здобувачі вищої освіти.

Привертає увагу той факт, що означені групи зберігають ієрархічну позицію і під час аналізу особистісної тривожності. Реактивна тривожність – це емоційна реакція, яка виникає у відповідь на конкретні стресові події або загрози. Війна є одним із найбільш потужних стресогенних чинників, що здатні суттєво підвищувати рівень реактивної тривожності. Вона значно зростає через постійний вплив таких чинників, як вибухи, сигнали повітряної тривоги, постійна загроза життю та безпеці, постійне перебування у стані очікування небезпеки, що сприяє гіперактивації нервової системи. Гучні, раптові звуки (вибухи, сирени) активують симпатичну нервову систему, підвищуючи рівень адреналіну та кортизолу. Це посилює тривожність і може призводити до розвитку хронічного стресу. Звісно, цей стан реактивної тривоги відрізняється нестійкістю у часі та різною інтенсивністю залежно від сили впливу стресової ситуації.

Щодо особистісної тривожності, то на 6,1% кількість респондентів-юнаків, що демонструють високий рівень особистісної тривожності, є більшою порівняно з кількістю респонденток і на 9,5% перебільшують кількість дівчат, що демонструють середній рівень особистісної тривожності. З іншого боку, на 4,6% кількість респонденток, що демонструють низький рівень особистісної тривожності, є більшою порівняно з кількістю юнаків із показниками низького рівня особистісної тривожності. Найбільшу особистісну розбіжність було виявлено під час зіставлення рівня тривожності у підлітків віком 17–18 років, що є здобувачами вищої освіти і здобувачами фахової передвищої освіти.

Інтерпретаційний аналіз даних, отриманих згідно з результатами дослідження за методикою «Шкала реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності», дає змогу зазначити:

«1) низький рівень ситуативної тривожності демонструють 21 реципієнт (14,2%), середній рівень ситуативної тривожності – 98 реципієнтів (66,2%), високий – 29 реципієнтів (19,6%);

2) вектор розвитку ситуативної тривожності – від середнього до високого;

3) аналогічно розподілений рівень особистісної тривожності – низький рівень 15 реципієнтів (10,1), середній – 110 (74,3%) і високий – 23 (15,6)» [4].

Успішні соціальні комунікації та взаємодії підлітків залежать від кількох ключових чинників, які можна умовно поділити на особистісні (рівень емоційного інтелекту, самооцінка, рівень розвитку комунікативних навичок, психологічна гнучкість), соціальні (стиль виховання, середовище однолітків і друзів, соціальні норми, традиції та очікування) та контекстуальні (культурні особливості, кризові періоди розвитку суспільства тощо). Найбільш виражені емоційні реакції та переживання, зазначають науковці, «виникають у критичні моменти розбалансованості динамічного процесу взаємодії особистості і суспільства, у

так звані «критичні періоди» [2, с. 28], тож цілком закономірним є фокус наукової уваги на виявленні емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні підлітків, які щоденно перебувають у надстресових умовах війни (вибухи, руйнування житла та рідного міста, безпосередня загроза життю тощо).

За методикою «Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» (за В.В. Бойко) було визначено наявність емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні в респондентів кожної групи вибірки. Емоційні перешкоди, згідно з методикою В. Бойка, класифіковані у п'ять груп: 1) невміння управляти емоціями та їх дозувати; 2) неадекватний вияв емоцій; 3) негнучкість, невиразність, нерозвиненість емоцій; 4) домінування емоцій негативних; 5) небажання зближуватися з людьми на емоційній основі [5].

Оцінка наявності/відсутності емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні респондентів проводилося згідно з поданою шкалою [5], де:

1. Перший рівень (0–2 бали) свідчить про «мінімальний або відсутній емоційний бар'єр» [2, с. 28–29]. Респондент спокійно і відкрито взаємодіє з іншими, емоції не заважають спілкуванню, немає ознак агресії, страху чи байдужості. Доброзичливість, легкість у налагодженні контактів. Упевненість у собі та своїй комунікативній компетентності. Здатність контролювати емоції у складних ситуаціях.

2. Другий рівень (3–5 балів) означає «помірний емоційний бар'єр, який може інколи ускладнювати спілкування» [2, с. 29]. Емоційний вплив є, але він не домінує і може бути скоригований свідомими зусиллями. Можлива емоційна дистанція або надмірне хвилювання в окремих ситуаціях.

3. Третій рівень (6–8 балів) вказує на високий рівень емоційного бар'єру, який значно впливає на спілкування. Емоції стають перешкодою для ефективної взаємодії. Виражена агресія, страх чи емоційна відчуженість. Часто виникають конфлікти, труднощі у побудові довірливих стосунків. Респондент може уникати спілкування через дискомфорт або негативні очікування.

4. Четвертий рівень (9–12 балів) означає «виражений емоційний бар'єр, який є системним і серйозно впливає на якість спілкування» [2, с. 30]. Частотними є труднощі в міжособистісній взаємодії, емоційні реакції виникають майже автоматично. Людина може уникати певних ситуацій спілкування або демонструвати стійке негативне ставлення до співрозмовників.

5. П'ятий рівень (13 і більше балів) свідчить про критично високий рівень емоційних бар'єрів, що фактично блокує нормальну комунікацію. Емоційні бар'єри настільки сильні, що спілкування стає дисфункціональним або практично неможливим. Людина може проявляти постійну агресію, надмірний страх або повне емоційне відчуження.

Наведемо дані первинної статистичної обробки «Діагностики емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні» для кожної з груп респондентів. Так, у табл. 2. подано статистичні значення критерію «Невміння управляти емоціями та їх дозувати».

Таблиця 2

**Статистичні значення критерію
«Невміння управляти емоціями та їх дозувати»**

Рівень емоційного бар'єру	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	–	2	–	10	4	8	16,2%
Другий рівень	27	16	8	6	9	17	56,1%
Третій рівень	18	4	–	2	2	–	17,6%
Четвертий рівень	4	3	4	–	–	–	7,4%
П'ятий рівень	1	1	2	–	–	–	2,7%

Респонденти демонструють переважно помірні труднощі в емоційній регуляції (56,1%): часте використання емоцій як аргументів у спілкуванні, здатність деякий час тримати себе в руках, але потім дати прояв емоціям, «зірватися», можливе й емоційне залучення у проблеми інших людей. Незначна кількість респондентів (4 особи) демонструє критичну нездатність регулювати власні емоції, що проявляється у відсутності «фільтрів» в емоційних реакціях: гіперреакція на незначну критику, часті конфлікти через надмірну емоційність, невміння висловлювати почуття у прийнятній формі тощо.

Табл. 3 репрезентує результати дослідження за критерієм неадекватного вияву емоцій.

Таблиця 3

**Статистичні значення критерію
«Неадекватний вияв емоцій»**

Рівень емоційного бар'єру	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	10	9	3	12	9	12	37,2%
Другий рівень	25	16	8	4	5	13	48,1%
Третій рівень	13	1	–	2	1	–	11,5%
Четвертий рівень	1	–	1	–	–	–	1,4%
П'ятий рівень	1	–	2	–	–	–	2,0%

Більшість респондентів демонструє відсутність будь-яких маркерів неадекватного прояву емоцій (37,2%): їхня міміка не є надто виразною, жестикуляція не є надмірною під час розмови, та помірний емоційний бар'єр (48,1%), що може виявлятися у певній різкості та імпульсивності, надмірній радості, сміху чи плачу в ситуаціях, що цього не потребують.

Інформацію щодо показників негнучкості, невиразності, нерозвиненості емоцій подано в табл. 4.

Таблиця 4

**Статистичні значення критерію
«Негнучкість, невиразність, нерозвиненість емоцій»**

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	2	–	–	5	9	8	16,2%
Другий рівень	14	11	11	4	6	17	42,6%
Третій рівень	26	15	3	9		–	35,8%
Четвертий рівень	8	–	–	–	–	–	5,5%
П'ятий рівень	–	–	–	–	–	–	–

Високий рівень прояву критерію негнучкості, невиразності та нерозвиненості емоцій у підлітків свідчить про наявність труднощів у сфері емоційного розвитку, що зумовлені незрілістю емоційної сфери. З іншого боку, травматичний досвід або стрес є чинниками блокування природного розвитку емоційності. Емоційна негнучкість заважає адаптуватися до змінних обставин у спілкуванні, підліток може мати труднощі в налагодженні контактів, відчувати себе незрозумілим чи ізольованим.

Узагальнено інформацію щодо оцінки домінування негативних емоцій у респондентів у табл. 5.

Таблиця 5

Статистичні значення критерію «Домінування негативних емоцій»

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	35	18	8	12	10	16	67,1%
Другий рівень	6	4	5	–	2	3	13,2%
Третій рівень	5	4	1	2	3	2	11,5%
Четвертий рівень	–	–	–	3	–	–	2,0%
П'ятий рівень	4	–	–	1	–	4	6,1%

Низький рівень прояву негативних емоцій у межах від 1 до 2 балів у 67,1% респондентів в умовах війни може свідчити про низку явищ: 1) адаптацію та психологічну стійкість (підлітки починають сприймати складні обставини як нову «норму»); 2) підлітки, що перебувають під тривалим стресом, можуть відчувати емоційну «втому», що призводить до зниження здатності переживати сильні емоції (як негативні, так і позитивні); 3) дисоціація – у кризових ситуаціях людина може відчувати емоційну відчуженість (дисоціацію), коли негативні емо-

ції здаються віддаленими або приглушеними (є захисним механізмом психіки); 4) пріоритет на виживання – у стані війни люди часто фокусуються на практичних аспектах (захист, виживання, допомога іншим), що може тимчасово «відсунути» емоції на другий план.

У табл. 6 експоновано дані щодо критерію «Небажання зближуватися з людьми».

Таблиця 6

Статистичні значення критерію «Небажання зближуватися з людьми»

Рівень емоційного бар'єра	Г1аФП	Г1бФП	Г2аФП	Г2аВО	Г2бФП	Г2бВО	Відносне значення, %
Перший рівень	34	17	3	13	9	18	63,5%
Другий рівень	10	8	8	4	4	6	27,0%
Третій рівень	4	1	3	1	2	1	8,1%
Четвертий рівень	1	–	–	–	–	–	0,7%
П'ятий рівень	1	–	–	–	–	–	0,7%

Відсутність перешкод на рівні небажання зближуватися з людьми у респондентів може бути пояснена низкою причин, як-от збереження базової довіри до людей, адаптивність психіки, потреба у підтримці, позитивний вплив соціального оточення тощо. Проте слід ураховувати, що не всі підлітки реагують однаково на кризові ситуації. Відсутність небажання зближуватися може бути не тільки проявом адаптації, а й поверхневим способом уникнення глибших переживань чи страхів.

Підбиваючи підсумки, акцентуємо, що респонденти Г2бВО демонструють найвищий відсоток відсутності емоційних бар'єрів у спілкуванні. Респонденти Г2бФП та Г2аВО за збереження досить високих показників відсутності емоційних бар'єрів у спілкуванні мають вияви помірних емоційних бар'єрів, які можуть бути скореговані свідомими зусиллями. Найбільш виражений емоційний бар'єр, який є системним і серйозно впливає на якість спілкування, притаманний представникам Г1аФП – юнаки віком 15–16 років, здобувачі фахової передвищої освіти. Привертає увагу відсутність певних чітко виражених тенденцій щодо розбіжностей у прояві емоційних бар'єрів у групах респондентів-дівчат і респондентів-юнаків: у межах 30–65% респонденти демонструють помірні емоційні бар'єри. Аналогічно, респонденти, що є здобувачами фахової передвищої освіти і вищої освіти, майже однаково демонструють певний відсоток вираженого й критично високого рівня емоційних бар'єрів, що свідчить про емоційну напруженість, складнощі у розумінні емоцій інших людей, низьку емпатію (рис. 1).

Проведений кореляційний аналіз між показниками рівнів емоційних бар'єрів

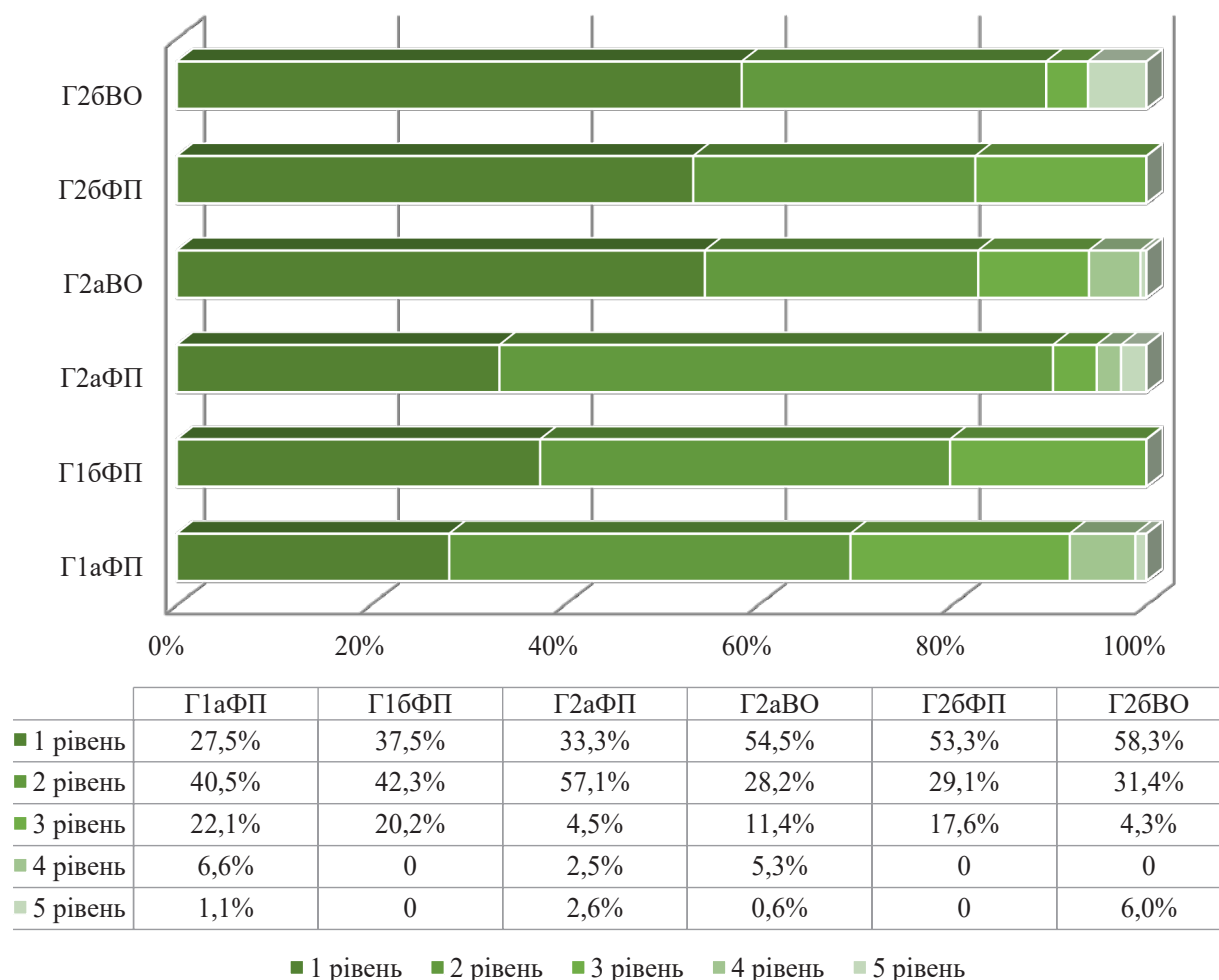


Рис. 1. Розподіл респондентів за рівнями виявлення емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

та значеннями критеріїв реактивної тривожності дає змогу зробити низку висновків (табл. 7).

Таблиця 7

Кореляційні зв'язки між шкалою тривожності Спілбергера – Ханіна та діагностичними показниками емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні

Порівнювані критерії (рівень реактивної тривожності / рівень емоційних бар'єрів)	Коефіцієнт r-Пірсона	Вид зв'язку
Г1аФП	-0,41	Зворотний зв'язок середньої сили
Г16ФП	-0,31	Зворотний зв'язок середньої сили
Г2аФП	-0,21	Надслабкий зворотний зв'язок
Г2аВО	0,56	Слабкий лінійний зв'язок
Г26ФП	0,98	Сильний лінійний зв'язок
Г26ВО	0,84	Сильний лінійний зв'язок

Виявлений зворотний зв'язок середньої сили за коефіцієнтом r -Пірсона між показниками тривожності та емоційними бар'єрами у міжособистісному спілкуванні означає, що зі зростанням тривожності емоційні бар'єри у спілкуванні зменшуються, або, навпаки, зі зменшенням тривожності бар'єри у спілкуванні збільшуються. Це може бути пов'язано з тим, що підлітки з вищою тривожністю прагнуть уникати конфліктів чи критики, що може знижувати бар'єри для спілкування, але водночас впливати на його якість.

Респонденти Г1аФП та Г1бФП із помірною тривожністю є більш схильними до адаптації у комунікації, намагаючись уникати додаткових стресів. Це може зменшувати емоційні бар'єри у спілкуванні, проте такі стосунки можуть залишатися поверхневими та емоційно виснажувати людину. Слабкий коефіцієнт кореляції, характерний для Г2аФП, що має найвищий рівень реактивної тривожності порівняно з іншими групами респондентів, свідчить про те, що тривожність і емоційні бар'єри в міжособистісному спілкуванні є взаємозалежними лише частково, і на кожен із цих факторів впливають інші, незалежні один від одного чинники (наприклад, соціальне середовище, рівень підтримки, індивідуальні особливості характеру). Сильний лінійний зв'язок, виявлений для Г2бФП та Г2бВО, указує на прямий вплив рівня тривожності на формування емоційних бар'єрів у спілкуванні. Підлітки, які відчувають високий рівень тривоги, можуть уникати соціальної взаємодії, мати труднощі з довірою або відкритістю у спілкуванні, що ускладнює їхні міжособистісні стосунки. Воєнний стан створює сильний і тривалий стрес, який може посилювати тривожність у підлітків. Це, своєю чергою, може провокувати розвиток захисних механізмів, таких як емоційна закритість, уникання спілкування або надмірна обережність у взаємодії з іншими. Сильна кореляція свідчить про те, що тривожність є основним джерелом труднощів у міжособистісному спілкуванні. Така ситуація вказує на необхідність посиленої роботи з підлітками, спрямованої на розвиток навичок комунікації, управління стресом та зниження рівня тривожності. Психологічна підтримка може допомогти їм краще адаптуватися до стресових умов і зменшити вплив тривоги на їхні стосунки.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчили наявність статистично значущого взаємозв'язку між рівнем тривожності (реактивної та особистісної) та вираженістю емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні підлітків. Отримані дані підтверджують гіпотезу про те, що тривожність є суттєвим чинником формування емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні з особливою актуальністю в умовах тривалого соціального стресу, спричиненого війною. Це вимагає цілеспрямованих психолінгвістичних і психокорекційних утручань для підтримки молоді в процесі соціалізації й розвитку ефективної комунікації.

Перспективним напрямом подальших досліджень є виявлення механізмів мовленнєвої адаптації в умовах пролонгованого стресу, зокрема вивчення трансформації комунікативних стратегій, зумовлених високим рівнем емоційної напруги,

недовіри до соціального оточення та зниженим відчуттям безпеки. Також потребують розроблення психолінгвістичні моделі раннього виявлення мовленнєвих індикаторів тривожних станів, що може мати практичне значення для створення систем превентивної підтримки у сфері освіти, ментального здоров'я та кризової комунікації. Дослідження мають бути спрямовані на пошук ефективних стратегій подолання емоційних бар'єрів, відновлення довіри в спілкуванні та формування стійких мовленнєвих практик у ситуаціях соціальної нестабільності.

Список використаних джерел і літератури

1. Дударєва Т.В., Бількевич Н.А. Вплив тривожності на формування соціально-комунікативної компетентності майбутніх медсестер в умовах війни. *Медична освіта*. 2024. № 1. С. 84–91. URL: <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2024.1.14585> (дата звернення: 25.05.2025).
2. Зеленська З.П. Психологічні особливості емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні учнів основної школи. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Том V. Вип. 20. С. 26–35. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/6.pdf> (дата звернення: 25.05.2025).
3. Коц В.П. Особливості комунікативної компетентності та стресостійкості. *Педагогіка здоров'я : зб. наук. пр. VIII Всеукр. наук.-практ. конф.* Харків : ХНПУ, 2018. С. 188–190.
4. Порпуліт О.О. Психологічні засновки медійної буттєвості : кваліфікаційна робота магістра за спеціальністю «053 Психологія». Одеса : НУ «Одес. політехніка», 2024. 79 с.
5. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник / уклад.: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище. Вид. 2-е, виправл. Ужгород : Видавництво Олександри Гаркуші, 2012. 616 с.
6. Скожець Н. Особистісна тривожність як бар'єр встановлення міжособистісних зв'язків. 2022. URL: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/39822/2/ICBuTS_2022_Skozhetz_N-Personal_anxiety_as_a_178-179.pdf (дата звернення: 25.05.2025).
7. Hotsur O., Porpult O., Danylina O., Zozulia N., Stiekolshchykova V., & Danko-Sliptsova A. How does Information Manipulation Interfere with Normal Brain Function? The Disruption of Neuroethics in War-Time Mass Media. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2023. 14 (3), 224–240. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/14.3/472> (дата звернення: 25.05.2025).
8. Junbo Ma, Bo Lin. The Impact of College Students' Social Anxiety on Interpersonal Communication Skills: A Moderated Mediation Model. *Scientific and Social Research*. 2017. 4 6): 101–108. URL: https://www.researchgate.net/publication/367672313_The_Impact_of_College_Students'_Social_Anxiety_on_Interpersonal_Communication_Skills_A_Moderated_Mediation_Model#fullTextFileContent (дата звернення: 25.05.2025).
9. Pickard H., Rijdsdijk F., Happe F., Mandy W. Are Social and Communication Difficulties a Risk Factor for the Development of Social Anxiety? *Journal of the American Academy of Child and Teen Psychiatry*. 2017. 56 (4). URL: DOI: 10.1016/j.jaac.2017.01.007 (дата звернення: 25.05.2025).
10. Sobol B. Critical Review: Is there a link between language skills and anxiety in children or adolescents with communication impairments? *School of Communication Sciences and Disorders*. 2019. URL: https://www.uwo.ca/fhs/lwm/teaching/EBP/2018_19/Sobol.pdf (дата звернення: 25.05.2025).
11. Üstündağ A., Haydaroğlu S., Sayan D., Güngör M. The relationship between social anxiety levels and effective communication skills of adolescents participating in sports. *Scientific Reports*. 2025. 15 (1). URL: DOI: 10.1038/s41598-025-00800-1 (дата звернення: 25.05.2025).

References

1. Dudarieva, T.V., Bilkevych, N.A. (2024). Vplyv tryvozhnosti na formuvannia sotsialno-komunikativnoi kompetentnosti maibutnikh medsester v umovakh viiny [The impact of anxiety on the formation of social-communicative competence of future nurses in wartime conditions]. *Medychna osvita*, (1), 84–91. <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2024.1.14585> [in Ukrainian].
2. Zelenska, Z.P. (2020). Psykholohichni osoblyvosti emotsiinykh barieriv u mizhosobystisnomu spilkuvani uchniv osnovnoi shkoly [Psychological features of emotional barriers in interpersonal communication of secondary school pupils]. *Aktualni problemy psykholohii*, 5 (20), 26–35. Retrieved from: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/6.pdf> [in Ukrainian].
3. Kots, V.P. (2018). Osoblyvosti komunikativnoi kompetentnosti ta stresostiikist [Features of communicative competence and stress resistance]. *Pedahohika zdorovia: zb. nauk. pr. VIII Vseukr. nauk.-prakt. Kharkiv National Pedagogical University*, 188–190 [in Ukrainian].
4. Porpulit, O.O. (2024). Psykholohichni zasnovky mediinoi buttievosti [Psychological foundations of media existence]: kvalifikatsiina robota mahistra za spetsialnistiu “053 Psykholohiia”. Odesa: Nats. un-t “Odes. politekhnikha”, 79 s. [in Ukrainian].
5. Psykholohu dlia roboty. Diahnostychni metodyky (2012). [Psychologist’s toolkit: Diagnostic methods]: zbirnyk [uklad.: M.V. Lemak, V.Yu. Petryshche. Vyd. 2-he, vypravl. Uzhhorod: Vydavnytstvo Oleksandry Harkushi, 616 s. [in Ukrainian].
6. Skozhets, N. (2022). Osobystisna tryvozhnist yak barier vstanovlennia mizhosobystisnykh zviazkiv [Personal anxiety as a barrier to establishing interpersonal connections]. Retrieved from: https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/39822/2/ICBuTS_2022_Skozhets_N-Personal_anxiety_as_a_178-179.pdf [in Ukrainian].
7. Hotsur, O., Porpulit, O., Danylina, O., Zozulia, N., Stiekolshchykova, V., & Danko-Sliptsova, A. (2023). How does information manipulation interfere with normal brain function? The disruption of neuroethics in war-time mass media. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 14 (3), 224–240. <https://doi.org/10.18662/brain/14.3/472> [in English].
8. Ma, J., & Lin, B. (2017). The impact of college students’ social anxiety on interpersonal communication skills: A moderated mediation model. *Scientific and Social Research*, 4 (6), 101–108. Retrieved from: https://www.researchgate.net/publication/367672313_The_Impact_of_College_Students'_Social_Anxiety_on_Interpersonal_Communication_Skills_A_Moderated_Mediation_Model#fullTextFileContent [in English].
9. Pickard, H., Rijdsdijk, F., Happe, F., & Mandy, W. (2017). Are social and communication difficulties a risk factor for the development of social anxiety? *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 56(4). <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.01.007> [in English].
10. Sobol, V. (2019). Critical review: Is there a link between language skills and anxiety in children or adolescents with communication impairments? *School of Communication Sciences and Disorders*. Retrieved from: https://www.uwo.ca/fhs/lwm/teaching/EBP/2018_19/Sobol.pdf [in English].
11. Üstündağ, A., Haydaroglu, S., Sayan, D., & Güngör, M. (2025). The relationship between social anxiety levels and effective communication skills of adolescents participating in sports. *Scientific Reports*, 15(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00800-1> [in English].

Porpulis O. O.

Candidate of Philological Sciences,

Associate Professor at the Department of Social Psychology

Odesa I.I. Mechnikov National University

PSYCHOLINGUISTICS OF ANXIETY: HOW WAR STRESS FORMES EMOTIONAL BARRIERS IN INTERPERSONAL COMMUNICATION OF YOUNG PEOPLE

In the context of growing social instability and prolonged military conflict in Ukraine, there is a significant increase in the level of anxiety among young people, which directly affects the quality of interpersonal communication. The relevance of the study is due to the need for a deeper understanding of the psycholinguistic mechanisms of the influence of anxiety on the formation of emotional barriers in communicative behavior in conditions of chronic stress. The aim of the article is to identify the relationship between the level of anxiety (reactive and personal) and the difficulties of establishing interpersonal contacts among young people in conditions of military stress.

The scientific novelty lies in the comprehensive empirical analysis of the influence of anxiety states on the speech behavior of adolescents, taking into account the social context of war as a specific factor of communicative barriers. The study was conducted during February 2024 – February 2025 on a sample of 148 students aged 15–18 years using the Spielberg-Khanin scale and the method of diagnosing difficulties in establishing contacts by V. Boyko.

The results showed the presence of a statistically significant inverse relationship between the level of anxiety and emotional barriers in communication. Adolescents with a high level of anxiety tend to avoid interpersonal interaction, reduce the level of trust and reduce speech activity. The data obtained can be the basis for the development of psycholinguistic programs to support youth in conditions of prolonged social stress.

Key words: psycholinguistics, anxiety, emotional barriers, interpersonal communication, youth, war stress.

УДК 159.9:316.77

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.24>

Приходько А. М.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, педагогіки і мовної підготовки
Харківський національний університет міського господарства
імені О. М. Бекетова
e-mail: alonaprykhodko74@gmail.com
ORCID ID: 0000-0001-8227-0220

Долгопол О. О.

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри психології, педагогіки і мовної підготовки
Харківський національний університет міського господарства
імені О. М. Бекетова
e-mail: dolgop_helen@ukr.net
ORCID ID: 0000-0002-9545-2290

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЇ НЕТВОРКІНГУ У ЗМІЦНЕННІ ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПЕРСОНАЛУ

У статті розглядається важливість психології нетворкінгу як дієвого інструменту для зміцнення організаційної ідентичності персоналу. Досліджено психологічні механізми, через які нетворкінг впливатиме на формування почуття приналежності, спільності та ототожнення працівників із цінностями та цілями організації. Проаналізовано ключові аспекти психології нетворкінгу: соціальний капітал, міжособистісна довіра, обмін інформацією та підтримка, у контексті їхнього впливу на організаційну ідентичність. Наведено практичні рекомендації для керівників та організаційних психологів щодо використання принципів психології нетворкінгу для підвищення рівня організаційної ідентичності та покращення загального функціонування організації (формування нетворкінгових стратегій, розвиток «амбасадорів» бренду, стимулювання зовнішнього нетворкінгу, формування спільного бачення та цінностей, інтеграція цінностей у нетворкінг, подолання психологічних бар'єрів, підвищення впевненості/самовпевненості, рішучості, сміливості, моніторинг та корекція стратегій).

Ключові слова: психологія нетворкінгу, організаційна ідентичність, соціальний капітал, міжособистісна довіра, внутрішні комунікації, почуття приналежності.

Постановка проблеми. Не викликає сумнівів той факт, що в умовах динамічних змін на ринку праці тенденція формування сильної організаційної ідентичності персоналу набуває особливого значення. Організаційна ідентичність є ключовим чинником, що впливає на мотивацію, залученість, продуктивність та плинність кадрів. Тому працівник із сильною організаційною ідентичністю докладатиме додаткових зусиль, аби продемонструвати лояльність та виступати

амбасадором організації, презентуючи бренд компанії. На нашу думку, саме формування навичок нетворкінгу сприятиме підвищенню рівня організаційної ідентичності персоналу, що дасть змогу організації функціонувати ефективно і продуктивно. Психологія нетворкінгу досить нове у науці поняття, тому дослідження його ролі в управлінні персоналом, зокрема у зміцненні організаційної ідентичності персоналу, виявляється актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасних наукових студіях можна виокремити кілька основних тенденцій щодо розгляду питання нетворкінгу. Визначенню дефініції поняття «нетворкінг» присвячено праці таких зарубіжних фахівців, як: Д. Фішер, С. Вілас («процес збору, зберігання і поширення інформації, корисної для вас і людей у вашій мережі», «мистецтво просування досягнень інших осіб»); Р. Фрішмен, Д. Лублін («є утворенням спільноти і об'єднує професіоналів своєї галузі»); Д. Ліпнак, Д. Стампе («установлення контакту між людьми, з'єднання ідей з ресурсами»). В.Я. Брич та Х.А. Снігур у своєму дослідженні визначили особливості застосування нетворкінгу в управлінні персоналом, виділили основні шляхи для впровадження нетворкінгу у сфері управління персоналом для вітчизняних підприємств: «формування єдиного комунікаційного простору за допомогою створення Інтернет-ресурсу, який агрегує інформацію про всі HR-заходи різного рівня, що проводяться, який буде націлений не тільки на наукову і професійну підтримку діяльності управлінців, а й бізнес-спільноти; розроблення програми тренінгів із нетворкінгу для управлінців; використання коворкінгових майданчиків для обміну досвідом між управлінцями місцевих компаній і проведення speed-dating» [1, с. 111]. Нетворкінг як соціально-психологічний інструмент для побудови мережі бізнес-контактів розглядався у працях В. Бутрина та О. Кізь. Дослідниками схарактеризовано технології нетворкінгових комунікацій у веденні бізнесу та роль комунікативної компетентності суб'єкта бізнес-діяльності у налагодженні мережі корисних ділових зв'язків. Проте недостатня кількість прицільних досліджень психології нетворкінгу та його ролі у зміцненні організаційної ідентичності персоналу зумовлює необхідність проведення досліджень із цієї теми. Уважаємо, що психологічні аспекти нетворкінгу мають значний потенціал для зміцнення внутрішньоорганізаційних зв'язків та формування сильної організаційної ідентичності.

Мета статті. Дослідження ролі психології нетворкінгу у процесі формування та зміцнення організаційної ідентичності персоналу, аналіз механізмів, через які нетворкінг допоможе працівникам усвідомити свою роль в організації, їх відданість цінностям та корпоративній культурі, а також готовність до ефективної взаємодії.

Результати дослідження. Насамперед конкретизуємо суть понять «організаційна ідентичність» та «психологія нетворкінгу».

Стосовно визначення поняття «організаційна ідентичність» (organizational identity), то нам імпонує пояснення цього особистісного утворення О.В. Фролової:

«Це цілісна та динамічна система певних елементів зі специфічними зв'язками між ними, що забезпечує пристосування працівника до організаційного середовища» [5, с. 189]. Дослідницею вдало представлено структурно-функціональну модель конструкту організаційної ідентичності, описано характерні ознаки організаційної ідентичності. Також ґрунтовно проаналізовано вказаний феномен у праці А. Партики, який розглядає організаційну ідентичність як «одну з форм соціальної ідентичності суб'єкта у тісному зв'язку з особистісною ідентичністю» [4, с. 79].

На основі проаналізованих джерел [1–5] психологію нетворкінгу визначатимемо як галузь психології, яка досліджує когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти встановлення, розвитку та підтримки професійних та особистих зв'язків задля продуктивної взаємодії. Психологія нетворкінгу досліджуватиме, як психологічні механізми впливатимуть на ефективність нетворкінгу, та надаватиме інструменти для подолання перешкод і оптимізації процесу взаємодії.

У психології нетворкінгу важливими, на нашу думку, є *перше враження* (невербальна комунікація тут відіграватиме ключову роль у створенні позитивного враження); *довіра та взаємність* (готовність допомогти є ключовим чинником для довгострокових зв'язків); *емоційний інтелект* (саме вміння розпізнавати, розуміти та керувати власними емоціями та емоціями інших є вкрай важливим для ефективного спілкування та налагодження зв'язків); *соціальний вплив* (вплив поведінки інших на наші власні дії, особливо в ситуаціях зав'язування контактів, може бути використано для посилення нетворкінгових зусиль); *мотивація до нетворкінгу* (робота організаційних психологів щодо подолання психологічних чинників, що спонукають або перешкоджають людям займатися нетворкінгом: страх відмови, сором'язливість, сприйняття нетворкінгу як прийому маніпулювання тощо); *комунікативні навички* (активне слухання, відкриті запитання, адаптація власного стилю спілкування до різних співрозмовників); *формування та підтримка стосунків* (стратегії для перетворення випадкових знайомств на міцні та взаємовигідні зв'язки); *харизматичність та особливі індивідуальні особливості* (інтроверсія/екстраверсія).

Отже, психологія нетворкінгу допомагає зрозуміти, чому певні підходи до налагодження зв'язків є ефективними, як працівники організацій можуть використовувати свої психологічні ресурси для створення і підтримки сильної та корисної мережі контактів.

Організаційна ідентичність із позиції психології є когнітивним та емоційним зв'язком індивіда з організацією, що включатиме такі ідентифікації: *когнітивну* (усвідомлення спільності з членами організації та сприйняття себе як її представника); *емоційну* (почуття гордості, прихильності та емоційної прив'язаності до організації) та *поведінкову* (демонстрація поведінки, що відповідає цінностям та нормам організації).

Психологія нетворкінгу впливатиме на зміцнення організаційної ідентичності через низку взаємопов'язаних механізмів: *формування почуття спільності та приналежності*, оскільки активна участь у внутрішньоорганізаційних мережах сприятиме встановленню тісних контактів між працівниками різних відділів та рівнів, а регулярна взаємодія, обмін досвідом та підтримка створюватимуть відчуття спільності та приналежності до єдиної команди; *поширення організаційних цінностей та культури* (нетворкінг є ефективним каналом для неформального поширення організаційних цінностей, норм та традицій, тому що через особисті комунікації та обмін історіями працівники краще розуміють та засвоюють культуру організації; *робота організаційних психологів із підвищення рівня довіри та психологічної безпеки* (розвинені мережі внутрішніх зв'язків сприятимуть зростанню рівня довіри між колегами та керівництвом, а відчуття підтримки та впевненість у надійності оточення створюватимуть атмосферу психологічної безпеки); *обмін інформацією та знаннями* (нетворкінг полегшуватиме обмін інформацією, знаннями та найкращими практиками між працівниками, що сприятиме відчуттю залученості та важливості їхнього внеску в загальний успіх організації, зміцнюючи організаційну ідентичність); *створення можливостей для соціального навчання та розвитку* (взаємодія з досвідченими колегами через мережі нетворкінгу надаватиме можливості для набуття професійно значущих компетенцій та професійного розвитку); *ідентифікація через референтні групи* (через неформальні групи співробітники орієнтуються на зразки поведінки, що схвалюються в межах організації, що створюватиме передумови для внутрішньої стандартизації мислення та зміцнення спільної ідентичності).

Зауважимо, що організаційні психологи відіграють надзвичайно важливу роль у формуванні цієї ідентичності, використовуючи психологію нетворкінгу як потужний інструмент. Уважатимемо доцільними такі заходи щодо зміцнення організаційної ідентичності через психологію нетворкінгу:

– формування нетворкінгових стратегій задля створення культури взаємодії та співпраці: *створення платформ для внутрішньої комунікації та взаємодії* (запровадження внутрішніх соціальних мереж, форумів, неформальних зустрічей та корпоративних заходів між працівниками різних підрозділів); *заохочення менторства та коучингу* (розроблені організаційними психологами програми менторства та коучингу сприятимуть передачі знань, досвіду та цінностей організації від більш досвідчених працівників до новачків); *організація спільних проєктів* (тимбілдинги та крос-функціональні проєкти, оскільки спільна робота над проєктами та участь у командних заходах сприятимуть формуванню почуття спільності, взаємодопомоги та гордості за спільні досягнення); *підтримка неформальних мереж та заходів* (коворкінг-дні, спільні сніданки тощо); *забезпечення прозорої комунікації та зворотного зв'язку* (відкрита та чесна комунікація щодо цілей, стратегій та досягнень організації сприятиме кращому розумінню працівниками своєї ролі та їх ідентифікації з організацією); психо-

логічна підтримка мережевих процесів (HR-фахівці та корпоративні психологи можуть здійснювати фасилітацію мережевих комунікацій, моніторинг групової динаміки та сприяти подоланню конфліктів, що виникають у процесі комунікації);

– розвиток «амбасадорів» бренду (навчання навичкам нетворкінгу через тренінги з ефективного нетворкінгу для співробітників, фокусуючись на аспектах психології спілкування: активному слуханні, емпатії, умінні «читати» невербальні сигнали, будувати довіру, оскільки ці навички є важливими як для внутрішньої, так і для зовнішньої взаємодії);

– стимулювання зовнішнього нетворкінгу (заохочення співробітників до участі в галузевих конференціях, семінарах, професійних спільнотах);

– формування спільного бачення та цінностей (виявлення та артикуляція ключових цінностей, які становлять основу організаційної ідентичності, саме через фасилітовані дискусії, опитування та групові вправи психологи допомагатимуть «озвучити» те, у що вірить організація);

– інтеграція цінностей у нетворкінг (коли співробітники розуміють та поділяють цінності компанії, вони автоматично транслиують їх у своїх нетворкінгових взаємодіях, і саме організаційні психологи навчають, як доносити ці цінності через особисті історії та професійні контакти, роблячи ідентичність організації більш відчутною та привабливою);

– подолання психологічних бар'єрів (робота зі страхом відмови та сором'язливістю; оскільки в організації працюють люди з різними психотипами, то навчання подолання психологічного дискомфорту під час нетворкінгу є пріоритетним завданням організаційних психологів у цьому напрямі через тренінги з формування навичок асертивної поведінки, рольові ігри, створення «безпечного» і комфортного середовища для відпрацювання практичних навичок);

– підвищення впевненості/самовпевненості, рішучості, сміливості (розвиток особистісної ефективності та комунікативних навичок підвищує упевненість співробітників у взаємодії, що робить їх більш ефективними в нетворкінгу та, відповідно, у формуванні позитивного образу організації);

– моніторинг, корекція та оцінка ефективності нетворкінгу через розроблення метрик для оцінки якості та впливу нетворкінгових активностей на організаційну ідентичність, опитувальників для співробітників щодо їхнього відчуття приналежності, аналіз кількості та якості встановлених контактів, а також зворотний зв'язок від зовнішніх партнерів;

– корекція стратегій (на основі отриманих даних психологи надаватимуть рекомендації щодо корекції нетворкінгових стратегій та програм із метою сприяння формуванню бажаної організаційної ідентичності).

Отже, організаційні психологи не просто навчатимуть співробітників основам нетворкінгу, а інтегруватимуть психологічні принципи у щоденні практики взаємодії, формуючи унікальне обличчя організації як усередині, так і за її

межами. Це сприятиме формуванню згуртованої команди, яка вірить у свою місію та ефективно її транслює, таким чином демонструючи організаційну ідентичність

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Психологія нетворкінгу є потужним інструментом для зміцнення організаційної ідентичності персоналу. Розвиток внутрішніх мереж спілкування, формування довіри, обмін інформацією та підтримка сприятимуть формуванню почуття приналежності, спільності та ототожнення працівників з організацією. Керівники, які усвідомлюють важливість психологічних аспектів нетворкінгу та впроваджуватимуть відповідні стратегії, можуть значно підвищити рівень організаційної ідентичності своїх працівників, що, своєю чергою, позитивно впливатиме на загальну ефективність та успіх організації.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення впливу різних типів нетворкінгу (формального та неформального) на різні аспекти організаційної ідентичності в контексті специфічних організаційних культур та галузей.

Список використаних джерел і літератури

1. Брич, В.Я., Снігур Х.А. Нетворкінг: поняття та особливості застосування в управлінні персоналом. *Вісник Хмельницького національного університету. Економічні науки*. 2017. № 5. С. 108–111.
2. Бутрин В., Кіз О. Нетворкінг як соціально-психологічний інструмент розвитку бізнесу. *Science and society: modern trends in a changing world : The 1st International scientific and practical conference (December 18–20, 2023). Vienna : MDPC Publishing*, 2023. Р. 395–403.
3. Бутрин В., Кіз О. Експериментальне дослідження практики використання нетворкінгу у сфері бізнес-діяльності: соціально-психологічний вимір. *Психологія: реальність і перспективи*. 2023. Вип. 21. С. 23–35.
4. Партико А. Атрибути організаційної ідентичності у контексті класичних та сучасних досліджень. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2023. Вип. 16. С. 72–81.
5. Фролова О.В. Структурно-функціональна модель конструкту організаційної ідентичності особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 121 (2). С. 188–192. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2014_121%282%29__41

References

1. Brych, V.Ia., & Snihur Kh.A. (2017). Networkinh: poniattia ta osoblyvosti zastosuvannia v upravlinni personalom [Networking: concept and features of application in personnel management]. *Visnyk Khmelnytskoho natsionalnoho universytetu*. [Economic sciences], 5, 108–111 [in Ukrainian].
2. Butryn, V., & Kiz, O. (2023). Networkinh yak sotsialno-psykholohichniy instrument rozvytku biznesu [Networking as a socio-psychological tool for business development]. *Science and society: modern trends in a changing world : The 1st International scientific and practical conference (December 18–20, 2023). Vienna : MDPC Publishing*. P. 395–403 [in Ukrainian].
3. Butryn V., Kiz O. (2023). Eksperymentalne doslidzhennia praktyky vykorystannia networkinhu u sferi biznes-diialnosti: sotsialno-psykholohichniy vymir [Experimental study of the practice of using networking in the field of business activities: social and psychological dimension]. *Psykhologhiia: realnist i perspektyvy : zbirnyk naukovykh prats RDHU* [Psychology: reality and prospects]. Rivne. Issue. 21. P. 23–35 [in Ukrainian].

4. Partyko, A. (2023). Atrybuty orhanizatsiinoi identychnosti u konteksti klasychnykh ta suchasnykh doslidzhen [Attributes of organizational identity in the context of classical and modern research]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. ser. : Psykholohichni nauky*, 16, 72–81 [in Ukrainian].

5. Frolova, O.V. (2014). Strukturno-funktsionalna model konstrukt orhanizatsiinoi identychnosti osobystosti [Structural-functional model of the construct of organizational identity of the individual]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. ser. : Psykholohichni nauky*, 121 (2), 188–192. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2014_121%282%29__41 [in Ukrainian].

Prykhodko A. M.

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology, Pedagogy
and Language Training
O. M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv

Dolgopol O. O.

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychology, Pedagogy
and Language Training
O. M. Beketov National University of Urban Economy in Kharkiv

THE ROLE OF NETWORKING PSYCHOLOGY IN STRENGTHENING ORGANIZATIONAL IDENTITY OF PERSONNEL

This article explores the importance of networking psychology as an effective tool for strengthening organizational identity among personnel. It investigates the psychological mechanisms through which networking influences the formation of employees' sense of belonging, commonality, and identification with the organization's values and goals. The paper analyzes key aspects of networking psychology, such as social capital, interpersonal trust, information exchange, and support, in the context of their impact on organizational identity. Practical recommendations are provided for managers and organizational psychologists on utilizing networking psychology principles to enhance organizational identity and improve overall organizational functioning. These recommendations include: developing networking strategies, cultivating brand “ambassadors”, fostering external networking, forming a shared vision and values, integrating values into networking practices, overcoming psychological barriers (such as enhancing confidence, self-assurance, determination, and courage), and implementing strategy monitoring and correction.

Key words: networking psychology, organizational identity, social capital, interpersonal trust, internal communications, sense of belonging.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.25>

Підбуцький О. Ю.

здобувач третього рівня вищої освіти

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

e-mail: alexuko@ukr.net

ORCID ID: 0009-0007-0488-4500

ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

У статті досліджено психологічні чинники успішності онлайн-навчання здобувачів другого (магістерського) рівня освіти в закладах вищої освіти м. Харків. Мета дослідження полягає у визначенні психологічних чинників, що зумовлюють академічну успішність здобувачів у процесі онлайн-навчання. У дослідженні взяли участь 177 респондентів, було використано шкалу академічної мотивації та шкалу студентської залученості. Наукова новизна дослідження полягає у виокремленні п'яти латентних чинників, що зумовлюють успішність онлайн-навчання: емоційно-мотиваційна стабільність, регульована мотивація, когнітивна орієнтація, поведінкова дезорієнтація та зовнішня підтримка. Установлено, що внутрішня мотивація та висока залученість пов'язані з вищими академічними результатами, тоді як амотивація та низька поведінкова активність – із нижчими. Результати можуть бути використані для оптимізації дистанційної освіти та психологічної підтримки студентів.

Ключові слова: онлайн-навчання, дистанційна освіта, здобувачі вищої освіти, мотивація, залученість.

Постановка проблеми. Актуальність дослідження об'єктивних і суб'єктивних чинників успішності онлайн-навчання зумовлена стрімким зростанням частки дистанційного навчання в системі освіти в Україні, особливо в умовах тривалих кризових подій, зокрема пандемії COVID-19 та повномасштабного вторгнення. За даними UNICEF, у 2022–2024 рр. понад 60% закладів вищої освіти частково або повністю перейшли на дистанційну форму організації освітнього процесу, що стало не тимчасовим заходом, а стійкою тенденцією трансформації освіти [1]. Водночас онлайн-навчання супроводжується значними викликами щодо забезпечення його якості, ефективності та результативності. Саме тому виникає необхідність у науково обґрунтованій оцінці успішності цієї форми навчання з урахуванням не лише академічних результатів, а й особистісного досвіду учасників освітнього процесу.

З одного боку, об'єктивні показники успішності, такі як академічна успішність, відвідуваність, виконання навчальних планів і проходження контрольних заходів, забезпечують формальну оцінку ефективності онлайн-освіти. Вони дають змогу проводити порівняльний аналіз із традиційними формами навчання та виявляти зовнішні чинники, що впливають на результативність. Проте сучасні дослідження, зокрема проведені в українських університетах у 2023–2024 рр., свідчать про те,

що формальні оцінки не завжди відображають глибину залученості студентів, їх мотивацію та емоційне ставлення до освітнього процесу. Близько 47% студентів, за даними дослідження аналітичного центру CEDOS, указують на зниження якості взаємодії з викладачем і труднощі у формуванні самодисципліни попри збереження високих балів у заліковках [3].

У цьому контексті суб'єктивні показники, такі як рівень задоволеності навчанням, відчуття особистої ефективності, мотиваційна залученість та психологічний комфорт під час освітнього процесу, виступають важливим джерелом інформації про реальну якість онлайн-освіти. Вивчення саме таких характеристик набуває особливого значення в українських умовах, коли на студентів додатково впливають чинники нестабільності, тривожності та емоційного виснаження через війну. За даними ЮНІСЕФ, понад 70% українських підлітків, які навчаються дистанційно, стикаються зі стресом, пов'язаним з інформаційною перенасиченістю та браком соціального контакту [2]. Це свідчить про необхідність урахування не лише педагогічних, а й психологічних аспектів успішності онлайн-навчання.

Дослідження об'єктивних і суб'єктивних чинників успішності онлайн-навчання дає змогу створити комплексну модель оцінки якості дистанційної освіти, релевантну до українського контексту. Такий підхід сприятиме розробленню більш гнучких, адаптивних освітніх стратегій, орієнтованих не лише на засвоєння знань, а й на підтримку психоемоційного стану здобувачів освіти, підвищення їхньої внутрішньої мотивації та формування стійкої освітньої ідентичності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Упродовж останніх років психологічні дослідження, присвячені онлайн-навчанню, виявляють зростання уваги до низки ключових аспектів, які визначають добробут та ефективність здобувачів освіти. Насамперед, значна частина робіт фокусується на психоемоційних наслідках дистанційного навчання, таких як зростання рівнів тривожності, депресії та стресу. Ці стани часто пов'язані з ізоляцією, браком соціальної взаємодії та відчуттям невизначеності, що особливо актуально для молоді. Другий важливий аспект – мотивація та залученість студентів, яка у форматі онлайн-навчання зазнає суттєвого зниження через обмежену комунікацію та брак безпосереднього контакту з викладачами й однолітками (Н. Підбуцька, А. Книш) [9, с. 318]. Це, своєю чергою, тісно пов'язано з ускладненнями у взаємодії: відсутність невербальних сигналів, фізичної присутності та жива взаємодія істотно впливають на якість навчального процесу.

Українські дослідження демонструють глибоку чутливість до специфіки національного контексту. Так, Н. Тавровецька та О. Вельдбрехт проаналізували переваги та недоліки впровадження онлайн-навчання у період воєнного стану. Дослідники відзначають позитивні боки цифрового формату, зокрема мобільність і розвиток цифрових компетентностей, але водночас наголошують на негативних наслідках: порушенні комунікації, відсутності особистісно орієнтованої взаємодії та посиленні соціальної ізоляції [11, с. 42]. У дослідженні Г. Черушевої

та колег увагу зосереджено на психологічних бар'єрах у віртуальній комунікації, де віртуальна втома та відсутність невербальних сигналів визначаються як критичні чинники. Автори пропонують інтегрувати арттерапію для пом'якшення цих викликів [4, с. 42]. Дослідження І. Пінчук виявило масштабне поширення симптомів депресії (85,8%), тривожності (66,1%) та порушень сну (56,9%) серед українських студентів, що призводить до помітного зниження академічної продуктивності [10, с. 8]. Л. Москаленко з колегами провели дослідження, присвячене змішаному навчанню, яке підкреслює значення мотиваційного чинника: висока мотивація та усвідомлення особистих цілей значно підвищують рівень залученості студентів та їхні результати [8, с. 300]. Автори наполягають на необхідності системного підходу до розуміння освітнього процесу в нових умовах.

Англомовні джерела підтверджують подібні тенденції. А. Фехайма у дослідженні алжирських студентів, які навчалися дистанційно під час пандемії, установила чіткий зв'язок між обмеженим доступом до технологій та зростанням психологічного дистресу [5, с. 207]. Авторка закликає державні інституції втручатися через надання ресурсів. У метааналізі Дж. Лі та колег виявлено, що пандемія значно вплинула на психічне здоров'я та поведінку студентів, причому серед ключових тем досліджень фігурують тривожність, академічний тиск і фізичні ризики [6, с. 1353]. Робота К. Макрає звертає увагу на те, як дистанційна освіта змінює щоденні практики студентів, зменшуючи їхню фізичну активність і підвищуючи ризики соціальної ізоляції [7].

Узагальнений аналіз як українських, так і англомовних досліджень дає змогу зробити висновок про значний вплив онлайн-освіти на психологічний стан здобувачів. Серед основних викликів – підвищений рівень емоційного навантаження, зниження мотивації, дефіцит міжособистісної взаємодії, а також потреба в адаптації до нових цифрових форматів. Для ефективної протидії цим загрозам рекомендовано впроваджувати комплексні підтримувальні стратегії, що охоплюють як інституційну психологічну допомогу, так і створення безпечного та сприятливого середовища навчання в умовах невизначеності.

Мета статті. Визначення психологічних чинників, що зумовлюють академічну успішність здобувачів у процесі онлайн-навчання.

Результати дослідження. Дослідження проводилося з метою вивчення психологічних чинників, пов'язаних з успішністю онлайн-навчання здобувачів вищої освіти, що навчаються за другим (магістерським) рівнем вищої освіти в закладах вищої освіти міста Харкова. Усі учасники на момент дослідження проходили навчання винятково у дистанційному форматі з використанням онлайн-технологій (зокрема, платформ Moodle, Zoom, Google Meet, Classroom, Teams тощо), що забезпечує релевантність вибірки до умов онлайн-освітнього середовища.

Дослідження складалося з двох етапів. На першому етапі було сформовано первинну вибірку з 200 здобувачів, для яких було здійснено збір інформації щодо їхньої академічної успішності – середнього балу за перший семестр навчання

за 100-бальною шкалою. Із метою підвищення обґрунтованості висновків та забезпечення порівнянності результатів до наступного етапу було включено лише тих респондентів, які не мали академічної заборгованості за попередню сесію, що дало змогу вважати їхній досвід успішного онлайн-навчання сталим. У результаті до основної вибірки увійшло 177 осіб, із них 123 респонденти – жінки (середній вік – 24,8 року), 54 респонденти – чоловіки (середній вік – 25,5 року).

На другому етапі дослідження здобувачі заповнювали два стандартизовані психодіагностичні опитувальники. Першим інструментом була Шкала оцінки академічної мотивації, яка дає змогу оцінити як зовнішню, так і внутрішню мотивацію до навчання, а також виявити рівень амотивації. Другим інструментом була Шкала залученості студентів у навчальний процес, яка охоплює когнітивну, поведінкову та емоційну компоненти освітньої активності. Усі методики заповнювалися в електронному форматі через захищену онлайн-платформу із забезпеченням добровільної згоди та анонімності.

Для статистичної обробки отриманих даних було використано коефіцієнт альфа-Кронбаха, що дав змогу перевірити внутрішню узгодженість шкал кожної з методик. Із метою виявлення латентних чинників, які структурують психологічні характеристики успішного онлайн-навчання, було проведено факторний аналіз із використанням методу головних компонентів та обертанням за варімакс-критерієм. Отримані факторні структури дали змогу виокремити сукупність психологічних предикторів, що зумовлюють успішність здобувачів у дистанційному освітньому середовищі.

Таблиця 1

Коефіцієнти α Кронбаха для психодіагностичних шкал

Шкала	Коефіцієнт α Кронбаха
ВМ: Знати	0,832
ВМ: Досягнення	0,701
ВМ: Стимуляція	0,783
ЗМ: Ідентифікована	0,782
ЗМ: Інтроектована	0,754
ЗМ: Зовнішня регуляція	0,867
Амотивація	0,846
Когнітивна залученість	0,819
Поведінкова залученість	0,823
Афективна залученість	0,772

Примітка: ЗМ – зовнішня мотивація, ВМ – внутрішня мотивація

Представлені у таблиці значення коефіцієнтів α Кронбаха свідчать про високу внутрішню узгодженість більшості психодіагностичних шкал, використаних у дослідженні. Усі коефіцієнти знаходяться в межах від 0.70 до 0.87, що вказує на належну надійність вимірювання. Найвищий рівень узгодженості зафіксовано для шкали «ЗМ: Зовнішня регуляція» ($\alpha = 0,867$), що свідчить про стабільність

відповідей респондентів на відповідні твердження. Найнижче значення спостерігається для шкали «ВМ: Досягнення» ($\alpha = 0,701$), однак і воно залишається в межах допустимого для психологічних досліджень. Таким чином, усі шкали демонструють прийнятний або високий рівень внутрішньої надійності, що дає змогу використовувати їх у подальшому аналізі без ризику спотворення результатів.

Таблиця 2

Екстракція факторів після перевірки (Varimax)

Компонент	Суми квадратів обернаних навантажень		
	Загалом	% дисперсії	Кумулятивний %
1	2,087	16,057	16,057
2	1,921	14,780	30,837
3	1,821	14,010	44,847
4	1,375	10,578	55,426
5	1,303	10,027	65,453

У ході виконання факторного аналізу з ротацією було визначено п'ять факторів, які сумарно описують 65% загальної дисперсії.

Таблиця 3

Результати факторного аналізу

	Компонент				
	1	2	3	4	5
Середній бал	0,596	0,678	0,501		
ВМ: Знати			-0,826		
ВМ: Стимуляція	0,601		0,623		
ЗМ: Ідентифікована			0,500	0,535	
ЗМ: Інтроєкована		0,706			
ЗМ: Зовнішня регуляція					0,852
Амотивація	-0,725				
Когнітивна залученість					0,532
Поведінкова залученість				-0,844	
Афективна залученість	-0,635				

Для кожного з факторів було запропоновано інтерпретаційні назви відповідно до провідних змінних із високими навантаженнями.

Перший фактор, який пояснює 16,06% дисперсії, можна інтерпретувати як Фактор емоційно-мотиваційної стабільності. У його структуру входять амотивація (із сильним негативним навантаженням -0,725), афективна залученість (-0,635) та позитивне навантаження середнього балу (0,596) і внутрішньої мотивації до стимуляції (0,601). Така конфігурація вказує на те, що студенти з нижчим рівнем амотивації та вищим рівнем емоційної залученості демонструють більш

успішне навчання, яке підтримується позитивним внутрішнім збудженням та емоційним інтересом до процесу. Цей фактор відображає значущість афективної включеності та відсутності апатії для підтримання академічної ефективності в умовах онлайн-освіти.

Другий фактор (14,78% дисперсії) умовно можна назвати Фактором регульованої мотивації. Він об'єднує інтроєктовану мотивацію (0,706) та середній бал (0,678), що свідчить про важливу роль внутрішньо засвоєних, але ще частково зовнішньо зумовлених форм мотивації, коли студент учить через почуття обов'язку, провини або самоповаги. У цьому контексті успішність онлайн-навчання частково зумовлена прагненням до відповідності соціальним або власним стандартам. Такий тип мотивації є перехідним між зовнішньою регуляцією та внутрішньою автономією, тому його позитивний зв'язок із результативністю є показовим.

Третій фактор, який пояснює 14,01% дисперсії, відображає Фактор когнітивної орієнтації. Його зміст формують внутрішня мотивація до знання (з негативним навантаженням -0,826), внутрішня мотивація до стимуляції (0,623), ідентифікована зовнішня та середній бал (0,501). Незважаючи на зворотне навантаження знанневої мотивації, у поєднанні з позитивними навантаженнями інших змінних це може вказувати на наявність внутрішньої когнітивної напруги або конфлікту між пізнавальним інтересом і емоційною перевантаженістю, що характерно для онлайн-формату, де надмірна кількість знань не завжди корелює з почуттям контролю над процесом.

Четвертий фактор, який пояснює 10,58% дисперсії, можна трактувати як Фактор поведінкової дезорієнтації. Його визначальним елементом є високий негативний зв'язок із поведінковою залученістю (-0,844), що вказує на те, що окремі респонденти мають труднощі з організацією власної навчальної активності, що негативно впливає на їх результативність. Додатковим маркером цього є часткова асоціація із зовнішньо ідентифікованою мотивацією (0,535), що вказує на зовнішню структурованість як компенсаторну стратегію.

П'ятий фактор (10,03% дисперсії) може бути названий Фактором зовнішньої підтримки та регуляції, оскільки в ньому домінують змінні «ЗМ: Зовнішня регуляція» (0,852) та «Когнітивна залученість» (0,532). Це свідчить про те, що в умовах онлайн-навчання студенти, які орієнтовані на зовнішні стимули (оцінки, вимоги, контроль), здатні мобілізувати свої когнітивні ресурси, зберігаючи концентрацію та зусилля, необхідні для ефективного виконання навчальних завдань.

Узагальнено структура факторів виявляє багатовимірність психологічних детермінант успішності онлайн-навчання та підкреслює важливість як внутрішніх мотиваційних ресурсів, так і зовнішніх умов для підтримки залученості та результативності здобувачів вищої освіти.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведене дослідження дало змогу встановити, що успішність онлайн-навчання здобувачів другого

(магістерського) рівня вищої освіти детермінована комплексом психологічних чинників, серед яких провідну роль відіграють мотиваційні орієнтації та залученість у навчальний процес. Отримані результати факторного аналізу підтверджують, що внутрішня мотивація, зокрема прагнення до пізнання та відчуття емоційної стимуляції, є позитивно пов'язаною з академічною результативністю. Водночас амотивація, низька афективна та поведінкова залученість виявляють негативний зв'язок із середнім балом, що вказує на ризики зниження ефективності навчання у контексті недостатньої внутрішньої включеності. Особливе значення також має тип мотиваційної регуляції: інтроєктована та ідентифікована мотивація чинять позитивний вплив на навчальні досягнення, тоді як зовнішня регуляція набуває значення переважно в умовах слабко структурованого або стресогенного освітнього середовища.

Перспектива подальших досліджень передбачає розширення вибірки за рахунок здобувачів з інших регіонів. Доцільним є також порівняння результатів студентів, які навчаються у змішаному та очному форматах, із метою виявлення специфічних чинників залученості та ефективності залежно від модальності освітнього процесу. Окремої уваги потребують вивчення динаміки мотиваційних і емоційних показників протягом навчального року дослідження впливу цілеспрямованих психологічних інтервенцій (тренінгів саморегуляції, програм розвитку навчальної мотивації тощо) на підвищення успішності студентів в умовах дистанційного навчання.

Список використаних джерел і літератури

1. UNICEF Україна. Студенти психологи надають психологічну підтримку українцям. 2023. <https://www.unicef.org/ukraine/stories/psychology-students-offer-mental-health-support> (дата звернення: 01.06.2025).
2. UNICEF Україна. UNICEF ситуаційний аналіз 2024 (підсумки). 2024. https://www.unicef.org/ukraine/media/49201/file/UNICEF_SitAn_Summary_2024_UKR.pdf.pdf (дата звернення: 01.06.2025).
3. CEDOS. Cedos annual report 2023. CEDOS. 2023. <https://cedos.org.ua/en/cedos-annual-report-2023/> (дата звернення: 01.06.2025).
4. Cherusheva G., Andrushchenko T., Vashchenko K., Kovchyna I., Pankovets V. Psychological aspects of effective communication between teachers and students in online learning. *Journal of Curriculum and Teaching*. 2024. T. 13. No 3. P. 19–30. <https://doi.org/10.5430/jct.v13n3p19>
5. Fehaima A. The psychological impact of students' online learning performance during COVID-19. *International Journal of Learning and Teaching*. 2023. T. 15. No 4. P. 201–209. <https://doi.org/10.18844/ijlt.v15i4.8949>
6. Li J., Xue E., Liu B., Han Q. Impact of COVID-19 on the psychological and behavioral health of college students worldwide: A knowledge mapping approach. *Humanities and Social Sciences Communications*. 2024. T. 11. C. 1353. <https://www.nature.com/articles/s41599-024-03781-0>
7. McRae C.J. The effects of online learning on mental health during a pandemic. Doctoral dissertation. Liberty University. Liberty University Digital Commons. 2024. <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/5556/>

8. Moskalenko L., Huleikova I., Kushnir H., Adamenko S., Yefimov D. Psychological aspects of blended learning in Ukraine: Supporting student interest and motivation to achieve learning goals. *Conhecimento & Diversidade*. 2024. T. 16. No 41. P. 292–312.
9. Pidbutska N., Demidova Y., Knysh A. Gender aspects of empathy in online learning of adolescents. *Journal of Education Culture and Society*. 2021. T. 12. No 1. P. 314–321.
10. Pinchuk I., Feldman I., Seleznova V., Virchenko V. Braving the dark: Mental health challenges and academic performance of Ukrainian university students during the war. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*. 2025. P. 1–12.
11. Tavrovetska N., Veldbrekht O. Psychological aspects of online learning implementation at Ukrainian universities. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*. 2023. T. 9. No 2. P. 38–47. <https://doi.org/10.52534/msu-pp2.2023.38>

References

1. UNICEF. (2023). Studenty psykholohy nadaiut psykholohichnu pidtrymku ukrainsiam. 2023. [Psychology students offer mental health support]. Retrieved from: <https://www.unicef.org/ukraine/stories/psychology-students-offer-mental-health-support> [in English].
2. UNICEF. (2024). UNICEF sytuatsiinyi analiz 2024 (pidsumky). [UNICEF Situation Analysis 2024 (Summary)]. Retrieved from: https://www.unicef.org/ukraine/media/49201/file/UNICEF_SitAn_Summary_2024_UKR.pdf [in English].
3. CEDOS. (2023). *Cedos annual report 2023*. Retrieved from: Retrieved from: <https://cedos.org.ua/en/cedos-annual-report-2023/> [in English].
4. Cherusheva, G., Andrushchenko, T., Vashchenko, K., Kovchyna, I., & Pankovets, V. (2024). Psychological aspects of effective communication between teachers and students in online learning. *Journal of Curriculum and Teaching*, 13 (3), 19–30. <https://doi.org/10.5430/jct.v13n3p19> [in English].
5. Fehaima, A. (2023). The psychological impact of students' online learning performance during Covid-19. *International Journal of Learning and Teaching*, 15 (4), 201–209. <https://doi.org/10.18844/ijlt.v15i4.8949> [in English].
6. Li, J., Xue, E., Liu, B., & Han, Q. (2024). Impact of COVID-19 on the psychological and behavioral health of college students worldwide: A knowledge mapping approach. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11, 1353. Retrieved from: <https://www.nature.com/articles/s41599-024-03781-0> [in English].
7. McRae, C.J. (2024). *The effects of online learning on mental health during a pandemic* (Doctoral dissertation, Liberty University). Liberty University Digital Commons. Retrieved from: <https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/5556/> [in English].
8. Moskalenko, L., Huleikova, I., Kushnir, H., Adamenko, S., & Yefimov, D. (2024). Psychological aspects of blended learning in Ukraine: Supporting student interest and motivation to achieve learning goals. *Conhecimento & Diversidade*, 16 (41), 292–312 [in English].
9. Pidbutska, N., Demidova, Y., & Knysh, A. (2021). Gender aspects of empathy in online learning of adolescents. *Journal of Education Culture and Society*, 12 (1), 314–321 [in English].
10. Pinchuk, I., Feldman, I., Seleznova, V., & Virchenko, V. (2025). Braving the dark: Mental health challenges and academic performance of Ukrainian university students during the war. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 1–12. [Advance online publication] [in English].
11. Tavrovetska, N., & Veldbrekht, O. (2023). Psychological aspects of online learning implementation at Ukrainian universities. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*, 9 (2), 38–47. <https://doi.org/10.52534/msu-pp2.2023.38> [in English].

Pidbutskyi O. Yu.

Postgraduate Student,

National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”

SUCCESS FACTORS OF ONLINE LEARNING: PSYCHOLOGICAL ASPECT

The article examines the psychological factors influencing the success of online learning among second-cycle (master’s level) higher education students in institutions of higher education in Kharkiv. The aim of the study was to identify the psychological determinants of academic achievement in the context of online learning. The study involved 177 respondents and employed the Academic Motivation Scale and the Student Engagement Scale. The scientific novelty of the research lies in identifying five latent factors that determine success in online education: emotional-motivational stability, regulated motivation, cognitive orientation, behavioral disorientation, and external support. It was found that intrinsic motivation and high engagement are associated with better academic outcomes, while amotivation and low behavioral activity correlate with poorer results. The findings can be used to optimize distance education and provide psychological support to students.

Key words: online learning, distance education, higher education students, motivation, engagement.

УДК 316.477

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.26>

Романенко С. В.

кандидат соціологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної роботи

Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

e-mail: s.romanenko@onu.edu.ua

ORCID ID: 0000-0002-7406-9137

ЦИФРОВЕ ПОКОЛІННЯ ЯК ОБ'ЄКТ СОЦІАЛЬНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ (НА ПРИКЛАДІ МОНІТОРИНГОВОГО ВИМІРУ)

Постійне спостереження, вимір та вивчення підростаючого покоління – одне з головних завдань соціальних та поведінкових наук, яке закладає основу для формування стратегій соціального та психологічного консультування, напрямів раннього втручання для подолання більшості вікових криз. І в цьому спеціалісти Одеського національного університету імені І. І. Мечникова не відстають від своїх вітчизняних та закордонних колег. Мета статті – надати уявлення про основні здобутки чергового етапу моніторингового соціологічного дослідження «Старшокласник», що проводиться в Одесі з 1993 р. з інтервалом три роки. Репрезентативне опитування 2024 р. охоплювало учнів 10–11-х класів чотирьох міст різних регіонів України, а тому ці дані дають змогу краще зрозуміти сьогоденне покоління старшокласників, наших завтрашніх абітурієнтів та клієнтів, виміряти їх соціальне самопочуття та самовідчуття, урахувуючи реалії військового стану; співставити життєві плани, ціннісні орієнтації з планами та орієнтаціями попередників; оцінити особливості самоідентифікації підлітків у сучасній ситуації цифрової трансформації соціальної сфери; побачити цілісну картину трансформації інституту сім'ї та зміни поколінь в Одесі та Україні у цілому.

Ключові слова: моніторинг, цифрове покоління, цифрова трансформація, підлітки, постмодерн, метамодерн, соціальне консультування.

Постановка проблеми. Сьогодні ми все частіше чуємо про формування нового покоління, яке зростало в умовах цифрової трансформації, про їхні надзвичайні можливості та поведінкові особливості. Їх називають поколінням Z, зумерами, цифровим поколінням, цифровими аборигенами. Сьогодні це вже підлітки, юнаки та молоді люди, наші студенти та майбутні абітурієнти, що народилися з кінця 90-х років до приблизно 2012 р. Головна їхня особливість у тому, що вони зростали та соціалізувалися в умовах розповсюдження Інтернету і просунутих версій електронних гаджетів, здійсненої цифрової трансформації суспільства. Тобто це покоління, що знає доінтернетівські та докомп'ютерні часи лише за розповідями, фільмами та книгами. Це покоління, яке виховували люди покоління постмодерну, що відмовлялося від слідування метанаративам та традиційним цінностям, а тому ціннісні зрушення у цьому новому поколінні більш яскраво виражені. Нове покоління з молоком матері увібрало цінності постмодерну та

пішло далі, і сьогодні їх відносять уже до представників постпостмодерну або метамодерну [6]. Це покоління, яке бажає вести життя, відмінне від батьків. Теоретикиметамодерну описують його як структуру відчуття, настрою, залежності від загального стану організму, його рівня енергії, рівня ресурсів для боротьби зі змінами навколишнього середовища [10]. Метамодерн – це новий рівень мовних ігор, у якому можуть поєднуватися несумісні, суперечливі ідеї, жодна з яких може не мати відношення до істини, а істину кожен вибирає самостійно виходячи з вибраної системи сенсів. Ключові риси представників метамодерного покоління – це наївність, щирість і серйозність, де тактика симуляції замінюється міфом, меланхолія – надією, а демонстративність – контрактом [10].

Усі ці суперечливі характеристики не можуть не викликати цікавості дослідників. Тому перспектива фіксації та виміру рис метамодерну в одеських та українських старшокласниках становить певний науковий і практичний інтерес, стає важливою підставою для формування стратегій соціального та психологічного консалтингу, практик соціальної роботи та раннього втручання з дітьми, підлітками та молоддю, їхніми родинами, особливо з найбільш уразливими категоріями клієнтів молодшого віку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми соціалізації, становлення, життєвого визначення підлітків та молоді давно знаходяться в полі зору дослідників у галузі соціальних наук: філософів, соціологів, психологів, педагогів. Роботи Ч.Х. Кулі, С. Холла, К. Гріффіна, Е. Еріксона становлять визнану теоретичну базу сучасних досліджень. Праця Н. Хоува та У. Штрауса [9] стала відправною точкою для сучасних описів поколінь та справжньою handbook для всіх, хто цікавиться теорією поколінь. У ній міститься аналіз американського соціуму від часів освоєння американського континенту до ХХІ ст., який показав, що покоління формуються історичними подіями, які впливають на формування системи цінностей. У сучасному ж глобальному соціумі, що характеризується планетарним впливом соціальних, політичних, економічних подій, можна знайти спільні риси генерацій незалежно від їх географічної приналежності.

Однак найбільш суттєву роль у розвитку цих теорій мають емпіричні дослідження, що закладають основу для подальших наукових теоретизувань та реалізації прикладної функції кожної із соціальних наук. Серед вітчизняних спроб такого вивчення прикладом може бути стаття І.В. Бурачек, Д.І. Ярмолук, В.Я. Верстової [1], яка на основі досліджень молоді 2017-го, 2019-го років показує особливості впливання покоління Z у сучасний ринок праці, парадоксальність та суперечливість їхніх цінностей та мотивації. Однак потрібно звернути увагу на те, що до вибірки цих досліджень потрапили також і міленіали як попередня поколінська когорта, тому автори скоріше фіксують проміжну ситуацію і необхідні більш «свіжі» виміри. Дуже цікаву інформацію дає нам стаття Адама Роджера [5], у якій він аналізує серію досліджень компанії Jigsaw, підрозділу компанії Google, який протягом декількох років спостерігав, як молоде покоління сприймає, обробляє

та засвоює інформацію з Інтернету. Це дослідження не претендує на статистичну значущість, але його можна охарактеризувати як антропологічне занурення в життя цифрових аборигенів. Загальний висновок: зумери – це справжнє цифрове покоління. Не має сенсу говорити про «інформаційну грамотність» або вивчати їхній шлях оцінки достовірності інформації. Дослідники пропонують замінити цю категорію на «інформаційну чутливість», що базується на усвідомленій практиці, заснованій на «суспільних евристичних надійності».

Наступне дослідження [12] свідчить, що цифрове покоління не переймається перевіркою фактів. Вони дуже швидко переглядають заголовки та коментарі, щоб дізнатися, що про це думають інші, та делегують визначення істини «перевіреному» інфлюенсерам. Тобто важливу інформацію для них поставляють алгоритми сервісів Інтернету, що стають певними інформаційними фільтрами, які створюють їхній власний всесвіт. Подібний шлях формування «інформаційного всесвіту» зумерів описує і дослідження Pew Research Center [7].

Із репрезентативного дослідження компанії The Harris Poll [8] 1 006 молодих людей у віці 18–27 років видно, що вони намагаються обмежити своє користування соціальними мережами, відчуваючи певну залежність. При цьому вони визнають негативний вплив соціальних мереж на суспільство у цілому, оцінюючи власний вплив (на емоційне здоров'я, соціальне самовідчуття) як позитивний. Вони згодні вводити певні обмеження щодо використання смартфонів дітьми в школі. Тобто, визнаючи глибоку залежність від віртуального простору, зумери намагаються врегулювати свої відносини з гаджетами. Що стосується їхнього стилю життя, то можна навести приклади деяких журналістських досліджень, що надають певне уявлення про це покоління. Наприклад, серія статей у The New York Post [4] про особливості їх працевлаштування, що цілком залежить від ініціативи батьків, які заповнюють резюме, ходять із ними на співбесіди, возять на роботу. При цьому стратегія зумерів – заробити певну кількість грошей, звільнитися та відпочивати декілька років.

Масштабне дослідження 10 тис респондентів, половину яких становили зумери (18–25 років), а половину – представники старших поколінь (26–65 років) було проведено у 2022 р. у США та Великобританії [11]. Воно стосувалося не лише вивчення стилю життя, взаємовідносин з інформацією, а й порівняння ціннісних орієнтацій представників різних поколінь. Це дослідження визначає зумерів як «розчарованих реалістів». Їх розчарування стосується практично всіх традиційних інститутів: релігії, медицини, сім'ї, праці. Важливим вони вважають зберігати баланс між зароблянням грошей та задоволенням від інших аспектів життя. Це дослідження є досконалою ілюстрацією покоління метамодерну з його наївністю та прагматизмом.

Однак жодне із цих досліджень не надає цілісну картину зміни поколінь. Для такої картини необхідне поступове накопичення інформації, що може забезпечити, наприклад, метод моніторингу.

Мета статті – надати цілісну картину цінностей, життєвих планів, орієнтацій та настроїв цифрового покоління, спираючись на матеріали репрезентативного моніторингового дослідження, яке проводилося в Одесі та інших містах України. Основні завдання: розглянути особливості моніторингу «Старшокласник»; описати отримані дані в динаміці за останні 18 років; визначити особливості цифрового покоління як об'єкта соціального консультування з погляду теорії поколінь та принципів метамодерну.

Результати дослідження. Факультет психології та соціальної роботи Одеського національного університету імені І. І. Мечникова за підтримки Департаменту освіти і науки Одеської міської ради восени 2024 р. виступав співорганізатором чергового етапу моніторингового дослідження «Старшокласник» методом анкетного опитування. Цей моніторинг був заснований професором І.М. Поповою у 1993 р. в місті Одесі, 30 років проводився кафедрою соціології Інституту соціальних наук (пізніше – факультету міжнародних відносин, політології та соціології) ОНУ імені І. І. Мечникова. Етапи повторюються кожні три роки. Із 2021 р. організацією моніторингу опікується Соціологічна асоціація України. За її підтримки моніторинг поширено на всі регіони України. Попередній етап моніторингу проводився в 2021 р. [3], частково його результати висвітлювалися в попередньому випуску цього наукового журналу [2].

Об'єктом дослідження 2024 р. традиційно виступали учні 10–11-х класів. Предметом вивчення були цінності, життєві орієнтації, настрої, що впливають на вибір майбутньої професії; відмінні риси сучасної сім'ї, відношення між батьками і дітьми; повсякденні практики старшокласників. Основною метою дослідницької групи виступало знайомство з старшокласниками 2024 р. і порівняння їхніх життєвих уявлень і орієнтацій з їхніми однолітками – старшокласниками 2021-го, 2016-го, 2013-го і т. д. років. Як конкретне завдання дослідження виступало вивчення: планів після закінчення школи та отримання атестата про середню освіту; життєвих цінностей і мотивів, що впливають на вибір професії; складу сім'ї, сімейних стосунків і взаємовідносин із батьками; планів щодо створення в майбутньому власної сім'ї; форм проведення часу поза школою; ступеня та форм інформатизації школярів; їхнього загального соціального самопочуття та самовідчуття; особливостей навчального процесу під час війни. В опитуванні 2024 р. взяли участь 2 147 учнів 10–11-х класів Одеси, Харкова, Черкас та Дрогобича. Погрішність вибірки не перевищувала 5%. Збір первинної інформації відбувався методом CAWI (Computer assisted Web interview).

Особливістю етапу-2024 був акцент на динаміці життєвих планів та орієнтацій старшокласників в умовах війни. Чверть наших респондентів вимушено змінювали місце проживання протягом трьох воєнних років. Найбільша кількість із них – учні Харкова (61,1%). Найнижчий показник – у Дрогобичі (10,3%) та Черкасах (12,8%). Для одеських школярів цей показник: 27,4%. Виключно онлайн навчалися 96,1%

учнів Харкова, 4,8% учнів Одеси, 1,2% – Дрогобича, 0,8% – Черкас. Виключно офлайн (очно) – 93,7% учнів Дрогобича, 63,0% – учнів Черкас, 8,7% – учнів Одеси і 1,1% – учнів Харкова. У змішаному форматі навчаються 86,5% учнів Одеси, 36,2% учнів Черкас, 5,1% учнів Дрогобича, 2,9% учнів Харкова.

Учитися в школі старшокласникам скоріше подобається. Однак практично третина вагається дати оцінку. Індекс задоволеності, що змінюється від -1 до 1, по всіх чотирьох містах України становив 0,22. По Одесі він значно нижче (0,09), окрім того, можна говорити про суттєве падіння задоволеності навчанням, оскільки у 2021 р. в Одесі індекс був 0,23. Важливо відзначити, що задоволеність навчанням тісно корелює з формою навчання. Чим «більш віддалена» форма навчання, тим більша задоволеність. Так, для онлайн-форми індекс задоволеності навчанням становив 0,33; для змішаної – 0,18, а для офлайн – 0,20. Тобто найбільш подобається саме дистанційна форма навчання. Найменш – змішана. Це вірно і для одеських школярів, і для школярів інших міст України. Для оцінки відношення до дистанційної форми навчання також було запропоновано 12 тверджень, кожне з яких оцінювалося за шкалою від 1 до 5, де 1 – повністю згоден, а 5 – повністю не згоден (табл. 1).

Таблиця 1

**Чи згодні ви з наведеними нижче твердженнями
щодо дистанційного навчання (ДН). Одеса, 2021 та 2024 рр.**

Твердження	Середня оцінка 2024	Середня оцінка 2021
1. ДН дало змогу Вам глибше вивчити предмети, ніж очне навчання	2,68 (+0,72)	3,4
2. ДН – це вимушена міра під час карантину/військового стану	4,04 (-2,2)	1,84
3. ДН – це добре тільки для позашкільного навчання	3,25 (-0,23)	3,02
4. ДН – це скоріше розвага, ніж навчання	3,38 (+0,53)	3,91
5. Школи в сучасному світі повинні існувати переважно у форматі ДН	2,70 (+0,93)	3,63
6. Під час ДН не вистачало живого контакту з учителями	3,36 (-0,72)	2,64
7. Вступаючи до закладу вищої освіти, оберете той, де пропонується ДН	2,68 (+1,08)	3,76
8. Під час ДН не вистачало живого контакту з однокласниками	3,77 (-1,41)	2,36
9. ДН не годиться для отримання базової освіти, а корисне лише для опанування навичок у вузькому напрямі	4,81 (-2,24)	2,57
10. ДН дало змогу Вам поліпшити оцінки зі шкільних предметів	3,60 (-1,54)	2,06
11. ДН – це скоріше канікули/відпочинок	3,40 (-0,14)	3,26
12. Після ДН побоюєтесь за результати НМТ	3,44 (-0,95)	2,49

Можна помітити, що найбільш суттєві зміни оцінок (більше ніж на 2 бали) відбулися саме стосовно перспектив онлайн-навчання. Сьогодні школярі оцінюють ДН як переважний спосіб отримання базової освіти, а не лише як «вимушену міру» або «опанування навичок у вузькому напрямі» для «позашкільного навчання». Перспектива того, що «школи в сучасному світі повинні існувати переважно у форматі ДН», уже перетнула нейтральну межу і оцінюється позитивно. ДН, на думку школярів, не дає змоги поліпшити оцінки, однак дає можливість глибше

вивчити предмети. Сучасні школярі не сумують не тільки за «живим» учителем, а й за однокласниками. Таким чином, ДН сьогодні – не розвага, не відпочинок, а найбільш затребувана форма навчання для цифрового покоління.

Традиційно в дослідженні вивчалися плани після отримання атестата про середню освіту. Найбільш цікаві зміни, що були зафіксовані: більше ніж на 10% знизилася кількість респондентів, націлених на отримання вищої освіти. Серед одеських старшокласників таких 53,8% (по Україні – 50,7%). Окрім того, з 30% до 13% упала кількість тих, хто планує поєднувати роботу з навчанням. У 3–5 разів зросла кількість тих, хто ще не визначився. Мотиви отримання вищої освіти також зазнали певних зрушень порівняно з 2021 р. (табл. 2).

Таблиця 2

Мотиви отримання вищої освіти (Одеса, 2024 р.)

Що спонукає отримати вищу освіту...	Ваше покоління, %	Особисто вас, %
Можливість стати культурною людиною	33,1 (+6,6%)	16,6 (-25%)
Можливість одержати професійні знання	52,2 (+16,2%)	63,8 (+8%)
Можливість спілкування з однолітками	24,1	21,5
Прагнення уникнути служби в армії	–	–
Бажання батьків	34,5	12,9
Можливість досягти матеріального благополуччя в майбутньому	55,2	76,7 (+5%)
Одержати диплом (все одно за яким фахом), що може знадобитися в майбутньому	37,2	22,1
Сьогодні бути без вищої освіти соромно	14,5	5,5
Прагнення продовжити навчання за кордоном	13,1 (-15,6%)	22,7 (-10,1%)
Можливість зробити кар'єру як на батьківщині, так і за кордоном	45,5 (+10,8%)	57,1 (+5,1%)
Знайти супутника(цю) життя	11,7	5,5 (-7,3%)
Нічого не спонукає	7,1	3,7

Домінуючий мотив – це матеріальне благополуччя. При цьому суттєво впала значущість освіти як транслятора культурних зразків. І взагалі, не мати вищої освіти для покоління Z абсолютно прийнятно. З одного боку, знизилася на 10–15% прагнення продовжити навчання за кордоном, а з іншого – збільшилося намагання зробити кар'єру як на батьківщині, так і за кордоном. Як пояснення можна висунути гіпотезу, що «закордон» як чарівна мрія потроху зменшує свою привабливість, і війна та досвід переміщення вплинули на цю мрію. Зріс запит на «можливість одержати професійні знання».

З іншого боку, 40,0% учнів 10–11-х класів ще не вибрали професію. Постійно зменшується кількість школярів, яким уже доводилося працювати. У 2024 р. таких 39,1%, а, наприклад, у 2010 р. було 52,6%. П'ятірка найбільш престижних професій, на думку зумерів: лікар (48,9%), юрист (48,6%), бізнесмен (48,1%), програміст (45,8%), психолог (34,7%). Вершина рейтингу професій, що, найімовірніше, виберуть: графічний дизайнер (18,4%), психолог (16,0%), бізнесмен (15,4%), юрист (15,0%), програміст (14,7%). Як бачимо, нове покоління

омінає «складні» професії, навіть престижні, якщо вони потребують системної підготовки по природничих дисциплінах.

Доволі несподівані відповіді отримали на питання «Де Ви хотіли би працювати після здобуття фахової освіти?». Із 6,6% у 2021 р. до 22,6% у 2024 р. зростає кількість тих, хто прагне працювати на державному підприємстві, у держустанові. Кількість тих, хто прагне працювати у приватній вітчизняній фірмі, впала до 7,3%. Якщо додати сюди також падіння в півтора рази тих, хто хотів би створити свій власний бізнес (30,5% проти 46,4% у 2021 р.), то ми отримуємо безрадісну картину української економіки, ринку праці очима цифрового покоління. І можна просто захоплюватися їхньою прозорливістю та відчуттям ситуації краще, ніж за допомогою консалтингової агенції. Окрім того, вони втратили цікавість до іноземних фірм в Україні (із 24,1% до 7,9%), та дещо знизилася кількість тих, хто прагне працювати за кордоном (із 39,5% до 31,1%).

Аналіз системи цінностей школярів дає можливість говорити про «однорідність» наших підлітків. Їхні цінності незалежно від міста проживання практично однакові, розходження залишаються на рівні похибки дослідження. Динаміка ж відповідей одеських школярів за останні 18 років дає можливість для фіксації певних тенденцій (табл. 3).

Таблиця 3

Система цінностей школярів (Одеса 2006–2024, Україна 2024)

Що з наведеного є найбільш цінним для вас?	2024, % Україна	2024, % Одеса	2021, %	2016, %	2010, %	2006, %
Активна участь у суспільному житті	9,4	8,1	9,2			
Взаємопорозуміння з батьками, старшим поколінням	17,8	14,1	20,4			
Високе службове та суспільне становище	8,2	5,6	10,6	9,7	10,8	10,7
Друзі	30,5	34,7	27,6	19,1	28,0	27,4
Залучення до цінностей духовної культури, літератури, мистецтва	4,0	3,2	5,7			
Здоров'я	44,7	40,3	43,1			
Користь, принесена суспільству	5,2	6,5	5,2	17,6	16,9	9,5
Матеріальне благополуччя	42,0	43,1	49,4	43,5	44,9	39,6
Можливість подорожувати			13,8			
Можливість розвитку, реалізації своїх здібностей, талантів	18,3	20,2	26,7			
Освіта	11,8	11,3	10,1			
Особиста свобода, незалежність у судженнях та діях	17,4	14,1	21,0	21,9	18,5	21,7
Особистий спокій, відсутність хвилювань, неприємностей	12,9	18,1	19,3			
Повноцінний відпочинок, цікаві розваги	4,9	5,2	10,1			
Сім'я	38,2	36,7	40,8	43,6	55,6	47,1
Хороші, добрі стосунки з оточуючими	4,1	4,4	8,6	8,8	14,6	9,0
Цікава, творча робота, робота «для душі»	15,1	23,4	29,6	50,3	45,6	43,5

Дані показують, що продовжує падіння цінність «сім'ї», «хороших добрих стосунків з оточуючими». З іншого боку, зростає цінність друзів. Цінності духовної культури впали вже нижче за рівень похибки і в Одесі, і в Україні у цілому. У півтора рази впала цінність особистої свободи, незалежності у судженнях та діях. Проте найвищий в Україні показник особистого спокою, відсутності хвилювань, неприємностей саме в Одесі. Удвічі впала цінність високого службового та суспільного становища, повноцінного відпочинку, цікавих розваг. Продовжила падіння цінність цікавої творчої роботи «для душі». Роки війни не повернули наших підлітків до цінностей «активної участі в суспільному житті» та «користі, принесеної суспільству». Тобто можна сказати, що важкі випробування, які випали на період становлення наших підлітків: пандемія, потім війна, перевтілили їх із «мрійників» на «прагматиків». Тобто потрібно виживати самим, а не намагатися змінювати світ навколо. Окрім того, можна сказати, що суттєвого падіння зазнали саме цінності епохи «модерн», масового суспільства (сім'я, свобода, відношення з оточуючими, користь суспільству), впала також значущість постмодерних цінностей (творчість, самореалізація, культурний розвиток). Це може свідчити про становлення покоління Z як постпостмодерного (метамодерного) [6] покоління, що обов'язково потребує врахування під час надання консалтингових послуг.

Вивчення складу сім'ї старшокласників, сімейних стосунків та взаємовідносин із батьками в 2024 р. дало можливість також побачити цікаві тенденції. Як і раніше, переважна більшість школярів проживає у нуклеарній сім'ї – батьки та діти. Однак кількість чоловіків у родинях суттєво зменшилася, це вплив війни. Питання про рівень освіти та професію батьків дали неочікувані результати. Хоча освітня та професійна структура батьків не зазнала значних змін, з'ясувалося, що 30,8% старшокласників не знають, який рівень освіти в їхнього батька, а 29,5% не знають, де він працює, чим займається. Стосовно матерів ці показники трохи нижче, але 17,3% не знають її рівня освіти, а 21,9% не знають, чим вона займається у цьому житті. Раніше такі відповіді були одиничні. Оцінка дружності відносин із батьками впала на 10–15% також за рахунок зростання кількості тих, що не можуть відповісти.

Тенденція невизначеності в оцінці відносин усередині родини вже не нова: у 2021 р. ми вперше зафіксували такі невпевнені відповіді на, здавалося б, абсолютно прості питання [3]. Раніше варіант «важко відповісти» залишався на рівні похибки дослідження, тим більше що йдеться про доволі дорослих людей. Середній вік респондентів становив 17 років. «Чи справедливі до Вас вимоги батьків?» – 20,2% не змогли відповісти у 2021 р., 27,6% – у 2024 р. «Через що виникають конфлікти з батьками?» – у 2021 р. 20,8% школярів не змогли визначити причину сварок із мамою та 22,1% із татом; у 2024-му вже 26,8% не можуть пояснити, через що сваряться з мамою та 44,4% із татом. Тобто процес відчуження в родинях цифрових аборигенів триває.

У цілому рівень конфліктогенності в родинях старшокласників залишається приблизно стабільним: між «дуже рідко» і «час від часу». Рейтинг найпоширеніших причини конфліктів із мамою: через розподіл домашніх обов'язків (40,1%);

успішність у школі (33,1%); проведення вільного часу (26,8%); через надмірний час користування смартфоном, комп'ютером, не пов'язаним із навчанням (21,8%); через доступ до електронних гаджетів (9,9%); зовнішній вигляд (9,2%); через гроші (7,7%); через друзів конфлікти виникають у 4,2%; ну і ще раз: 26,8% школярів важко визначити причину сварок із мамою (у 2016 р. – 4,7%). Із татом конфліктують найчастіше через: розподіл домашніх обов'язків (22,5%); успішність у школі (19,0%); проведення вільного часу (14,1%); надмірний час користування смартфоном, комп'ютером, не пов'язаним із навчанням (9,9%); зовнішній вигляд (7,0%); гроші (7,0%); через доступ до гаджетів (6,3%); через друзів (2,8%). 44,4% опитаних важко вказати причину сварок із татом (у 2016 р. – 9,2%).

Зміни в рейтингах відбулися за рахунок зростання кількості конфліктів через розподіл домашніх обов'язків та успішність у школі, при цьому знизилася кількість конфліктів через гаджети та доступ до них. У 2021 р. це були центральні причини конфліктів. Що стосується користування гаджетами, то в даному моніторингу також [8] помітна тенденція зниження рівня користування комп'ютером, планшетом. З іншого боку, смартфон став стабільним супутником сучасних підлітків. Оцінюючи значимість функцій електронних гаджетів [3], можна помітити, що вони стали настільки невід'ємною частиною повсякденності, що здаються навіть непотрібними: впала їхня значущість і як джерела інформації, і як доступу до соціальних мереж, і як засобу спілкування. Але наскільки комфортно і впевнено почуваються у повсякденному житті наші старшокласники без гаджетів та доступу до Інтернету? Індекс прив'язки залишився стабільним на рівні «Якщо забуду вдома смартфон, то повернуся за ним заради порядку, про всяк випадок» [3], однак дуже цікаво дослідити зрушення в почуттях, що відчуватимуть старшокласники без мобільних засобів зв'язку (табл. 4).

Таблиця 4

Відчуття без гаджетів (Одеса, 2021 та 2024 рр.)

Якщо ви залишилися без смартфона/планшету/моб. телефону, що ви будете відчувати:	2024, %	2021, %
1. Страх, що Ви залишилися без зв'язку	42,9 (+14,6)	28,3
2. Дратівливість	23,1 (+9,8)	13,3
3. Поганий настрій	25,6 (+10,8)	14,8
4. Радість та звільнення	3,8 (+0,8)	3,0
5. Печаль	12,8 (+2,0)	10,8
6. Розгубленість	30,1 (+11,7)	18,4
7. Спокій	16,7 (-8,6)	25,3
8. У мене такого ніколи не буває	39,1 (+13,3)	25,8

Як кажуть, коментарі зайві. У моніторингу також вимірювалися загальне соціальне самопочуття та самовідчуття старшокласників. Індекс задоволеності життям (від -1 до 1) у 2024 р. становив 0,233 по Україні у цілому, по Одесі – 0,305, хоча для порівняння в 2021 р. був 0,464. Тобто одеські школярі більш оптимістичні, ніж інші, хоча наступна таблиця показує, що це скоріше фаталізм, аніж оптимізм (табл. 5).

Таблиця 5

Думки старшокласників про майбутнє

Які емоції ви відчуваєте, коли думаєте про своє майбутнє?	2024, % Україна	2024, % Одеса	2021, %
Не замислюєтеся над майбутнім	4,8	3,5	7,6
Не відчуваєте жодних емоцій	7,5	7,0	7,3
Відчуваєте тривогу, страх, сумніви щодо майбутнього	46,9	48,0	30,0
Із упевненістю та оптимізмом дивитеся у завтрашній день	16,9	14,8	28,8
Що б не сталося у житті, Ви будете сприймати це як нормальний перебіг подій	24,0	26,6	26,4

Оціночна шкала семантичного диференціалу (від -3 до 3), яка була також застосована до оцінки майбутнього, показала, що воно скоріше непередбачуване (-0,353), але напевно вони зможуть його контролювати (+0,320); та вже скоріше спланували (+0,126); воно скоріше стабільне (+0,116); світле та повне надій (+0,973); вони впевнені в ньому (+0,392). Тобто більшість оцінок позитивна та оптимістична, однак жодна з них не перетнула межу навіть одного з трьох балів.

Також хотілося б звернути увагу ще на деякі суперечливі моменти, що характеризують цифрове покоління. При тому, що знижується цінність інституту сім'ї, та підлітки не дуже добре знають і розуміють своїх батьків, саме до мами (73,9%) та до тата (48,6%) вони, скоріше за все, звернуться в разі складної життєвої ситуації, і в 2024 р. цей показник найвищий за всі роки спостереження. Далі в рейтингу слідує друзі (50,7%), брат, сестра (37,7%), кохана людина (33,3%), віртуальні друзі у мережі (7,2%) та інші родичі (6,5%). Традиційно низькими, на межі похибки, залишаються «професійні» помічники підлітків у складних ситуаціях: учитель (1,4%), телефон довіри (2,2%), священнослужитель (3,6%), психолог (5,8%). Дуже показовим є падіння самостійності нового покоління: 11,5% кажуть, що впораються зі своїми проблемами без сторонньої допомоги. Для порівняння: у 2013 р. таких було 26,7%. Несподівані зрушення також відбулися стосовно доволі рутинного питання, що традиційно залишалося в моніторингу (табл. 6).

Таблиця 6

Прийнятна допомога батьків у майбутньому (Одеса)

Яку допомогу батьків старшокласники вважають прийнятною для себе в майбутньому?	2024, %	2021, %	2016, %	2010, %
Забезпечення житлом	33,6	23,8	21,4	27,4
Регулярна грошова допомога	29,3	11,7	8,9	10,0
Допомога у вихованні дітей	38,6	36,7	28,0	33,8
Моральна підтримка	70,0	66,4	70,2	64,4
Оплата вищої освіти	54,3	53,7	50,1	47,7
Допомога у працевлаштуванні	20,7	10,6	5,9	4,8
Допомога у веденні господарства	8,6	5,9	6,6	4,9
Не вважаєте, що батьки повинні Вам допомагати	10,3	14,1	63,9	83,6

Ми бачимо дуже цікаву тенденцію зростання залежності нового покоління від батьківської родини. За 14 років більше ніж у вісім разів скоротилася кількість тих, хто вважає, що батьки їм нічого не винні. Тим більш цікавими виглядають плани стосовно створення в майбутньому власної сім'ї (табл. 7, 8).

Таблиця 7

Плани щодо створення власної сім'ї

Ви плануєте чи не плануєте мати власну сім'ю?	2024, % Україна	2024, % Одеса	2021, %	2016, %	2013, %	2010, %
Плануєте	61,3	55,2	62,1	72,8	83,6	82,6
Не плануєте	10,7	14,8	10,2	5,4	3,8	3,3
Ще не думали про це	27,9	30,0	27,7	21,8	12,6	14,1

Таблиця 8

Плани щодо народження дітей

Чи хотіли б ви мати дітей?	2024, % Україна	2024, % Одеса	2021, %	2016, %	2013, %	2010, %
Так	49,7	43,9	54,4	86,3	95,9	96,9
Ні	18,4	23,9	17,0	13,7	4,1	3,1
Ще не думали про це	32	32,2	27,4	—		

Виходячи з отриманих даних, можна побачити, що Одеса є лідером «руху» холостяків та childfree серед інших міст України, які потрапили до вибірки. Якщо розглянути кореляції з ознакою «стать», то можна побачити, що серед хлопців більше тих, хто ще не замислювався над цими питаннями, а серед дівчат більше тих, хто вже вирішив, що вони не хочуть мати дітей у майбутньому, при цьому вийти заміж дівчата планують удвічі частіше, ніж хлопці.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. По-перше, проведене дослідження показало важливість моніторингового вивчення молодого покоління. Постійний вимір та поступове накопичення інформації надають більш доказову фактичну базу зміни поколінь, оцінки їхніх особливостей як об'єкта соціального консультування, ніж разові заміри за різними методиками. По-друге, ми побачили, що картина нового покоління України та Одеси дуже мало відрізняється від картин, що надають дослідження західних колег. Тобто сьогодні можна говорити про формування глобального, доволі однорідного цифрового покоління, що характеризується дуже схожими життєвими планами та ціннісними орієнтаціями. Окрім того, на базі комплексу досліджень можна скласти цілісну картину майбутнього, що базується на принципах подальшої цифрової трансформації, метамодерну та віртуалізації соціальних інститутів, яка пояснює стратегії розвитку особистості та суспільства у цілому. Усе це закладає необхідне підґрунтя не тільки для продовження соціологічних досліджень, формування обґрунтованої соціальної політики, а й для практик соціального та психологічного консультування цифрового покоління, їхніх родин, розроблення програм соціальної допомоги та підтримки.

Список використаних джерел і літератури

1. Бурачек І.В., Ярмолук Д.І., Верстова В.Я. Покоління Z на вітчизняному ринку праці. *Економіка та суспільство*. 2021. Вип. 26. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2021-26-2>.
2. Романенко С.В. Квадробери та сучасні тренди молодіжних субкультур: особливості сприйняття й соціально-педагогічного супроводу. *Психологія та соціальна робота*. 2024. № 2. С. 124–134. DOI: <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.2.11>.
3. Романенко С.В. Старшокласник–2021. Звіт (Одеса). *Портал Соціологічної асоціації України*. URL: <https://sau.in.ua/research/starshoklasnyk-2021-zvit/> (дата звернення: 29.05.2025).
4. Kato, B. Gen Z says it's 'empowering' that their parents drive them to work: 'Our safety is top priority'. *The New York Post*. 17.12.2024. URL: <https://nypost.com/2024/12/17/lifestyle/gen-z-parents-are-empowering-their-adult-kids-by-driving-them-to-work-our-safety-is-top-priority/> (дата звернення: 29.05.2025).
5. Roger, A. The Secret Digital Behaviors of Gen Z. *Business Insider*. 08.11.2024. URL: <https://www.businessinsider.com/gen-z-most-trusted-news-source-online-comment-sections-google-2024-6> (дата звернення: 29.05.2025).
6. Romanenko, S. (2024). Sociology after postmodern or the «virtual rationality» of metamodern as a perspective for the development of sociology. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University Series «Sociological studies of contemporary society: methodology, theory, methods»*, 52.
7. Shearer, E., Naseer, S., Liedke, J., Matsa, K.E. How Americans Get News on TikTok, X, Facebook and Instagram. *Pew Research Center*. URL: <https://www.pewresearch.org/journalism/2024/06/12/how-americans-get-news-on-tiktok-x-facebook-and-instagram/> (дата звернення: 29.05.2025).
8. Skiera, A.J. What Gen Z thinks about its social media and smartphone usage. *The Harris Poll*. 10.09.2024. URL: <https://theharrispoll.com/briefs/gen-z-social-media-smart-phones/> (дата звернення: 29.05.2025).
9. Strauss, W., Hove, N. (1991). *Generations: the history of America's future. 1584 to 2069*. New York: Perennial, 1991.
10. Vermeulen, T., & van den Akker, R. Notes on metamodernism. *Journal of aesthetics & culture* 2. 2010. DOI: <https://doi.org/10.3402/jac.v2i0.5677>.
11. What Business Needs To Know About The Generation Changing Everything. *Oliver Wyman Forum*. URL: <https://www.oliverwymanforum.com/global-consumer-sentiment/a-gen-z.html> (дата звернення: 29.05.2025).
12. Xu, R., Le, N., Park, R., Murray, L., Das, V., Kumar, D., Goldberg, B. New contexts, old heuristics: How young people in India and the US trust online content in the age of generative AI. *Cornell University*. URL: <https://arxiv.org/abs/2405.02522> (дата звернення: 29.05.2025).

References

1. Burachek, I.V., Yarmoliuk, D.I., & Verstova, V.Ia. (2021). Pokolinnia Z na vitchyznianomu rynku pratsi [Generation Z in the domestic labor market]. *Ekonomika ta suspilstvo – Economy and society*, 26. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2021-26-2> [in Ukrainian].
2. Romanenko, S.V. (2024). Kvadrobery ta suchasni trendy molodizhnykh subkultur: osoblyvosti spryiniattia y sotsialno-pedahohichnoho suprovodu [Quadrobbers and modern trends of youth subcultures: features of perception and socio-pedagogical support]. *Psykhologhiia ta sotsialna robota – Psychology and social work*, 2, 124–134. DOI: <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.2.11> [in Ukrainian].
3. Romanenko, S.V. Starshoklasnyk–2021. Zvit (Odesa) [High School Student –2021. Report (Odesa)]. *Portal Sotsiolohichnoi asotsiatsii Ukrainy – Portal of the Sociological Association of Ukraine*. Retrieved from: <https://sau.in.ua/research/starshoklasnyk-2021-zvit/> [in Ukrainian].

4. Kato, B. Gen Z says it's 'empowering' that their parents drive them to work: 'Our safety is top priority'. *The New York Post*. 17.12.2024. Retrieved from: <https://nypost.com/2024/12/17/lifestyle/gen-z-parents-are-empowering-their-adult-kids-by-driving-them-to-work-our-safety-is-top-priority/> [in English].
5. Roger, Adam. The Secret Digital Behaviors of Gen Z. *Business Insider*. 08.11.2024. Retrieved from: <https://www.businessinsider.com/gen-z-most-trusted-news-source-online-comment-sections-google-2024-6> [in English].
6. Romanenko, S. (2024). Sociology after postmodern or the “virtual rationality” of metamodern as a perspective for the development of sociology. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University Series “Sociological studies of contemporary society: methodology, theory, methods”*, 52 [in English].
7. Shearer, E., Naseer, S., Liedke, J., & Matsa, K.E. How Americans Get News on TikTok, X, Facebook and Instagram. *Pew Research Center*. Retrieved from: <https://www.pewresearch.org/journalism/2024/06/12/how-americans-get-news-on-tiktok-x-facebook-and-instagram/> [in English].
8. Skiera, A.J. What Gen Z thinks about its social media and smartphone usage. *The Harris Poll*. 10.09.2024. Retrieved from: <https://theharrispoll.com/briefs/gen-z-social-media-smart-phones/> [in English].
9. Strauss, W., & Hove, N. (1991). *Generations: the history of America's future. 1584 to 2069*. New York: Perennial, 1991 [in English].
10. Vermeulen, T., & van den Akker, R. (2010). Notes on metamodernism. *Journal of aesthetics & culture*, 2. DOI: <https://doi.org/10.3402/jac.v2i0.5677> [in English].
11. What Business Needs To Know About The Generation Changing Everything. *Oliver Wyman Forum*. Retrieved from: <https://www.oliverwymanforum.com/global-consumer-sentiment/a-gen-z.html> [in English].
12. Xu, R., Le, N., Park, R., Murray, L., Das, V., Kumar, D., Goldberg, B. New contexts, old heuristics: How young people in India and the US trust online content in the age of generative AI. *Cornell University*. Retrieved from: <https://arxiv.org/abs/2405.02522> [in English].

Romanenko S. V.

Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social Work
Odesa I.I. Mechnikov National University

DIGITAL GENERATION AS AN OBJECT OF SOCIAL CONSULTATION (USING THE EXAMPLE OF THE MONITORING MEASUREMENT)

Constant observation, measurement and study of the younger generation is one of the main tasks of social and behavioral sciences, which lays the foundation for the formation of strategies of social and psychological counseling, directions of early intervention to overcome most age crises. And in this, specialists of Odesa I.I. Mechnikov National University do not lag behind their domestic and foreign colleagues. The purpose of this article is to provide an idea of the main achievements of the next stage of the monitoring sociological study “High School Student”, which has been conducted in Odessa since 1993 with an interval of three years. The 2024 representative survey covered 10th-11th grade students from four cities in different regions of Ukraine, and therefore these data make it possible to better understand today's generation of high school students, our tomorrow's applicants and clients, to measure their social well-being and sense of well-being, taking into account the realities of military rule, to compare their life plans, value orientations with the plans and orientations of their predecessors, to assess the features

of adolescents' self-identification in the current situation of digital transformation of the social sphere, to see a holistic picture of the transformation of the institution of the family and the change of generations in Odessa and Ukraine as a whole.

Key words: monitoring, digital generation, digital transformation, teenagers, postmodern, metamodern, social consulting.

УДК 364.62:[364-787.346:355.01]

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.27>

Руднєва А. О.

кандидат політичних наук, доцент,

доцент кафедри політології

Запорізький національний університет;

арттерапевт, соціальний працівник громадської організації «TUR»

e-mail: rudnevanna2017@gmail.com

ORCID ID: 0000-0003-4113-8332

Мальована Ю. Г.

кандидат політичних наук, доцент,

доцент кафедри політології

Запорізький національний університет;

арттерапевт, соціальний працівник громадської організації «TUR»

e-mail: juliiamalovana@gmail.com

ORCID ID: 0000-0003-0334-2412

ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ У ПОДОЛАННІ ПСИХОТРАВМУЮЧИХ НАСЛІДКІВ ВІЙНИ

У статті досліджуються ключові аспекти професійної діяльності соціальних працівників у контексті подолання психотравмуючих наслідків війни. Повномасштабна агресія з 2022 р. призвела до значних людських утрат та психологічних травм, що вимагає системної відповіді суспільства. Діяльність соціальних працівників є ключовою у наданні підтримки постраждалим, тому їй необхідно науково обґрунтувати та інтегрувати в систему психосоціального відновлення. Метою дослідження є аналіз особливостей діяльності соціальних працівників у подоланні психотравмуючих наслідків війни, визначення ефективних практик соціальної підтримки та окреслення перспектив удосконалення соціальної роботи у воєнний та післявоєнний періоди. Наукова новизна роботи полягає в узагальненні сучасних підходів та практик діяльності соціальних працівників в умовах повномасштабної війни в Україні. Досліджено особливості роботи з уразливими групами населення, висвітлено ключові функції соціального працівника: первинна оцінка стану, психоосвіта, спрямування до фахівців, організація групових форм підтримки (арттерапія, тілесні практики). Представлено аналіз сучасного українського досвіду, а також окреслено перспективні напрями розвитку соціальної роботи в умовах війни та поствоєнного відновлення. Зазначено перспективи розвитку інтегрованих моделей послуг та використання цифрових технологій.

Ключові слова: соціальна робота, війна, психотравма, психосоціальна підтримка, постраждалі, соціальні працівники.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні призвела до значних гуманітарних, соціальних та психологічних утрат. Мільйони українців стали постраждалими від насильства, вимушеного переміщення, втрати близьких,

домівок та звичного способу життя. У цьому контексті зростає роль соціальних працівників як фахівців, покликаних надавати всебічну підтримку постраждалим, зокрема й у подоланні психотравмуючих наслідків війни.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю системної відповіді на виклики, що постають перед українським суспільством в умовах тривалого воєнного конфлікту. Психологічні травми, спричинені війною, набули характеру масового явища, що вимагає глибокого осмислення та розроблення ефективних механізмів реагування. Соціальні працівники перебувають на передовій лінії підтримки населення, тому їхня діяльність має бути науково обґрунтованою, методично забезпеченою та інтегрованою в загальну систему психосоціального відновлення. Актуальність теми зростає також у контексті післявоєнної реабілітації, яка вимагатиме багаторічної, комплексної роботи соціальних служб та міждисциплінарних команд.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема соціального захисту населення, постраждалого від збройних конфліктів, психотравмуючих наслідків війни неодноразово ставала предметом дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців, зокрема Ю. Вірта, О. Денисюка, А. Дубно, Г. Ломакіної, Д. Сілова, Т. Титаренко, А. Фурмана, С. Хобфола та ін.

Роботи Г. Ломакіна присвячено комплексному дослідженню соціально-психологічних складників соціальної роботи з учасниками бойових дій, особливостей реалізації системи соціально-психологічного супроводу людей, що зазнали наслідків травм війни. На думку дослідника, одним із найбільш перспективних напрямів у роботі з громадянами, які знаходяться в психотравмуючій ситуації повномасштабної війни, є соціально-психологічний супровід, який є одним різновидів соціальної роботи, що базується на класичній моделі соціальної роботи з клієнтом (із комбатантами або членами їхніх родин, членами родин загиблих воїнів, оточенням, внутрішньо переміщеними особами та іншими уразливими верствами населення), за допомогою різних методів та форм соціальної роботи залежно від індивідуальних потреб і проблем клієнта (отримувача соціально-психологічних та інших послуг) з урахуванням наявних у нього психологічних ресурсів та сильних боків, з акцентуванням уваги на посттравматичному зростанні та залученні до соціальної активності реципієнта, одержувача цих послуг [5–7].

А. Дуля та О. Файдюк досліджують специфіку соціальної підтримки військовослужбовців та їхніх родин, які виступають як окрема категорія у сфері соціальної роботи [1].

Колектив авторів разом із О. Дубно розглядають актуальні питання соціальної роботи, зокрема особливості взаємодії з уразливими категоріями, постраждалими від військових дій, особливості соціальної роботи з внутрішньо переміщеними особами, соціальну підтримку учасників бойових дій та членів їхніх сімей. Дослідники розглядають психологічні методи у соціальній роботі, що застосовуються з метою діагностування особливостей отримувачів послуг та

надання на основі отриманих результатів різних видів терапевтичної та корекційної допомоги. До цієї групи методів належать: методи психодіагностики (проективні методики, тестування, опитування); методи психокорекції (психодрама, соціодрама, корекційні вправи); методи психотерапії (ігрова, арттерапія, працетерапія); соціально-психологічний тренінг; консультування тощо [1].

Психодіагностична компетентність соціального працівника досліджується у роботах А.В. Фурмана та А.В. Дубно. Дослідники зазначають, що основний зміст професійної компетентності соціального працівника становлять його фахові уміння і техніки роботи з ефективного використання різних видів, форм, методів, засобів та інструментів надання населенню (різним категоріям клієнтів) соціальної допомоги із задіянням психологічних, юридичних, медичних, педагогічних знань і світоглядних моделей [10, с. 26].

Ю. Вірт зазначає, що психоемоційний стан людей, які постраждали внаслідок збройного конфлікту, виступає важливим показником ефективності соціального захисту та програм підтримки. Травматичні події, зокрема втрата рідних, вимушене переміщення, пережите насильство чи руйнування звичного способу життя, спричиняють у багатьох громадян розвиток тривожних станів, депресії, посттравматичного стресового розладу (ПТСР), емоційного виснаження та ізоляції від соціального середовища. У цьому контексті соціальні програми мають не лише забезпечувати базовий рівень підтримки, а й сприяти відновленню психоемоційної рівноваги постраждалих [2].

Т. Титаренко розглядає комплексний підхід до методик відновлення психологічного стану особистості в умовах війни. Зокрема, процес відновлення психологічного здоров'я передбачає використання кількох ключових ресурсів: базового, який спрямований на підвищення життєстійкості індивіда; інструментального, що включає застосування мобільних додатків як часткової заміни традиційного психологічного супроводу; а також буферного, що передбачає застосування плейбек-технік для підтримки колективного відновлення [9, с. 56–57].

Іноземні науковці С. Хобфол, Д. Сілов, В. Тол приділяють значну увагу темі соціального захисту та ментального здоров'я в умовах конфліктів, які визначають основні принципи соціальної підтримки в умовах конфліктів, наголошують на важливості поєднання медикаментозної терапії із соціальними інтервенціями та програмами психосоціального супроводу, що відповідає сучасним підходам у цій царині соціальної роботи. Їхні пропозиції переважно базуються на оцінці ефективності психосоціальних програм в Афганістані, Іраку та Конго з огляду на ефективність тих програм, які базуються на довготривалій стратегії підтримки, міжвідомчій координації та адаптації до місцевого контексту. Тоді як короткотермінові втручання без належного моніторингу можуть мати обмежений або навіть зворотний ефект [2].

Мета статті – проаналізувати особливості діяльності соціальних працівників у сфері подолання психотравмуючих наслідків війни, визначити ефективні практики

соціальної підтримки постраждалого населення, а також окреслити перспективи вдосконалення соціальної роботи в умовах воєнного та післявоєнного періодів.

Результати дослідження. В умовах повномасштабної війни в Україні соціальні працівники зіштовхуються з викликами, пов'язаними з наданням допомоги різним категоріям населення, які зазнали глибоких психотравмуючих впливів. До уразливих груп, які особливо потребують соціально-психологічної підтримки, належать особи, вимушено переміщені з територій активних бойових дій, регіонів із загрозою їх початку; громадяни, які виїхали за кордон у пошуках безпеки; ті, хто залишився на тимчасово окупованих або прифронтових територіях; особи, які перебували або й досі перебувають під окупацією. Значну частину постраждалих становлять діти, а також військовослужбовці – учасники бойових дій, поранені, звільнені з полону, родини загиблих воїнів, люди з інвалідністю внаслідок бойових дій, особи, які пережили сексуальне насильство в умовах війни.

Усі ці категорії населення мають підвищений ризик розвитку посттравматичних стресових розладів, депресій, тривожних станів, що потребує комплексного міждисциплінарного підходу. У такому контексті соціальні працівники відіграють ключову роль у забезпеченні першочергової підтримки: інформаційної, психологічної, правової, а також у спрямуванні клієнтів до інших фахівців (психологів, психотерапевтів, юристів, лікарів тощо). Таким чином, розуміння специфіки соціальної роботи з указаними групами, а також аналіз наявного досвіду та перспектив удосконалення методів і форм підтримки є надзвичайно важливими для підвищення ефективності реагування на наслідки війни у соціальній сфері.

Психоемоційна підтримка постраждалих – це не лише завдання психологів чи психотерапевтів. Соціальні працівники, будучи посередниками між людиною і системою, часто стають першими, хто виявляє ознаки дистресу, апатії чи агресії у клієнта. Через щоденний контакт, гуманне ставлення та вміння слухати вони створюють атмосферу довіри, де людина може говорити про біль і отримати необхідні ресурси для стабілізації.

У 2023 р. було затверджено першу стратегічну програму державного рівня, яка системно поєднує питання психічного здоров'я та психосоціальної підтримки з інституційною сферою соціального захисту, – Національну стратегію з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки на період до 2030 р. [8]. У цьому документі закладено основні засади державної політики, серед яких: орієнтація на потреби людини, узгоджена міжгалузева взаємодія, розвиток послуг у громадах та поступове перенесення центрів підтримки ближче до місця проживання людей через децентралізацію.

У процесі соціальної роботи з особами, які пережили травматичні події внаслідок війни, соціальні працівники виконують важливу роль у стабілізації їхнього психоемоційного стану та супроводі на шляху до реінтеграції у соціум. Зокрема, діяльність соціального працівника у сфері психоемоційної підтримки передбачає низку послідовних і взаємопов'язаних функцій.

Першим кроком є первинна оцінка психоемоційного стану особи. Соціальний працівник, використовуючи методи структурованого інтерв'ювання, анкетування та ненав'язливого спостереження, ідентифікує ознаки психологічного дистресу, дезадаптації або ризик розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). На цьому етапі важливо виявити не лише поточні труднощі, а й наявність внутрішніх ресурсів особи для подолання наслідків травми.

Наступним елементом є психоосвіта та інформування, що включає надання клієнтам знань про природу стресу, типові реакції на травму, стратегії саморегуляції, а також про доступні ресурси психологічної допомоги. Така робота сприяє зниженню тривожності, формує відчуття контролю над ситуацією та підтримує мотивацію до відновлення. Головними завданнями на цьому етапі є повернення людині відповідальності за власне життя, а також навчання практикам саморегуляції та подолання стресу, наприклад практикам дихання (діафрагмальне дихання, дихання по квадрату), тілесно-орієнтованим вправам (наприклад, «Метелик», «Маятник спокою», прогресивно-м'язова релаксація), ритуалам турботи про себе тощо. У випадках, що потребують більш глибокого втручання, соціальний працівник скеровує клієнта до відповідних спеціалістів: психологів, психотерапевтів, психіатрів. Особливо це актуально в контексті обмеженого доступу до психологічних послуг у сільських громадах або територіях, постраждалих від війни.

Важливою частиною роботи є організація групових форм підтримки, що мають терапевтичний, освітній та відновлювальний характер. Соціальні працівники можуть проводити групові зустрічі, арттерапевтичні майстерні, заняття з тілесними та творчими практиками, що сприяють вираженню емоцій, відновленню довіри до інших людей та формуванню почуття приналежності до безпечної спільноти. Високу ефективність показують виїзди групи підтримки, наприклад табори для родин загиблих Героїв, організованих ГО «ТУР» за підтримки благодійного фонду Nova Ukraine, а також проекти «Віднова від МдС», заходи з відновлення дітей, матерів і дружин небесних і зниклих безвісти воїнів. Серед методів арттерапії, які довели свою ефективність у роботі з постраждалими в межах зазначених проєктів, можемо виділити: малювання, живопис, мандалотерапію; музикотерапію; казкотерапію (особливо у роботі з дітьми); пісочну терапію, лялькотерапію; тілесно-орієнтовані методи тощо.

Важливими складниками залишаються соціальний супровід і кейс-менеджмент, що охоплює індивідуальну роботу з клієнтом: допомогу у відновленні документів, пошуку житла, організації побуту, працевлаштуванні, роботу з дітьми тощо. Такий підхід дає змогу стабілізувати життєві обставини особи, зменшити рівень зовнішнього стресу й поступово відновити її соціальну функціональність.

Окрему увагу соціальний працівник приділяє формуванню безпечного простору та довірливих стосунків. Створення середовища, у якому клієнт почувається визнаним, почутим і захищеним, є основою для подальшої реабілітації. Саме через емоційно підтримувальну взаємодію формується мотивація до відновлення активного

життя та самореалізації, що є ключовим чинником у подоланні наслідків травматичного досвіду. Для ефективної реалізації зазначених функцій соціальний працівник повинен володіти високим рівнем емпатії, стресостійкості, комунікаційною гнучкістю, а також мати базові знання з психічного здоров'я та навички кризової інтервенції. Такий набір професійних якостей та знань дає змогу вибудовувати дієву та ефективну модель психосоціальної підтримки осіб, постраждалих від війни.

Результативність соціальної роботи значною мірою підтверджується прикладами вже реалізованих ефективних практик в Україні:

Мобільні бригади соціально-психологічної допомоги при територіальних громадах та недержавних організаціях забезпечують оперативне реагування, індивідуальні консультації, виїзди до ВПО та проведення груп підтримки. Ці бригади стали критично важливими в умовах переміщення великої кількості населення із зон активних бойових дій.

Інформаційні кампанії щодо психічного здоров'я та доступу до соціальних послуг реалізуються за підтримки міжнародних організацій, громадських ініціатив та Міністерства охорони здоров'я України, сприяють підвищенню обізнаності населення, зниженню стигматизації звернення за психологічною допомогою, активізації ресурсів громад.

Психосоціальні простори для внутрішньо переміщених осіб, ветеранів, постраждалих від війни організовано на базі центрів соціальних служб, хабів, гуманітарних центрів. У таких просторах створено безпечне ресурсне середовище, де люди можуть стабілізувати свій психоемоційний стан, узяти участь у групових заходах, отримати фахові консультації. Наприклад, Veteran Hub – мережа підтримки для воїнів та їхніх близьких, простір для жінок і дівчат «Вільна», що реалізується UNFPA.

Варто також згадати проєкт «Життестійкість» – ініціатива Міністерства соціальної політики України, спрямована на підтримку психічного здоров'я та соціальної адаптації громадян, які постраждали внаслідок війни. Він реалізується в межах Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» за ініціативи першої леді Олени Зеленської. Проєкт має на меті створення у громадах безпечних та безбар'єрних просторів – центрів життестійкості, де кожен мешканець може безкоштовно отримати психосоціальну підтримку. Ці центри допомагають людям адаптуватися до нових умов життя, знижують рівень стресу та тривожності, а також сприяють формуванню навичок стресостійкості та попередженню психологічної травматизації. Станом на початок 2025 р. до проєкту долучено 308 громад у 23 областях України, з яких 230 уже відкрили центри життестійкості. Найбільше нових просторів з'явиться у Волинській, Тернопільській та Черкаській областях [4].

Соціальний працівник у роботі з постраждалими від війни виступає не лише як посередник у наданні соціальних послуг, а й як активний учасник процесу психосоціальної реабілітації. Його діяльність є невід'ємною частиною комплексного

підходу до подолання наслідків травматичних подій, що дає змогу забезпечити сталу підтримку та сприяти поверненню людини до повноцінного життя в громаді. У межах державної та місцевої політики акцент робиться не лише на разову допомогу, а й на реалізацію довготривалих соціальних ініціатив, спрямованих на відновлення повсякденного життя, психоемоційної стабільності та повернення людини до активної участі в суспільному житті. Український досвід свідчить про високу ефективність партнерства між державними та недержавними структурами. Наприклад, ініціативи Міжнародної організації з міграції (МОМ), UNICEF, громадських платформ («Зупинимо війну разом», «Психологічна підтримка онлайн» тощо).

Українська практика характеризується використанням інноваційних підходів, зокрема онлайн-консультування, мобільних додатків для психологічної підтримки, застосування арттерапії та інших творчих методів роботи з травмою. Важливим досягненням є розвиток системи підготовки та супервізії соціальних працівників, створення спеціалізованих освітніх програм та методичних посібників для роботи в умовах війни.

Подальший розвиток соціальної роботи у контексті подолання психотравмуючих наслідків війни має орієнтуватися на розвиток інтегрованих моделей надання послуг, які об'єднують соціальну роботу, психологічну допомогу, медичне обслуговування та правову підтримку в рамках єдиної системи. Важливим є розвиток цифрових технологій, який відкриває нові можливості для соціальної роботи з травмованими особами. Віртуальна реальність використовується для експозиційної терапії ПТСР, штучний інтелект – для скринінгу психологічних проблем, мобільні додатки – для самопомогі та моніторингу стану клієнтів.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Із початком російської агресії в Україні була розроблена система соціального захисту, яка включає спеціалізовані центри соціально-психологічної реабілітації, мобільні бригади соціальних працівників, програми психосоціальної підтримки для різних категорій постраждалих.

Особливістю української моделі є тісна співпраця державних установ, недержавних організацій та волонтерських ініціатив. Створено мережу центрів надання безоплатної правової допомоги, соціальних центрів для внутрішньо переміщених осіб, спеціалізованих програм для ветеранів та їхніх родин. Український досвід демонструє можливості ефективної організації соціальної роботи в умовах війни через поєднання державних ресурсів, недержавних ініціатив та міжнародної підтримки. Водночас виклики, пов'язані з обмеженістю ресурсів, високим навантаженням на спеціалістів та складністю соціальних проблем, вимагають постійного вдосконалення підходів та методів роботи. Соціальні працівники відіграють життєво важливу роль у підтримці психоемоційного стану постраждалих від війни. Розширення підтримки цієї професії, розвиток системи підготовки кадрів та інтеграція психосоціального підходу в соціальну політику, залучення цифрових технологій – ключові умови для відновлення й розвитку України.

Список використаних джерел і літератури

1. Актуальні питання соціальної роботи : навчальний посібник / О.М. Денисюк та ін. Ужгород : РІК-У, 2023. 420 с.
2. Вірт Ю.М. Соціальний захист та підтримка осіб, постраждалих від конфлікту. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія «Право, публічне управління та адміністрування»*. 2025. № 16.
3. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинилися у складних життєвих обставинах унаслідок військових дій (досвід упровадження) / В.В. Байдик та ін. ; заг. ред. В.Г. Панка, І.І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с.
4. Життєстійкість. *Міністерство соціальної політики України*. URL: <https://msp.gov.ua/about/klyuchovi-napryamy/zhyttyestiykist>
5. Ломакін Г. Система соціально-психологічного супроводу людей, що зазнали наслідків травм війни. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2024. № 2. Т. 9. URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/508>
6. Ломакін Г. Соціально-психологічні особливості процесу ресоціалізації учасників бойових дій. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2014. Вип. 2. С. 49–52. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vknup_2014_2_17
7. Ломакін Г. Соціально-психологічні складові соціальної роботи з учасниками бойових дій : методичний посібник. Харків : Оберіг, 2014. 168 с.
8. Про схвалення Стратегії розвитку системи охорони здоров'я на період до 2030 року та затвердження операційного плану заходів з її реалізації у 2025–2027 роках : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 17 січня 2025 р. № 34-р. *Офіційний портал Верховної Ради України*. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/34-2025-%D1%80#Text>
9. Титаренко Т.М. Технології відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах війни: комплексний підхід. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. Вип. 43 (46). С. 54–62. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nsspp_2019_43_8
10. Фурман А.В., Дубно А.В. Психодіагностична компетентність соціального працівника : монографія. Тернопіль : ТНЕУ, 2017. 102 с.

References

1. Epel, O.V., Liakh, T.L., Sylantieva, I.V., Denysiuk, O.M. (Ed.). (2023). *Aktualni pytannia sotsialnoi roboty [Current issues of social work]*. Uzhhorod : RIK-U [in Ukrainian].
2. Virt, Yu.M. (2025). Sotsialnyi zakhyst ta pidtrymka osib, postrazhdalyykh vid konfliktu [Social protection and support for persons affected by the conflict]. *Problemy suchasnykh transformatsii. Seriya: pravo, publichne upravlinnia ta administruvannia – Problems of modern transformations. Series: law, public management and administration*, 16. [in Ukrainian].
3. Baidyk, V.V., Bondaruk, Yu.S., Hopkalo, Yu.P., et al. (2020). *Hrupovi formy roboty v systemi psykhosotsialnoi dopomohy ditiam i simiam, shcho opynylys u skladnykh zhyttievyykh obstavynakh vnaslidok viiskovykh dii (dosvid uprovadzhennia) [Group forms of work in the system of psychosocial assistance to children and families who find themselves in difficult life circumstances as a result of military operations (implementation experience)]*. Kyiv : Nika-Tsentr [in Ukrainian].
4. Ministerstvo sotsialnoi polityky Ukrainy. (2025). *Zhyttiistiikist [Sustainability]*. Retrieved from <https://msp.gov.ua/about/klyuchovi-napryamy/zhyttyestiykist> [in Ukrainian].
5. Lomakin, H. (2024). Systema sotsialno-psykholohichnoho suprovodu liudei, shcho zaznaly naslidkiv travm viiny [System of socio-psychological support for people who have suffered the consequences of war trauma]. *Psykhosomatychna medytsyna ta zahalna praktyka – Psychosomatic medicine and general practice*, 2, 9. Retrieved from <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/508> [in Ukrainian].

6. Lomakin, H. (2014). Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti protsesu resotsializatsii uchasnykiv boiovykh dii [Socio-psychological features of the process of resocialization of combatants]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohiia – Bulletin of the Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology*, 2, 49–52. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/vknup_2014_2_17 [in Ukrainian].
7. Lomakin, H. (2014). *Sotsialno-psykholohichni skladovi sotsialnoi roboty z uchasnykamy boiovykh dii [Socio-psychological components of social work with combatants]*. Kharkiv : Oberih [in Ukrainian].
8. Rozporiadzhennia Kabinetu Ministriv Ukrainy Pro skhvalennia Stratehii rozvytku systemy okhorony zdorovia na period do 2030 roku ta zatverdzhennia operatsiinoho planu zakhodiv z yii realizatsii u 2025–2027 rokakh [Regulations of the Cabinet of Ministers of Ukraine For approval of the Strategy for the Development of the Health Protection System for the period up to 2030 and approval of the operational plan for its implementation in 2025–2027]. (January 17, 2025). *Ofitsiynyi portal Verkhovnoi Rady Ukrainy – Official portal of the Verkhovna Rada of Ukraine*. Retrieved from <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/34-2025-%D1%80#Text> [in Ukrainian].
9. Tytarenko, T.M., Dvornyk, M.S., & Klymchuk, V.O., et al. (2019). *Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii : praktychnyi posibnyk [Socio-psychological technologies of personality recovery after traumatic events: a practical guide]*. T.M. Tytarenko [Ed.]. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD. [in Ukrainian].
10. Furman, A.V., & Dubno, A.V. (2017). *Psykhodiahnostychna kompetentnist sotsialnoho pratsivnyka [Psychodiagnostic competence of a social worker]*. Ternopil : TNEU. [in Ukrainian].

Rudnieva A. O.

Candidate of Political Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Political Science
Zaporizhzhia National University;
Art therapist, social worker at the Public organization “TUR”

Malovana Yu. G.

Candidate of Political Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Political Science
Zaporizhzhia National University;
Art therapist, social worker at the Public organization “TUR”

FEATURES OF THE ACTIVITIES OF SOCIAL WORKERS IN OVERCOMING THE PSYCHOTRAUMATIC CONSEQUENCES OF WAR

The article examines key aspects of the professional activities of social workers in the context of overcoming the traumatic consequences of war. The full-scale aggression since 2022 has led to significant human losses and psychological trauma, which requires a systemic response from society. The activities of social workers are key in providing support to victims, therefore it must be scientifically substantiated and integrated into the system of psychosocial recovery. The purpose of the study is to analyze the features of the activities of social workers in overcoming the traumatic consequences of war, identify effective practices of social support and outline the prospects for improving social work in the war and post-war period. The scientific novelty of

the work lies in the generalization of modern approaches and practices of social workers in the conditions of a full-scale war in Ukraine. The features of work with vulnerable groups of the population are investigated, the key functions of a social worker are highlighted: initial assessment of the condition, psychoeducation, referral to specialists, organization of group forms of support (art therapy, physical practices). An analysis of the current Ukrainian experience is presented, as well as promising directions for the development of social work in the conditions of war and post-war recovery are outlined. The prospects for the development of integrated service models and the use of digital technologies are indicated.

Key words: social work, war, trauma, psychosocial support, victims, social workers.

УДК 364:376-056.36

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.28>

Сидун І. В.

кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної роботи
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
e-mail: sydun_iryna@onu.edu.ua
ORCID ID: 0000-0002-6219-5208

Ковальська М. С.

кандидат історичних наук,
асистент учителя
Одеський ліцей № 89 Одеської міської ради
e-mail: kovalska.mar@onu.edu.ua
ORCID ID: 0000-0002-4887-7675

ПРИНЦИПИ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ В ДІЯЛЬНОСТІ АСИСТЕНТА ВЧИТЕЛЯ

Статтю присвячено уточненню теоретичного та практичного змісту діяльності асистента вчителя з погляду принципів соціальної роботи. Автори окреслюють наявні розбіжності у сприйнятті та розумінні посади асистента вчителя. Досліджується сучасна нормативна база, що регулює діяльність соціальних працівників та асистентів учителя у контексті інклюзивної освіти. Авторами уточнюються функції асистента вчителя як члена команди психолого-педагогічного супроводу дитини з ООП, розмежовується сфера застосування практичних методів та прийомів роботи, вказується на пріоритетні компоненти практичної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. Визначено та запропоновано чотири ключові принципи соціальної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами в діяльності асистента вчителя.

Ключові слова: соціальна робота, діти з ООП, асистент учителя, особливі освітні потреби, інклюзивний клас.

Постановка проблеми. Останніми роками українські освітяни досягли значного прогресу в упровадженні ідей інклюзії. Діти з особливими освітніми потребами вже не є ізольованими від загалу, вони долучені до соціуму як рівноправні учасники, дотримано права людини.

Утім, якщо кожна людина розуміє, хто такий учитель, то на побутовому рівні досі існує картина нечіткого сприйняття різниці між асистентом учителя (педагогічним працівником) та асистентом дитини (законним представником окремої дитини або соціальним – непедагогічним – працівником). Незважаючи на те що посада асистента вчителя вже не є новою для української школи, досі залишається багато невивчених аспектів практичного впровадження ідей інклюзії за цим напрямом.

Розуміння принципів соціальної роботи є важливим для асистента вчителя, оскільки базовою для асистента вчителя є комунікація з дітьми, батьками, колегами, побудова комфортного середовища, у якому відбувається взаємодія між учасниками освітнього процесу. Зауважимо, що асистент учителя має справу, перш за все, із уразливими соціальними групами, допомагає знаходити шляхи подолання бар'єрів нерівності, яка може виникати в освітньому процесі. Не за формальними вимогами, а за реаліями вимог практики життя асистент учителя має бути різносторонньою людиною, підкреслимо – міждисциплінарно грамотною.

З огляду на це, актуальним вважається звернення до дослідження перетину принципів соціальної роботи та практичної діяльності асистента вчителя, який працює з дітьми з особливими освітніми потребами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед джерел використовувалися як міжнародні, так і українські нормативно-правові документи (закони, постанови, накази Міністерства освіти і науки України, Кабінету Міністрів України та ін.), що регулюють сферу освіти та сферу соціальної роботи [4; 10–12; 19].

Під час роботи над статтею нами досліджувалися праці, присвячені питанням інклюзії в освіті, питанням соціальної роботи, соціальної педагогіки, психолого-педагогічної діяльності, теоретичним та практичним проблемам роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. Частина матеріалів, що аналізувалися, були випущені під егідою міжнародних організацій та установ (наприклад, ЮНІСЕФ).

Окремо слід визначити базові праці дослідників, які послідовно та систематично займалися розробленням актуальних наукових тем в Україні. Під час дослідження ми спиралися на ідеї відомого педагога, заслуженого діяча науки і техніки України, професора Алли Йосипівни Капської, яка глибоко розробляла питання соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю.

Теорії та етиці соціальної роботи присвячено праці Т.В. Семигіної, Д. Лукаса, О. Василенко, М.І. Харламова [9; 13; 14; 18].

Інклюзивну освіту, спеціальну педагогіку та питання підготовки педагогічних кадрів вивчає Л.В. Коваль-Бардаш [7]; проблемами супроводу дітей з особливими освітніми потребами займаються О.В. Лаврикова, Л.В. Дрозд, О.О. Мішкулинець [3; 17].

Слід виокремити розроблену для українського онлайн-ресурсу «Всеосвіта» статтю під назвою «Соціально-педагогічна робота асистента вчителя з дітьми з особливими освітніми проблемами у загальноосвітній школі інклюзивної орієнтації» [8] Л.М. Лук'янчук, що має практичний досвід роботи асистентом учителя.

Отже, серед української наукової літератури достатньо робіт із теоретичних питань загальних проблем порушеної проблематики, однак спостерігається певний брак спеціалізованих досліджень щодо теоретичної сфери та практичної діяльності саме асистента вчителя.

Мета статті. Розширення теоретичних рамок розуміння професійної компетентності асистента вчителя, уточнення можливостей застосування

принципів соціальної роботи під час виконання функцій та обов'язків педагогічного працівника.

Результати дослідження. Посада такого педагогічного працівника, як асистент учителя, запроваджена в Україні з 2010 р. за типовими штатними нормативами закладів загальної середньої освіти (Наказ Міністерства освіти і науки від 06.12.2010 № 1205) [10], у 2011–2012 рр. тривало впровадження нововведення, узгодження з іншими нормативними документами, що регламентують організацію освітнього процесу. У 2021 р. було оновлено зміст порядку організації інклюзивного навчання в навчальних закладах загальної середньої освіти [12]. Перш за все додано принцип поділу на рівні підтримки учнів, що потребують ресурсної допомоги у різному обсязі.

Також посаду асистента вчителя та кваліфікаційні вимоги було визначено ч. 4 ст. 33 Закону України «Про освіту» та ч. 8 ст. 44 Закону України «Про повну загальну середню освіту».

У роз'ясненні Освітнього омбудсмена України вказано, що асистент учителя «допомагає вчителю здобувати знання та розвивати здібності й навички дитині з особливими освітніми потребами, яка навчається в інклюзивному класі» [2]. В обов'язки асистента вчителя входять діагностичне спостереження за дитиною з ООП, розроблення індивідуальної документації дитини (ІПР, ІНП та, за потреби, ІНП) та ведення документації класу, що торкається сфери інклюзії; адаптація навчальних матеріалів та освітнього середовища для дитини; консультування та участь у комунікації між іншими учасниками освітнього процесу та ін.

Звернемо увагу, що в нормативній частині (серед вивчених нами базових документів у процесі дослідження) не відведено уваги такому значному аспекту роботи асистента вчителя, як соціально-педагогічна діяльність, тобто «забезпечення освітньо-виховними засобами цілеспрямованої соціалізації, створення сприятливих умов для всебічного розвитку, саморозвитку та самореалізації особистості» [6, с. 70].

Більшою мірою це торкається функцій працівника, який знаходиться на посаді соціального педагога, проте саме асистент присутній на всіх уроках за розкладом того інклюзивного класу, за яким закріплений як штатна одиниця.

За «Примірним положенням про команду психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами в закладі загальної середньої та дошкільної освіти» стає зрозумілим, що питанню соціалізації дитини приділено багато уваги. Варто розуміти, що впроваджено командний підхід до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами: персонально передбачається і педагогічний склад, і залучення необхідних спеціалістів, і участь батьків. Принципами діяльності команди супроводу в документі названо такі: «повага до індивідуальних особливостей дитини з ООП; дотримання інтересів дитини з ООП, недопущення дискримінації та порушення її прав; командний підхід; активна співпраця з батьками дитини з ООП, залучення їх до освітнього про-

цесу та розроблення ППР; конфіденційність та дотримання етичних принципів; міжвідомча співпраця» [11].

Психолого-педагогічний супровід має на увазі спільне подолання командою перешкод у процесі інтеграції дитини. Відомий український педагог, дослідниця у сфері соціальної роботи А.Й. Капська зазначала, що «соціально-педагогічна діяльність як спосіб оптимізації процесу соціалізації виконує три соціальні функції: підвищення рівня соціальної адаптації індивіда або групи, профілактика явищ дезадаптації, соціокультурна реабілітація та розвиток людини» [5, с. 146]. Однією з перших дослідниць уже в період незалежності України було підкреслено ідею, що головними негативними чинниками виступають недосконалість законів та недоліки середовища, утім, помітно позитивні зрушення: культура корисності, де людина оцінюється лише за обсягом того, що вона може дати, поступається місцем культурі гідності, де важливий кожен [5, с. 152, 156].

Отже, діяльність асистента вчителя широко охоплює той соціальний фокус уваги, що відповідає розумінню соціально-педагогічної діяльності – роботу соціальну за спрямуванням та педагогічну за змістом [6, с. 70], і розширює діапазон потенціальних можливостей практики асистента вчителя за сферою соціальної роботи.

За М.І. Харламовим, можна виокремлювати чотири групи основних принципів соціальної роботи: змістовні принципи, психолого-педагогічні, методологічні, організаційні [18, с. 8]. Відзначимо окремо, що за нормативною базою в межах соціальної роботи має обов'язково бути «запобігання негативним явищам та їх подолання» [4].

Соціальними працівниками на міжнародному рівні, у «Глобальній декларації етичних принципів соціальної роботи», визначено такі принципи соціальної роботи (наводимо у перекладі Т. Семигіної): визнання гідності людини; сприяння правам людини, сприяння соціальній справедливості, сприяння праву на самовизначення, сприяння праву на участь, повага конфіденційності та приватності, ставлення до людей як до цілісних індивідів, етичне використання технологій та соціальних медіа, професійна доброчесність [13, с. 73; 19].

На перший погляд здається, що наведені вище постулати є доволі абстрактними та схематизованими. Вони проголошують речі, що торкаються загальнолюдських цінностей. Утім, глобальні принципи будь-якої сфери за умовчанням теоретизовані, тим паче це торкається сфери людських відносин.

Наприклад, ідеї соціальної справедливості, поваги до індивідуальності дитини є одними з базових для компетентності педагога. Сприяння правам людини, ставлення до людей як до цілісних індивідів, визнання людської гідності є одними з найконструктивніших ідей. По-різному сформульовані, такі визначення перетинають зміст будь-якого сучасного підходу в педагогіці. Так, Л.В. Коваль-Бардаш у програмі курсу «Технології навчання дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного середовища» вважає, що цінності і ставлення

фахівця мають бути такими: «дитиноцентризм, цінність особистості; професійна гнучкість і постійний фаховий розвиток; прийняття демократичних цінностей, зокрема повага до багатоманітності та полікультурності, прав людини, дитини тощо; переконання щодо значущості участі в освітньому процесі всіх дітей; рефлексія власної професійної діяльності» [7].

Життєво важливим компонентом практики соціальної роботи називаються цінності: «Цінності – це не просто ідеали, це набір критеріїв для прийняття рішень» [9, с. 36].

Питання інклюзії пов'язано із ціннісно-етичним. Соціалізація дитини, «включення» її у соціум, дуже активно відбувається в середовищі школи, а саме в інклюзивному класі. Дитина вчиться новій для себе соціальній ролі, відповідальності, будує відносини з іншими однолітками. Психосоціальний розвиток особистості дітей з ООП є одним із найбільш складних процесів, яким потрібно приділяти увагу в діяльності асистента вчителя. Робота із сім'єю, яка виховує дитину з ООП, може проводитися в індивідуальній або груповій формі [16, с. 154], проте у випадку асистента вчителя практика показує, що найчастіше використовується саме індивідуальна. Із дітьми, особливо молодшого шкільного віку, основні форми роботи – «гра, спілкування, організація творчої діяльності» [17, с. 31]. Мають обов'язково бути навчально-розвивальні вправи, у тому числі на розвиток соціально-комунікативної активності. Асистент учителя, який кожного робочого дня проводить багато часу з дитиною з ООП, одним із перших помічає ознаки можливого сталого стресового стану, який, на думку українських учених [15, с. 142], може стати перешкодою у процесі соціальної адаптації дитини.

За відомою аналогією про навчання риболовлі асистент учителя не повинен робити все замість дитини, а має допомогти віднайти їй власні внутрішні ресурси – і тоді вона впорається із зовнішніми викликами, що виникатимуть під час її взаємодії із соціумом.

Усе це допомагає оптимізувати процес соціалізації, збалансувати ресурси та допомогти спрямувати необхідні зусилля для повноцінної соціальної участі дитини. Така діяльність виконує «функції соціокультурної адаптації, профілактики дезадаптації, соціокультурної реабілітації» [5, с. 155].

Повага до конфіденційності повинна бути постійно згадуваною під час роботи. Тактовність асистента вчителя, його розуміння чутливості проблем можуть допомогти впоратися із внутрішніми психологічними перешкодами дитини з ООП та її батьків.

Потрібно тримати учасників команди супроводу в курсі запланованих дій, майбутньої траєкторії роботи, дбайливо пояснювати корисність рекомендованих розвивальних вправ. Це можна віднести до «інформаційно-консультативно-просвітницької» [3] форми діяльності команди супроводу. Особливо важливими є робота із сім'єю та побудова системи мотивації [1, с. 332]. Тут варто усвідомлювати, що ресурси дитини та членів її родини не втримуються на одному

рівні, можуть бути періоди психологічного та фізичного спаду активності, зниження зацікавленості. Усе це входить у важкий, але необхідний процес реабілітації сім'ї дитини з ООП, якій потрібно надавати допомогу – «освітню, посередницьку, психологічну» [5, с. 153].

Слід пам'ятати, що члени родини дитини з ООП постійно, без перерв та вихідних ведуть важку життєву боротьбу, у якій вони долають не тільки об'єктивні складнощі, а й «внутрішніх ворогів»: почуття провини, утомленість, песимістичне уявлення про майбутнє та ін. Ретрансляція картини психолого-педагогічної роботи з дитиною та її сім'єю, навіть у звітній документації, є надзвичайно чутливою темою.

Лояльність та коректність є одними з найважливіших soft skills асистента вчителя. Використання зразків або бланків розроблених документів має бути з прибраною конфіденційною інформацією (ПІБ дитини, адреса, будь-яка інформація медичного характеру та ін.) Також слід ретельно перевіряти, хто має доступ до інформації, особливо під час використання сучасних освітніх мультимедійних платформ та подібних засобів зберігання та обробки даних (наприклад, права доступу до професійних гугл-папок). Поширення конфіденційної інформації як усно, так і письмово суперечить законодавству та є тяжким порушенням професійної етики і становить серйозну небезпеку для дитини. Асистент учителя має обов'язково проговорити політику дотримання приватності та конфіденційності з керівництвом навчального закладу, ознайомитись із практичними порадами колег, яким чином вони вирішують такі питання.

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Таким чином, виходячи з обсягу площин перетину, можна визначити такі принципи соціальної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами в діяльності асистента вчителя:

- повага до людини та визнання її цінності як Людини;
- коректність у питаннях конфіденційності як складова частина професійної доброчесності асистента вчителя;
- підтримка ідеї інклюзії як справедливого спільного простору;
- ресурсна допомога сім'ї з дитиною з ООП як соціальна робота з уразливими групами населення.

Усвідомлене впровадження базових принципів соціальної роботи розширює зміст практичної діяльності асистента вчителя, поглиблює розуміння шляхів подальшої роботи у контексті захисту уразливих груп населення. Уважаємо доцільним рекомендувати результати дослідження для підвищення ефективності практичної роботи асистентів учителів під час їхньої професійної підготовки або саморефлексії як фахівця. Окрім практичного боку, методологічні позиції та ідеї, представлені у цьому дослідженні, можуть становити перспективний напрям для подальших теоретичних наукових міркувань щодо інструментарію асистента вчителя.

Список використаних джерел і літератури

1. Аносова А.В., Безпалько О.В., Цюман Т.П. Соціальна робота з уразливими сім'ями та дітьми : посібник ; у 2-х ч. Ч. 2. Київ : Обнова Компані, 2017. 352 с.
2. Асистент вчителя: обов'язки, навантаження, оплата праці та відмінність від асистента дитини. *Освітній омбудсмен України*. 18 січня 2024 р. URL: <https://surl.li/lckimm>
3. Дрозд Л.В., Лаврикова О.В. Соціально-психологічний супровід дітей з особливими освітніми потребами в умовах закладів середньої освіти. *Журнал сучасної психології*. 2021. № 3. С. 15–22. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2021-3-2>
4. Закон України «Про соціальну роботу із сім'ями, дітьми та молоддю» від 21.06.2001 № 2558–ІІІ. Дата оновлення: 03.08.2023. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14#Text>
5. Капська А.Й. Технології соціально-педагогічної роботи : навчальний посібник / за заг. ред. проф. А.Й. Капської. Київ, 2000. 372 с.
6. Караман О. Сутність і зміст соціально-педагогічної роботи як категорії соціальної педагогіки. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2011. Вип. 21. С. 69–73. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2011_21_25
7. Коваль-Бардаш Л.В. Навчальна програма «Технології навчання дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного середовища». Київ, 2020. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723113/2/навчальна%20програма%20технології%20навчання%20дітей%20з%20особливими%20освітніми%20потребами%20в%20умовах%20інклюзивного%20середовища.pdf>
8. Лук'янчук Л.М. Соціально-педагогічна робота асистента вчителя з дітьми з особливими освітніми проблемами в загальноосвітній школі інклюзивної орієнтації. *Всеосвіта*. 2019. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/01007n57-3665.docx.html>
9. Лукас Д., Василенко О. Етичні принципи та цінності соціальної роботи. *Соціальна робота в Україні: перші кроки* / ред. В. Полтавець. Київ : КМ «Academia», 2000. С. 29–45. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/5160>
10. Наказ № 1205 Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Типових штатних нормативів закладів загальної середньої освіти» від 06.12.2010. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1308-10#Text>
11. Наказ № 609 Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Примірного положення про команду психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами в закладі загальної середньої та дошкільної освіти» від 08.06.2018. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0609729-18#Text>
12. Постанова № 957 Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку організації інклюзивного навчання у закладах загальної середньої освіти» від 15.09.2021. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/957-2021-%D0%BF>
13. Семигіна Т. Нові глобальні етичні принципи соціальної роботи. *Вісник Академії праці, соціальних відносин і туризму*. 2019. № 1. С. 70–85. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VAPSV_2019_1_8
14. Семигіна Т. Сучасна соціальна робота. Київ : Академія праці, соціальних відносин і туризму, 2020. 275 с.
15. Соціальна та освітня інклюзія: історія, сучасність та перспективи розвитку : колективна монографія : у 2-х ч. Ч. 1. Інституційні та особистісні аспекти впровадження в Україні / за ред. С.П. Миронової, Л.Б. Платаш. Чернівці : Технодрук, 2021. 352 с.
16. Спіріна Т., Дорофіна М. Соціальна робота із сім'ями, які виховують дитину з інвалідністю у територіальній громаді. *Ввічливість. Humanitas*. 2023. № 2. С. 151–156. <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.2.22>

17. Технології соціально-педагогічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами в закладі загальної середньої освіти. Методичні рекомендації щодо специфіки роботи соціального педагога в інклюзивному середовищі школи / уклад. О.О. Мішкулинець. Мукачево, 2019. С. 31–51.

18. Харламов М.І. Соціальна робота : курс лекцій. Харків : НУЦЗУ, 2013. 96 с.

19. Global social work statement of ethical principles. *International Federation of Social Workers*. 02.07.2018. URL: <https://www.ifsw.org/global-social-work-statement-of-ethical-principles/>

References

1. Anosova, A.V., Bezpalko, O.V., & Tsiuman, T.P. (2017). *Sotsialna robota z vrazlyvymy simiamy ta ditmy : posib. [Social work with vulnerable families and children]*. Kyiv: Obnova Kompani [in Ukrainian].

2. Asystent vchytelia : oboviazky, navantazhennia, oplata pratsi ta vidminnist vid asystenta dytyny. (2024). [Teacher's Assistant: Responsibilities, Workload, Salary, and Differences from a Child's Assistant]. *Osvitnii ombudsmen Ukrainy*. Retrieved from: <https://surl.li/lckimm> [in Ukrainian].

3. Drozd, L.V., & Lavrykova, O.V. (2021). Sotsialno-psykholohichniy suprovid ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v umovakh zakladiv serednoi osvity. [Socio-psychological support for children with special educational needs in secondary education institutions]. *Zhurnal suchasnoi psykholohii*, 3. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2021-3-2> [in Ukrainian].

4. Zakon Ukrainy. (2023). Pro sotsialnu robotu z simiamy, ditmy ta moloddiiu vid. [About social work with families, children and youth]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2558-14#Text> [in Ukrainian].

5. Kapska, A.Y. (2000). *Tekhnolohii sotsialno-pedahohichnoi roboty: Navchalnyi posibnyk [Technologies of socio-pedagogical work]*. Kyiv. [in Ukrainian].

6. Karaman, O. (2011). Sutnist i zmist sotsialno-pedahohichnoi roboty yak katehorii sotsialnoi pedahohiky. [The essence and content of socio-pedagogical work as a category of social pedagogy]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu*, 21, 69–73. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2011_21_25 [in Ukrainian].

7. Koval-Bardash, L.V. (2020). *Navchalna prohrama «Tekhnolohii navchannia ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v umovakh inkluzyvnoho seredovyshcha» [Technologies for teaching children with special educational needs in an inclusive environment]*. Kyiv. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/723113/2/навчальна%20програма%20%20технології%20навчання%20дітей%20з%20особливими%20освітніми%20потребами%20в%20умовах%20інклюзивного%20середовища.pdf> [in Ukrainian].

8. Lukianchuk, L.M. (2019). Sotsialno-pedahohichna robota asystenta vchytelia z ditmy z osoblyvymy osvitnimy problemamy v zahalnoosvitnii shkoli inkluzyvnoi oriantatsii. [Socio-pedagogical work of a teacher's assistant with children with special educational problems in a comprehensive school of inclusive orientation]. *Vseosvita*. Retrieved from: <https://vseosvita.ua/library/embed/01007n57-3665.docx.html> [in Ukrainian].

9. Lukas, D., & Vasylenko, O. (2000). Etychni pryntsypy ta tsinnosti sotsialnoi roboty. [Ethical principles and values of social work]. *Sotsialna robota v Ukraini : pershi kroky*. Kyiv. 29–45. Retrieved from: <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/5160> [in Ukrainian].

10. Nakaz 1205 Ministerstva osvity i nauky Ukrainy (2010). Pro zatverdzhennia Typovykh shtatnykh normatyviv zakladiv zahalnoi serednoi osvity [On approval of the Standard Staffing Standards for General Secondary Education Institutions]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1308-10#Text> [in Ukrainian].

11. Nakaz 609 Ministerstva osvity i nauky Ukrainy. (2018). Pro zatverdzhennia Prymirnoho polozhennia pro komandu psykholoho-pedahohichnoho suprovodu dytyny z osoblyvymy osvitnimy

potrebamy v zakladi zahalnoi serednoi ta doshkilnoi osvity. [On approval of the Model Regulation on the team of psychological and pedagogical support for a child with special educational needs in a general secondary and preschool education institution]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0609729-18#Text> [in Ukrainian].

12. Postanova 957 Kabinetu Ministriv Ukrainy. (2021). Pro zatverdzhennia Poriadku orhanizatsii inkliuzyvnoho navchannia u zakladakh zahalnoi serednoi osvity. [On approval of the Procedure for organizing inclusive education in secondary education institutions]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/957-2021-%D0%BF> [in Ukrainian].

13. Semyhina, T. (2019). Novi hlobalni etychni pryntsyipy sotsialnoi roboty [New Global Ethical Principles for Social Work]. *Visnyk Akademii pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu*, 1, 70–85. Retrieved from: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VAPSV_2019_1_8 [in Ukrainian].

14. Semyhina, T. (2020). *Suchasna sotsialna robota. [Modern social work]*. Kyiv : Akademiia pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu [in Ukrainian].

15. Sotsialna ta osvitnia inkliuziia : istoriia, suchasnist ta perspektyvy rozvytku : kolektyvna monohrafiia. (2021). [Social and educational inclusion: history, present day and development prospects]. Chernivtsi : Tekhnodruk [in Ukrainian].

16. Spirina T., & Dorofina M. (2023). Sotsialna robota z simiamy, yaki vykhovuiut dytynu z invalidnistiu u terytorialnii hromadi. [Social work with families raising a child with a disability in the local community]. *Vvichlyvist. Humanitas*, 2, 151–156. <https://doi.org/10.32782/humanitas/2023.2.22> [in Ukrainian].

17. Tekhnolohii sotsialno-pedahohichnoi pidtrymky ditei z osoblyvymy osvitnimy potrebamy v zakladi zahalnoi serednoi osvity. (2019). [Technologies of socio-pedagogical support for children with special educational needs in a secondary education institution]. *Metodychni rekomendatsii shchodo spetsyfiky roboty sotsialnoho pedahoha v inkliuzyvnomu seredovyskhi shkoly*. Mukachevo. 31–51. [in Ukrainian].

18. Kharlamov, M.I. (2013). *Sotsialna robota : Kurs lektsii. [Social work]*. Kharkiv : NUTsZU. [in Ukrainian].

19. Global social work statement of ethical principles. (2018). *International Federation of Social Workers*. Retrieved from: <https://www.ifsw.org/global-social-work-statement-of-ethical-principles/> [in English].

Sydun I. V.

Candidate of Historical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Social Work
Odesa I.I. Mechnikov National University

Kovalska M. S.

Candidate of Historical Sciences, Special Education Teacher
Odesa Lyceum № 89 of the Odesa City Council

WORKING WITH CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS: SOCIAL WORK PRINCIPLES IN THE ACTIVITY OF A SPECIAL EDUCATION TEACHER

The article is devoted to clarifying the theoretical and practical role of a special education teacher from the perspective of social work principles. The authors highlight the magnificent pecu-

liarities of a special education teacher. The legislative documents regulating the activities of social workers and special education teachers in the context of inclusive education, were analyzed. The authors clarify the functions of a special education teacher as a member of the team of psychological and pedagogical support for children with special educational needs, demarcate the scope of practical methods and techniques of their work, indicate the priority components of practical work with children. The key principles of social work with children with special educational needs in the activity of a special education teacher are identified and confirmed.

Key words: social work, children with special educational needs, special education teacher, additional teaching, inclusive classroom.

УДК 159.944:159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.29>

Туріщева Л. В.

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Харківська державна академія фізичної культури
ORCID ID: 0000-0002-3265-2666

Дорожко І. І.

доктор філософських наук, професор,
завідувач кафедри психологічної і педагогічної антропології
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
ORCID ID: 0000-0001-9339-7737

Малихіна О. Є.

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психологічної і педагогічної антропології
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
ORCID ID: 0000-0002-9236-4906

РОЛЬ КОГНІТИВНОЇ АКТИВНОСТІ У ЗНИЖЕННІ СТРЕСУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ГОЛОВОЛОМОК

У статті розглянуто роль когнітивної активності в подоланні стресових станів учнів та студентів. Особливу увагу приділено використанню головоломок як потенційного інструменту психоемоційної регуляції. Актуальність дослідження зумовлена зростанням рівня тривожності серед старшокласників та потребою упровадження ефективних, доступних і безпечних методів корекційної роботи. Теоретичний аналіз спирається на біопсихосоціальний підхід до розуміння природи стресу, а також на сучасні підходи до когнітивної саморегуляції.

На першому етапі дослідження розроблено копінг-опитувальник, за допомогою якого проаналізовано найбільш поширені стратегії подолання стресу серед учнів та студентів. Результати анкетування показали, що підлітки переважно використовують фізичну активність, спілкування з близькими, хобі та відпочинок, тоді як когнітивні способи зниження стресу не фіксувалися серед пріоритетних. Виходячи із цього, автори обґрунтовують доцільність упровадження інтелектуальних практик, зокрема головоломок, до системи психопрофілактики.

У дослідницькій частині проведено копінг-опитування, спрямоване на виявлення змін емоційного стану після регулярного використання головоломок. Отримані результати вказують на позитивну динаміку у зниженні рівня напруги, покращення настрою, зростання зібраності та почуття контролю. Це дає змогу розглядати головоломки не лише як розважальний, а й як корекційний інструмент у роботі з учнями та студентами.

Ключові слова: стрес, когнітивна активність, головоломки, учні/студенти, копінг-стратегії.

Постановка проблеми. Стрес у сучасному світі став однією з найактуальніших тем у психології, медицині та соціальних науках. В умовах глобалізації, стрімких змін і високих вимог до людини стрес сприймається як постійний супутник життя. Сучасні дослідження стресу зосереджуються на його численних аспектах – від фізіологічних (вплив на серцево-судинну систему, імунітет, нейропсихологічні механізми) до психологічних (тривога, депресія, емоційне виснаження). Одним із найбільш обговорюваних понять є хронічний стрес, який може мати руйнівні наслідки для здоров'я та психологічного благополуччя. У результаті виникає потреба в нових підходах до управління стресом, що охоплюють психологічні методи саморегуляції (майндфулнес, когнітивно-поведінкова терапія), а також фізичні практики, такі як йога чи медитація, які дають змогу знизити рівень стресу та покращити загальне самопочуття. Інноваційні технології також відкривають нові можливості для моніторингу і корекції стресових реакцій, зокрема біофідбек-системи та мобільні додатки для самодопомоги.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Засновником концепції стресу в медицині та психології вважається Г. Сельє, який розглядав стрес як неспецифічну реакцію організму на будь-яку вимогу та виокремлював три стадії: тривога, опір, виснаження. В. Кеннон аналізував стрес як фізіологічну мобілізацію організму за небезпеки [7].

Особливої уваги заслуговує біопсихосоціальний підхід до розуміння стресу, у межах якого стрес розглядається як комплексна взаємодія трьох рівнів впливу: біологічного, психологічного та соціального. Цей підхід дає змогу цілісно оцінити чинники, що спричиняють стрес, а також способи його подолання.

Біологічні чинники, на думку В.Б. Булах [2], включають генетичну схильність до підвищеної емоційної реактивності, порушення у роботі нервової та ендокринної систем (особливо гіпоталамо-гіпофізарно-наднирникової осі, яка регулює рівень кортизолу) тощо. Л.Б. Наугольник [4] розглядає фізіологічну основу стресу та способи її стабілізації. О.Д. Боярчук [1] вивчає біохімічні механізми стресу, що дадуть змогу створити базу для розуміння закономірностей, які спостерігаються у людини.

Психологічні чинники охоплюють когнітивну оцінку ситуації (як людина сприймає потенційну загрозу), рівень тривожності, самооцінку, особистісні риси (наприклад, перфекціонізм, емоційну нестійкість) тощо. Так, Х. Стельмашук [9] акцентує на ролі особистісної саморегуляції та позитивних установок. Н.В. Родіна [6] розкриває взаємозв'язок між стресовими станами, копінг-поведінкою та здоров'ям особистості.

Соціальні чинники передбачають стосунки в родині, на роботі, у суспільстві, життя в умовах криз (війна, пандемія, економічна нестабільність) тощо. Т.М. Титаренко та Л.А. Лепіхова [11] розробили програми для шкільної молоді, спрямовані на зниження стресу через навчання. І.Р. Субашкевич [10] досліджує копінг-стратегії молоді, виявляючи переваги активного подолання над пасивним

уникненням. О. Пасько та Р. Нікітенко показали, що підтримка у соціумі знижує рівень стресу [5].

Українські дослідники В. Стасюк, Українець [8] також особливу увагу надають біопсихосоціальному підходу до розуміння стресу, урахувуючи підхід до інтерпретації стресу в контексті різних історичних періодів. Біопсихосоціальний підхід є для нас особливо близьким, оскільки дає змогу комплексно розглядати стрес і способи його подолання. У контексті нашого дослідження він добре поєднується з ідеєю використання головоломок. Такі завдання не лише активізують мислення, а й сприяють емоційному розвантаженню та можуть бути корисними як в індивідуальній, так і в груповій роботі. Це підсилює як психологічний, так і соціальний ефект боротьби зі стресом.

Мета статті – аналіз можливостей використання головоломок як форми когнітивної діяльності для зниження рівня стресу серед учнів старших класів та студентів. Ми прагнемо з'ясувати, чи можуть головоломки виконувати регулятивну функцію в емоційному стані у стресових ситуаціях, а також оцінити їхній потенціал як інструменту психопрофілактичної та корекційної роботи.

Результати дослідження. У рамках нашого дослідження розроблено копінг-опитувальник, спрямований на вивчення методів, які учні 10–11-х класів використовують для зняття стресу. Метою цього інструменту було виявити, які стратегії подолання стресу є найбільш ефективними серед учнів.

Опитувальник складався з 10 тверджень, що охоплювали різні стратегії подолання стресу, зокрема: фізичну активність, комунікацію з близькими, медитативні практики, хобі, відволікання на розваги тощо. Усі твердження оцінювалися за п'ятибальною шкалою, що давало змогу оцінити частоту використання кожної з методик.

У дослідженні взяли участь 78 учнів старших класів та студентів I–II курсів ВНЗ (15–18 років), які відповіли на запитання, що стосуються їхніх звичок зняття стресу в повсякденному житті. Отримані дані дали змогу визначити, які методи є найбільш популярними та ефективними серед підлітків.

Попередні результати показали, що найбільш часто учні використовують фізичні вправи (76%) та спілкування з друзями й родиною (71%) як способи зняття стресу. Окрім того, значна кількість респондентів указала на ефективність медитативних практик та відпочинку (65%). Ці стратегії допомагають їм знизити рівень тривожності та відновити емоційний баланс.

Серед вибраних учнями способів подолання стресу не було зафіксовано стратегій, безпосередньо пов'язаних із когнітивною активністю, зокрема з розв'язанням логічних задач, інтелектуальних ігор або іншими формами мисленнєвої стимуляції. Це свідчить про те, що когнітивні способи подолання стресу не є поширеними серед старшокласників або не усвідомлюються ними як ефективні стратегії зниження напруги. Результати розробленого копінг-опитувальника представлено в табл. 1.

Таблиця 1

Результати копінг-опитувальника на визначення способів зняття стресу

Метод зняття стресу	Відсоток учасників, які використовують цей метод	Медіана балів
Спілкування з родиною або друзями	76%	5
Фізичні вправи та спорт	71%	4
Відволікання на фільми, серіали, ігри	67%	4
Заняття та хобі (малювання, музика, читання)	65%	4
Забування проблеми, короткий відпочинок	63%	3
Медитативні практики або дихальні вправи	62%	4
Відпочинок та релаксація	60%	4
Пошук практичних рішень для проблеми	59%	3
Уникнення стресових ситуацій	58%	3
Прийняття ситуації та зменшення тривожності	54%	3

Пояснення. Відсоток учасників, які використовують цей метод, – це відсоток учнів та студентів, які вказали на регулярне використання кожної стратегії зняття стресу.

Медіана балів – це середнє значення оцінки для кожного методу на шкалі від 1 до 5, де 1 – метод використовують рідко, а 5 – метод використовують завжди

Ми вже розглядали можливості головоломок [3]. У даному дослідженні ми розглядаємо використання головоломок у корекційній роботі як одну з форм когнітивної активності, що потенційно сприяє зниженню стресових проявів. Інтелектуальні завдання, які вимагають концентрації, логічного мислення та вирішення проблем, можуть виконувати роль ментального відволікання та саморегуляції, а також стимулювати позитивну емоційну реакцію через досягнення результату.

Проаналізуємо можливості головоломок для вирішення даної проблеми:

1. Під час вирішення завдань необхідно зосереджуватися на деталях і тримати в голові різні варіанти рішень – це тренує вибіркову увагу та концентрацію.
2. Інтелектуальні завдання часто вимагають стримання бажання «здатися» або одразу перейти до відповіді, що тренує терпіння та здатність до відтермінування задоволення.
3. Коли щось не виходить, з'являється фрустрація. Однак кожного разу, коли людина повертається до завдання і пробує знову, формуються стійкість до стресу і позитивне ставлення до помилок.
4. Багато завдань вимагають планування кількох кроків уперед та адаптації стратегії, що безпосередньо розвиває навички когнітивної саморегуляції.
5. Головоломки вимагають просторового та логічного аналізу.
6. Вирішення головоломок дає відчуття успіху та прогресу, що особливо приємно, коли ти сам собі головний суперник.

У рамках формувального експерименту нами було проведено 16 занять протягом чотирьох місяців.

Корекційне заняття з використанням головоломки тривало близько години і відповідало певній структурі:

- вступ – налаштування учнів/студентів на заняття за допомогою бесіди або вправ на встановлення контакту та створення позитивного настрою;
- основна частина – робота з головоломкою серії Smart games;
- заключна частина – підбиття підсумків заняття або виконання вправ на релаксацію.

Ми визначили характеристики головоломок серії Smart games, які дають змогу ефективно використовувати їх для корекційної роботи:

1. Деталі головоломок виконані з високоякісного матеріалу, який є дуже приємним на дотик. Підвищення рівня гормону окситоцину призводить до зниження рівня кортизолу, який виробляється в надлишку під час стресових ситуацій. Вивільненню окситоцину сприяють тактильні відчуття. Більшість головоломок виготовлено з якісного пластику, але є й дерев'яні варіанти.

2. Щоб мислити раціонально й знаходити рішення, необхідно активізувати цю ділянку мозку, водночас пригальмовуючи емоційні реакції лімбічної системи. Зробити це свідомо доволі складно. Проте існує простий та ефективний спосіб – обмірковувати ситуацію, виконуючи маніпуляції з предметами. Завдання головоломок серії Smart games мають різні рівні складності – від 48 до 120. Зазвичай вони поділяються на такі рівні: STARTER, JUNIOR, EXPERT, MASTER, WIZARD. Залежно від емоційного стану можна вибрати простіший рівень складності або, навпаки, зосередитися на складнішому завданні. Планування та прогнозування, які є ключовими для вирішення головоломки, активізують роботу префронтальної кори і сприяють зниженню рівня стресу. Така діяльність зменшує активність мигдалика, що допомагає заспокоїтися. До того ж сам процес гри сприяє зниженню рівня кортизолу й підвищенню рівня тестостерону (особливо у хлопчиків). Щоб спровокувати цей ефект, варто дати можливість відчувати свою значущість та статусність, наприклад завершивши складний рівень головоломки.

3. Розміри головоломок дають змогу працювати з ними, сидячи за столом, у кріслі чи лежачи. Зазвичай головоломки мають зручну підставку, на якій виконуються завдання. Є також дорожні варіанти головоломок, які можна легко носити в рюкзаку та використовувати в дорозі.

4. Завдання головоломок дуже різноманітні. Вони варіюються від класичних, де потрібно викласти деталі у вигляді певної фігури (наприклад, серця), до менш звичних, наприклад закрутити всі болти в одному кубі. Окремої уваги заслуговує головоломка Penguins on Ice, де можна змінювати форму деталей. Це робиться дуже легко, даруючи приємні тактильні відчуття під час процесу.

5. Головоломки мають тематичне оформлення, що робить гру ще цікавішою: «Спритна машинка» та «Вантажівки 3» орієнтовані на роботу з машинками; Smart Dog включає елементи смуги перешкод для собаки та фігурки собачки й її господаря; Criss Cross Cube пропонує закручувати болти різного розміру; Squirrels Go Nuts! – головоломка, де білочки повинні перемістити горішки в потрібні лунки.

6. Барвисті деталі головоломок серії Smart games сприяють розслабленню, відволікаючи увагу від тривожних думок. Поєднання тактильних відчуттів, естетики та захопливого процесу створює відчуття затишку й безпеки, допомагаючи знизити напругу та відновити емоційну рівновагу.

Після завершення періоду активності учасники заповнили опитувальник. У межах нашого дослідження було розроблено авторське копінг-опитування, спрямоване на вивчення ролі головоломок у подоланні стресових станів серед учнів та студентів. Опитування складалося з 10 тверджень, які оцінювали вплив розв'язування головоломок на емоційний стан, рівень тривожності, відчуття контролю та здатність до саморегуляції. Результати представлено у табл. 2.

Таблиця 2

Результати допінг-опитувальника, спрямованого на вивчення ролі головоломок у подоланні стресових станів

Твердження	Відсоток учасників, які погодилися	Медіана балів
Головоломки допомагають відволікатися від тривожних думок	82%	4
Головоломки покращують мій настрій після вирішення завдання	74%	4
Я відчуваю більше спокою після розв'язування головоломок	69%	4
Завдяки головоломкам я почуваюся більш зібраним і організованим	65%	3
Я відчуваю, що розв'язання головоломок допомагає мені контролювати емоції	71%	4
Після розв'язання головоломок мені стає легше впоратися з внутрішньою напругою	68%	4
Головоломки дають мені змогу краще управляти стресом і тривожністю	77%	4
Розв'язання головоломок дає мені відчуття досягнення й успіху	80%	4
Я відчуваю себе більш упевненим після розв'язування головоломок	73%	3
Головоломки допомагають мені справлятися зі стресовими ситуаціями в навчанні	70%	3

Пояснення. Відсоток учасників, які погодилися, – це кількість респондентів, які вибрали відповідь на шкалі оцінювання, що вказує на позитивний ефект головоломок у подоланні стресу (бал 3 або 4).

Медіана балів – це середнє значення оцінки для кожного твердження

Результати показали, що більшість респондентів указали на зниження рівня емоційної напруги та тривожності, зокрема: 82% учасників указали, що головоломки допомагають їм відволікатися від тривожних думок; 74% зазначили покращення настрою після розв'язування завдань; 69% відчували більше внутрішньої зібраності й спокою.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Отримані результати свідчать, що головоломки як форма когнітивної активності є ефективним засобом зниження стресу серед учнів старших класів та студентів. Теоретичний аналіз показав, що інтелектуальне навантаження сприяє активізації внутрішніх ресурсів особистості, концентрації уваги та регуляції емоційного стану. На основі

біопсихосоціального підходу встановлено, що вплив стресу має багатовимірну природу, а його подолання можливе завдяки цілісному підходу, що включає і когнітивні стратегії. Результати емпіричного дослідження засвідчили, що серед наявних копінг-стратегій учні та студенти рідко використовують когнітивну активність для зниження стресу. Водночас дані експериментальної частини показали, що регулярне використання головоломок сприяє зниженню емоційної напруги, покращенню настрою, підвищенню зібраності та відчуття контролю над ситуацією.

Таким чином, головоломки можна розглядати не лише як засіб розвитку мислення, а й як елемент психологічної підтримки в умовах стресу. Перспективним напрямом подальших досліджень є вивчення специфіки застосування головоломок у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами.

Список використаних джерел і літератури

1. Боярчук О.Д. Біохімія стресу : навчальний посібник. Луганськ : ЛНУ імені Тараса Шевченка, 2013. 177 с.
2. Булах В.П. Стрес та його вплив на організм людини. *Медсестринство*. 2014. № 3. С. 10–15.
3. Дорожко І.І., Малихіна О.Е., Туріщева Л.В. Розвиток SOFT SKILLS у підлітків із порушенням слуху. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2023. № 1. С. 118–122.
4. Наугольник Л.Б. Психологія стресу : підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
5. Пасько О., Нікітенко Р. Психологічне дослідження психологічного стану стресу українців в умовах воєнного часу. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2023. № 3. С. 295–300.
6. Родіна Н.В. Психологія стресу, копінг-поведінки і здоров'я : навчально-методичний посібник. Донецьк : Східний видавничий дім, 2015. 165 с.
7. Соломка Е.Т. Індивідуальні особливості особистості в подоланні стресових ситуацій. *Освіта і наука*. 2018. Вип. 2 (25). С. 180–188.
8. Стасюк В., Українець В. Історико-психологічний аналіз феномену стресу. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Вип. 71 (1). С. 126–133.
9. Стельмашук Х. Психологічні фактори подолання стресу. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 29. С. 671–684.
10. Субашкевич І.Р. Копінг-стратегії подолання стресу серед учнівської молоді. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 1. С. 94–97.
11. Титаренко Т.М., Лепіхова Л.А. Психологічна профілактика стресових перевантажень серед шкільної молоді : науково-методичний посібник. Київ, 2006, 204 с.

References

1. Boiarchuk, O.D. (2013). *Biokhimiia stresu: navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. [Biochemistry of stress: Textbook for university students]*. Luhansk: Vyd-vo DZ "LNU imeni Tarasa Shevchenka" [in Ukrainian].
2. Bulakh, V.P. (2014). Stress and its impact on the human body. *Medsestrynstvo*, 3, 10–15 [in Ukrainian].
3. Dorozhko, I.I., Malykhina, O.E., & Turishcheva, L.V. (2023). Rozvytok SOFT SKILLS u pidlitkiv z porushenniam slukhu [Development of soft skills in adolescents with hearing impairments]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Psykholohiia*, 1, 118–122 [in Ukrainian].

4. Nauholnyk, L.B. (2015). *Psykhologhiia stresu: pidruchnyk [Psychology of stress: Textbook]*. Lviv: Lvivskiy derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav [in Ukrainian].
5. Pasko, O., & Nikitenko, R. (2023). Psykhologichne doslidzhennia psykhologichnoho stanu stresu ukraintsiv v umovakh voiennoho chasu [Psychological research on the stress state of Ukrainians in wartime]. *Pivdennoukrainskyi pravnychi chasopys*, 3, 295–300 [in Ukrainian].
6. Rodina, N.V. (2015). *Psykhologhiia stresu, kopinh-povedinky i zdorov'ia: navchalno-metodychnyi posibnyk [Psychology of stress, coping behavior and health: Educational-methodical manual]*. Donetsk: Skhidnyi vydavnychiy dim [in Ukrainian].
7. Solomka, E.T. (2018). Indyvidualni osoblyvosti osobystosti v podolanni stresovykh sytuatsii [Individual personality traits in overcoming stressful situations]. *Mizhnarodnyi naukovyi zhurnal "Osvita i nauka"*, (2) 25, 180–188 [in Ukrainian].
8. Stasiuk, V., & Ukrayinets, V. (2023). Istoryko-psykhologichnyi analiz fenomenu stresu [Historical and psychological analysis of the stress phenomenon]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, (71) 1, 126–133 [in Ukrainian].
9. Stelmeshchuk, Kh. (2019). Psykhologichni faktory podolannia stresu [Psychological factors of stress management]. *Problemy suchasnoi psykhologii*, 29, 671–684 [in Ukrainian].
10. Subashkevych, I.R. (2022). Kopinh-strategii podolannia stresu sered uchnivskoi molodi [Coping strategies for overcoming stress among student youth]. *Dniprovskiy naukovyi chasopys publichnoho upravlinnia, psykhologii, prava*, 1, 94–97 [in Ukrainian].
11. Tytarenko, T.M., & Liepikhova, L.A. (2006). *Psykhologichna profilaktyka stresovykh perevantazhen sered shkilnoi molodi: nauk.-metod. posib. [Psychological prevention of stress overload among school youth: Scientific-methodical manual]*. Kyiv [in Ukrainian].

Turishcheva L. V.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Pedagogy and Psychology
Kharkiv State Academy of Physical Culture

Dorozhko I. I.

Doctor of Philosophical Sciences, Professor,
Head of the Department of Psychological and Pedagogical Anthropology
H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Malykhina O. Ye.

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Psychological and Pedagogical
Anthropology
H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

**THE ROLE OF COGNITIVE ACTIVITY IN STRESS REDUCTION:
A PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS
OF PUZZLES**

This article explores the role of cognitive activity in overcoming stress among school and university students. Particular attention is given to the use of puzzles as a potential tool for psycho-

emotional regulation. The relevance of the study is driven by rising anxiety levels among high school students and the need for effective, accessible, and safe methods of corrective intervention. The theoretical analysis draws on the biopsychosocial model of stress, as well as contemporary approaches to cognitive self-regulation.

At the first stage of the study, a coping questionnaire was developed to analyze the most common stress-coping strategies among students. The survey results showed that adolescents predominantly relied on physical activity, communication with loved ones, hobbies, and rest, while cognitive methods of stress reduction were not among their top choices. Based on these findings, the authors argue for the feasibility of integrating intellectual practices, particularly puzzles, into psychoprophylactic programs.

In the empirical section of the study, a coping questionnaire was employed to assess changes in emotional states following the regular use of puzzles. The results indicate a positive trend in reducing tension, improving mood, increasing focus, and enhancing the sense of control. These findings suggest that puzzles may serve not only as a form of entertainment but also as a valuable corrective tool in working with students.

Key words: stress, cognitive activity, puzzles, students, coping strategies.

УДК [37.034:159.964.21]:316.77

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.30>

Чайка І. Ю.

доктор філософських наук, доцент,
професор кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
Запорізький національний університет
e-mail: proforientksfu@ukr.net
ORCID ID: 0000-0003-2315-7724

Ель Гуессаб К.

доктор філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, публічного управління та соціальної роботи
Запорізький національний університет
e-mail: karimk@ukr.net
ORCID ID: 0000-0003-3555-1235

Цокур Є. Г.

доктор політичних наук, доцент,
виконуючий обов'язки завідувача кафедри політології
Запорізький національний університет
e-mail: thcokur2004@ukr.net
ORCID ID: 0000-0002-7605-0114

**МЕТОД ПРОЄКТІВ У ПІДГОТОВЦІ ЗДОБУВАЧІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ
«СОЦІАЛЬНА РОБОТА ТА КОНСУЛЬТУВАННЯ»
(НА ПРИКЛАДІ ДИСЦИПЛІН «СОЦІАЛЬНЕ ІНСПЕКТУВАННЯ»,
«ПРОЄКТУВАННЯ У СОЦІАЛЬНІЙ СФЕРІ»,
«МІЖНАРОДНІ ТА НАЦІОНАЛЬНІ СОЦІАЛЬНІ СЛУЖБИ»)**

Статтю присвячено аналізу особливостей використання методу проєктів у підготовці майбутніх фахівців соціальної сфери і презентації можливостей проєктного підходу у викладанні освітніх компонентів. Широке впровадження інноваційних педагогічних технологій, зокрема, проєктного підходу у навчальному процесі здобувачів за спеціальністю «Соціальна робота та консультування», сприяє підвищенню практикоорієнтованості їх підготовки, адже вони розпочнуть свою професійну діяльність в умовах викликів війни та післявоєнного відновлення України, надаючи широкий перелік соціальних послуг зростаючій кількості клієнтів соціальної роботи, які представлятимуть існуючі та нові уразливі групи. Метою дослідження є аналіз особливостей використання методу проєктів у підготовці здобувачів спеціальності «Соціальна робота та консультування» у Запорізькому національному університеті на прикладі дисциплін «Соціальне інспектування», «Проектування у соціальній сфері», «Міжнародні та національні соціальні служби». Під час вивчення освітнього компонента «Соціальне інспектування», маючи завдання підготувати бакалаврів до професійної діяльності в державних організаціях та комунальних закладах соціальної сфери, викладач пропонує протягом семестру виконувати

ігровий проєкт. За результатами виконання проєкту наприкінці вивчення навчальної дисципліни здобувач отримує навички роботи з документами, має сформоване уявлення щодо етапів здійснення соціального супроводу сім'ї/особи, демонструє практичні навички із самостійного написання плану соціального супроводу, звіту за його результатами. Прикладом практикоорієнтованого проєкту є проєкт соціальної організації, який розробляють групи здобувачів під час вивчення освітнього компонента «Проектування у соціальній сфері». Магістрантів готують до можливого створення соціальної організації, метою якої буде надання соціальних послуг. Здобувачі отримують знання і практичні навички соціального підприємництва. Під час вивчення навчальної дисципліни «Міжнародні і національні соціальні служби» кожен бакалавр протягом семестру готує проєкт-дос'є, у якому структурується інформація щодо системи надання соціальних послуг у вибраній для створення проєкту службі.

Ключові слова: метод проєктів, метод конкретних ситуацій, соціальна робота та консультування, соціальне інспектування, проектування у соціальній сфері.

Постановка проблеми. Провідною тенденцією у розвитку сучасних демократій є постійна і дієва гуманізація суспільних відносин, що проявляється у впровадженні та підтримці принципів інклюзивності, доступу до суспільних ресурсів представників уразливих груп, ефективної комунікації в системі «держава–громадянин» тощо. Реалізація цих принципів на практиці передбачає наявність розвиненої інфраструктури соціальної роботи та соціальної допомоги, належного фінансування її функціонування і достатньої кількості висококваліфікованих фахівців. У контексті євроатлантичних прагнень України сприйняття, підтримка і розвиток цих тенденцій є важливими завданнями, виконання яких сприятиме побудові гуманістичного і соціально відповідального суспільства, яке матиме спільне світоглядне поле з провідними демократичними державами світу. Буття України у війні і перспективи повоєнного відновлення також формують виклики до системи соціальної роботи та соціального забезпечення, оскільки сьогодні й у майбутньому перелік уразливих груп буде постійно розширюватися, як і кількість осіб, що до них належать. Відповідно, з'являтимуться і нові різновиди соціальних послуг, яких вони потребуватимуть, а отже, і кількість спеціалістів, які ці послуги надаватимуть.

Тому очевидною є потреба у збільшенні кількості освітніх програм у закладах вищої освіти України зі спеціальності І10 «Соціальна робота та консультування» і підвищенні практикоорієнтованості у підготовці здобувачів, у тому числі шляхом широкого впровадження інноваційних педагогічних технологій, зокрема проєктного підходу. Отже, аналіз особливостей використання методу проєктів у підготовці майбутніх фахівців соціальної сфери і презентація можливостей проєктного підходу у викладанні освітніх компонентів є актуальними дослідницькими завданнями.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження методу проєктів у працях українських науковців в останні роки здійснювалося у різних напрямках. Можна зазначити достатню увагу дослідників (Р. Шулигіна, О. Михайленко, Т. Бутко) до історії становлення методу проєктів, хронологічних етапів

розвитку методу проєктів у зарубіжній і вітчизняній педагогічній теорії та практиці, можливостей його застосування у підготовці здобувачів педагогічних спеціальностей [5; 10]. Важливим є й обґрунтування особливостей і перспектив використання проєктного методу у вищій школі, зокрема Є. Воронова підкреслює, що основною метою проєктної діяльності під час навчання у ЗВО є надання студентам змоги самостійного здобувати знання у процесі вирішення практичних завдань або проблем, що потребують інтеграції знань із різних предметних галузей [1], а О. Тадеуш зазначає, що метод проєктів є формою продуктивного навчання, яка сприяє молоді, що перебуває у професійному пошуку, використати практичний життєвий досвід задля розв’язання соціальних, освітніх психологічних і культурних проблем [8]. Інноваційний потенціал проєктного підходу підкреслюють у своєму дослідженні Г. Кравченко та Н. Мовмига [4]. Проблеми застосовності проєктного методу у підготовці майбутніх фахівців соціальної сфери досліджували Л. Тюття та О. Жаровська [2; 9]. Утім, аспекти, пов’язані з аналізом можливостей підвищення практичної орієнтованості підготовки здобувачів спеціальності «Соціальна робота та консультування» шляхом використання методу проєктів у викладанні конкретних освітніх компонентів, досі не розглядалися.

Мета статті – аналіз особливостей використання методу проєктів у підготовці здобувачів спеціальності «Соціальна робота та консультування» на прикладі дисциплін «Соціальне інспектування», «Проектування у соціальній сфері», «Міжнародні та національні соціальні служби».

Результати дослідження. У ХІХ ст. відомий філософ та науковець-педагог Дж. Дьюї, представник гуманістичного підходу, розробив «метод проблем», що згодом був розвинений у проєктний метод. Метод проєктів передбачав, що навчальні завдання вирішуються в контексті реальних життєвих умов, і поставив як планування цілеспрямованої діяльності [11, с. 48]. Використання поняття «метод проєктів» розпочинається наприкінці першого десятиліття ХХ ст. Саме тоді зміст цього методу доповнюється ідеєю активізації навчального процесу шляхом спонукання особистості до доцільної навчальної діяльності через її особистий інтерес. Концептуально метод проєктів доповнюється ідеями «дії» та «вільного виховання», які орієнтували на розвиток особистісних здібностей у процесі спільної навчально-пошукової діяльності під час роботи над колективним проєктом. Еволюцію теоретичних розвідок Дж. Дьюї було здійснено в роботах американського дослідника у галузі педагогіки В. Кілпатрика [12]. Проєктний підхід у навчальній діяльності теоретично розроблявся також у дослідженнях Е. Коллінгса. Змістом навчальної діяльності він визначив досвід особистості, до якого відносив важливі і впливові прояви її життя. Е. Коллінгс класифікував проєкти, виокремивши проєкти розповідей, трудові, ігрові, екскурсійні. Практика проєктного навчання передбачала широке застосування активних методів, колективних форм роботи. Дослідник розвитку проєктного методу В. Чартерса, В. Кілпатрика,

Р. Уоткінса Є. Кагоров зазначає, що на ранніх етапах розвитку методу проєктів представники американської педагогічної науки мали певні відмінності у розумінні його сутності, утім, мали спільні погляди щодо концептуальних характеристик методу, визначаючи їх як практикоорієнтованість, життєвість проєктів, цільова настанова, що визначається суспільною корисністю, єдність теорії та практики, активний процес вибору проєктного завдання і шляхів його виконання, зацікавленість виконавців проєкту, стимулювання творення нових ідей під час роботи над проєктом [3].

Суттєвий вплив ідея проєктного навчання Дж. Дьюї справила на розвиток європейської педагогічної науки і практики. Дослідники з Бельгії, Франції, Італії, Німеччини (Ж.-О. Декролі, С. Френе, П. Кергомар, М. Монтесорі, Г. Кершенштейнер, В. Лай, Е. Мейман) надихалися цим підходом, прагнучи створити систему виховання людини нового типу, що здатна до творчого і неупередженого мислення і діяльності.

Протягом ХХ ст. метод проєктів розвивався і вдосконалювався завдяки інтеграції до нього елементів інших педагогічних технологій, зокрема, йдеться про мозковий штурм, дискусійні методи, метод навчання у малих групах, рольову гру. Усе це сприяло у ХХІ ст. розширенню проєктного методу до системи проєктного навчання і проєктної освіти в усіх розвинених країнах світу [6, с. 37].

О. Пеньковець зазначає, що за провідним методом діяльності можна виокремити інформаційні, дослідницькі (пошукові), практикоорієнтовані, ігрові, творчі, телекомунікаційні проєкти [7]. Інформаційні проєкти мають чітку структуру, а їх виконання передбачає збирання інформації за визначеною темою з подальшим аналізом, узагальненням та презентацією. Дослідницькі проєкти пов'язані з пошуковою діяльністю. Їхня структура близька до структури наукового дослідження, оскільки передбачає етапи виявлення проблеми, визначення завдань і методів її розв'язання, формулювання гіпотези, формування альтернативних підходів до вирішення проблем, здійснення аналізу отриманих результатів, формулювання висновків, визначення напрямів подальших досліджень. Практикоорієнтовані проєкти передбачають наявність особистої зацікавленості виконавців у кінцевому результаті проєкту, який може мати для них не лише навчальну користь. У такого роду проєктах є необхідність ретельно розподіляти функції у команді і формувати структури проєкту відповідно до його цілей. Менш структурованими і відкритими є ігрові проєкти, утім, їх учасники виконують визначену їм роль, пов'язану з характером і змістом проєкту.

Телекомунікаційні проєкти виокремлюються на підставі їх технологічної підстави, оскільки учасники проєкту реалізують різні типи цілеспрямованої колективної пізнавальної діяльності засобами інформаційно-комунікаційних технологій. Творчий проєкт є найбільш довільним типом проєкту, оскільки може й не бути жорстко структурованим, не передбачає визначених методів виконання і презентації результатів.

Зважаючи на цілі вивчення освітніх компонентів у рамках ОПП «Соціальна робота» бакалаврського та магістерського рівня в Запорізькому національному університеті, можемо зазначити, що здобувачі отримують можливість реалізувати в процесі навчання практично всі різновиди проєктів у рамках різних начальних дисциплін.

Розглянемо освітній компонент «Соціальне інспектування», що входить до навчального плану підготовки бакалаврів ОПП «Соціальна робота». Метою дисципліни є формування у здобувачів системи знань з основ та тенденцій соціального інспектування та аудиту в Україні і зарубіжних країнах та набуття практичних навичок щодо здійснення соціального інспектування у організаціях соціальної сфери в Україні. Маючи завдання підготувати бакалаврів до професійної діяльності в державних організаціях та комунальних закладах соціальної сфери, викладач пропонує протягом семестру виконувати ігровий проєкт, що ґрунтується на методі конкретних ситуацій та проєктному методі.

Кожен здобувач на початку вивчення дисципліни отримує від викладача завдання з моделювати проблемну ситуацію, у якій опиняється гіпотетичний отримувач соціальних послуг/особа, яка перебуває у складних життєвих обставинах. Увагу здобувача звертають на необхідність ґрунтовно змалювати героя свого кейсу: назвати його, описати його соціально-демографічні характеристики, життєвий шлях, описати його освітні, професійні характеристики, професійний шлях, сімейні обставини і стосунки, які склалися в родині, указати його статус у громаді, зазначити рівень впливовості, соціальної активності тощо.

На підставі інформації із цієї змодельованої ігрової ситуації студентам пропонується навчитися заповнювати форми обліку соціальної роботи із сім'ями/особами, які перебувають у складних життєвих обставинах, зокрема:

1. Повідомлення/інформація про сім'ю/особу, яка перебуває у складних життєвих обставинах.
2. Акт оцінки потреб сім'ї/особи.
3. Звіт за результатами соціального супроводу сім'ї/особи.
4. Соціальна картка сім'ї/особи.
5. План соціального супроводу сім'ї/особи.
6. Направлення сім'ї/особи до іншого суб'єкта для надання соціальних послуг.

За результатами виконання проєкту наприкінці вивчення навчальної дисципліни здобувач отримує навички роботи з документами, має сформоване уявлення щодо етапів здійснення соціального супроводу сім'ї/особи, демонструє практичні навички із самостійного написання плану соціального супроводу і звіту за його результатами. Зазначені навички сприятимуть ефективній професійній адаптації фахівця, оскільки він від початку своєї діяльності на робочому місці зможе продемонструвати сформовані компетенції за освітньою програмою (здатність оцінювати соціальні проблеми, потреби, особливості та ресурси клієнтів; здатність розробляти шляхи подолання соціальних проблем і знаходити

ефективні методи їх вирішення; здатність до надання допомоги та підтримки клієнтам з урахуванням їхніх індивідуальних потреб, вікових відмінностей, гендерних, етнічних та інших особливостей; здатність до розроблення і реалізації соціальних проєктів та програм) і їх практичну реалізацію.

Прикладом практикоорієнтованого проєкту, що створюється під час підготовки магістрів ОПП «Соціальна робота», є проєкт соціальної організації, який розробляють групи здобувачів під час вивчення освітнього компоненту «Проектування у соціальній сфері». На сучасному етапі в Україні зростає кількість реальних та потенційних отримувачів соціальних послуг. На законодавчому рівні (Закон України «Про соціальні послуги» № 2671-VIII від 17 січня 2019 р.) також було розширено і перелік надавачів соціальних послуг, зокрема такими є надавачі соціальних послуг державного/комунального сектору (установи/заклади надання соціальних послуг (стаціонарні, реабілітаційні, тимчасового перебування); інші установи/заклади соціальної підтримки (обслуговування), у тому числі спеціалізовані служби підтримки осіб, постраждалих від домашнього насильства та насильства за ознакою статі), а також надавачі соціальних послуг недержавного сектору (підприємства, установи, організації, громадські об'єднання, благодійні, релігійні організації, фізичні особи – підприємці та фізичні особи, які надають соціальні послуги з догляду без здійснення підприємницької діяльності). Зважаючи на цей факт, магістрантів готують до можливого створення соціальної організації (комерційної чи некомерційної), метою якої буде надання таких послуг. Здобувачі отримують знання і практичні навички соціального підприємництва, тобто підприємницької діяльності, покликаної вирішити соціальні проблеми та задовольнити потреби суспільства.

Створення проєкту зазначеної організації передбачає виконання декількох етапів. Спочатку формується характеристика початкової бази проєктування. Кожна проєктувальна група визначається щодо напрямку надання соціальних послуг і пропонує назву тієї організації, яку вона збирається проєктувати. Потім визначаються основні види діяльності організації і дохід, який, імовірно, може бути отриманий по кожному з них за рік. Зазначаються кількість послуг, що надаються, вартість надання послуги, дохід від надання окремого виду послуги, загальний дохід від надання послуг. Уся ця інформація заноситься в таблицю. Потім здійснюється аналіз зовнішнього середовища організації. Аналізуються:

1. Потенційні клієнти організації (їх географічне місцезонашування; демографічні характеристики покупця, такі як вік, освіта, сфера діяльності тощо; соціально-психологічні характеристики клієнта, що відображають його становище в суспільстві, стиль поведінки, смаки, звички; відношення клієнта до послуги).

2. Постачальники, які забезпечуватимуть проєктовану організацію різного роду ресурсами, включаючи енергетичні та інформаційні, фінансами тощо, від яких залежатимуть ефективність роботи організації та якість послуг, що надаються.

3. Вивчаються чинники зовнішнього середовища, які можуть справити як позитивний, так і негативний вплив на функціонування організації.

Оскільки жодна організація не може успішно виживати в конкурентному середовищі, якщо вона не має чітко певних орієнтирів, напрямів, які задають те, до чого вона прагне, чого вона хоче добитися у своїй діяльності, то на наступному етапі проєктувальна група формулює організаційну місію і цілі.

Далі здійснюється формування стандартів організації та проєктування організаційної культури як набору найбільш важливих припущень, що приймаються членами організації й отримують вираз у цінностях, які заявляються організацією, задають людям орієнтири їхньої поведінки і дій.

На наступному етапі проєктувальна група реалізує процес створення як формальної, так і неформальної специфікації виконання тих завдань, які ставитимуться перед працівниками проєктованої організації, що включає очікувані міжособові стосунки і взаємозалежність конкретно даного завдання з іншими завданнями, що вирішуються як усередині, так і поза організацією, тобто проєктування роботи, що є дизайном роботи. Проєктування роботи передбачає отримання відповіді на питання, що робиться і як робиться. Необхідно представити діяльність організації у вигляді вичерпної сукупності функцій, потім об'єднати близькі за спрямованістю функції і визначити найменування посади співробітника, який їх виконуватиме, відділ, у якому він працюватиме. Наступний етап проєктування роботи включає аналіз роботи і опис її змісту, а також вимог до неї і її оточення. Для опису роботи використовується система параметрів, що включає масштаб, складність і відношення по роботі.

Далі відбувається організаційне проєктування, що забезпечує встановлення взаємодії між членами організації з урахуванням виконаних ними робіт і проявляється у статичному вигляді як структура організації й у динамічному вигляді як процеси, що відбуваються в організації. На даному етапі проєктувальна група ухвалює рішення за такими питаннями, як визначення ступеня спеціалізації, встановлення оптимального масштабу керованості, встановлення зв'язків, рівнів ієрархії, розподіл прав та обов'язків, встановлення пропорції між ступенем централізації і децентралізації, а також диференціації та інтеграції. Кінцевим продуктом даного етапу є структура проєктованої організації.

Визначившись зі структурою організації, проєктувальна група складає штатний розклад за кожним підрозділом (відділом) проєктованої організації. Зазначаються перелік фахівців, які працюватимуть у підрозділі, їх кількість, розмір щомісячної заробітної плати.

На фінальному етапі створення проєкту соціальної організації здійснюється юридичне оформлення організації, що передбачає визначення її організаційно-правової форми і створення статуту (у разі необхідності).

Ще одним зразком використання проєктного методу є створення інформаційного проєкту під час вивчення навчальної дисципліни «Міжнародні і національні

соціальні служби» здобувачами бакалаврської ОП «Соціальна робота». Кожен студент протягом семестру готує проєкт-досьє, у якому структурується інформація щодо організації системи надання соціальних послуг у вибраній для створення проєкту організації. Проєкт має структуру, що включає: опис соціальної служби, визначення нормативно-правових засад її функціонування, аналіз структури і розподілу функціональних обов'язків в організації, визначення цільових груп, на які орієнтована діяльність організації, опис переліку і особливостей надання соціальних послуг отримувачам, опис процедури надання соціальної послуги, аналіз процесу оцінки якості надання послуг як усередині організації, так і з боку контролюючих органів. Проєкт-досьє презентується як індивідуальна студентська робота і використовується під час практичних робіт, наприклад для виконання групових завдань із порівняльного аналізу діяльності міжнародних та українських організацій соціальної сфери.

Висновки і перспективи подальшого дослідження. Отже, очевидно є потреба (в умовах війни та післявоєнного відновлення) у збільшенні кількості освітніх програм у закладах вищої освіти України зі спеціальності І10 «Соціальна робота та консультування» і підвищенні практикоорієнтованості у підготовці здобувачів, у тому числі шляхом широкого впровадження інноваційних педагогічних технологій, зокрема проєктного підходу. Тому важливим видається аналіз особливостей використання методу проєктів у підготовці майбутніх фахівців соціальної сфери і презентація можливостей проєктного підходу у викладанні освітніх компонентів. У Запорізькому національному університеті в рамках ОПП «Соціальна робота» бакалаврського та магістерського рівнів здобувачі отримують можливість реалізувати в процесі навчання практично всі різновиди проєктів у межах різних начальних дисциплін. Під час вивчення освітнього компонента «Соціальне інспектування», маючи завдання підготувати бакалаврів до професійної діяльності в державних організаціях та комунальних закладах соціальної сфери, викладач пропонує протягом семестру виконувати ігровий проєкт, що ґрунтується на методі конкретних ситуацій та проєктному методі. За результатами виконання проєкту наприкінці вивчення навчальної дисципліни здобувач отримує навички роботи з документами, має сформоване уявлення щодо етапів здійснення соціального супроводу сім'ї/особи, демонструє практичні навички із самостійного написання плану соціального супроводу і звіту за його результатами. Прикладом практикоорієнтованого проєкту, що створюється під час підготовки магістрів ОПП «Соціальна робота», є проєкт соціальної організації, який розробляють групи здобувачів під час вивчення освітнього компоненту «Проєкування у соціальній сфері». Магістрантів готують до можливого створення соціальної організації (комерційної чи некомерційної), метою якої буде надання соціальних послуг. Здобувачі отримують знання і практичні навички соціального підприємництва, тобто підприємницької діяльності, покликаної вирішити соціальні проблеми

та задовольнити потреби суспільства. Під час вивчення навчальної дисципліни «Міжнародні і національні соціальні служби» здобувачі бакалаврської ОП «Соціальна робота» отримують досвід створення інформаційного проекту. Кожен студент протягом семестру готує проект-досьє, у якому структурується інформація щодо системи надання соціальних послуг у вибраній для створення проекту службі.

Перспективу подальших досліджень убачаємо в аналізі можливостей використання методу проектів під час виконання здобувачами кваліфікаційних робіт бакалаврів і магістрів, яке сприятиме вирішенню в рамках дипломних робіт практикорієнтованого завдання, розробленню технологій розв’язання соціальних проблем.

Список використаних джерел і літератури

1. Воронова Є.М. Проект як метод навчання у вищій школі. *Вісник ХНАДУ*. 2021. Вип. 94. С. 215–218.
2. Жаровська О. Технології соціального проектування у підготовці фахівців соціономічних професій. *Social Work and Education*. 2019. Т. 6. № 3. С. 285–295.
3. Кагоров Є.Ф. Ще раз про метод проектів. *Метод проектів: традиції, перспективи, життєві результати: практико-зорієнтований збірник*. Київ : Департамент, 2003. С. 412–416.
4. Кравченко Г.Ю., Мовмига Н.Є. Проектний підхід як складова педагогічної інноватики на шляху до якісної вищої професійної освіти. *Pedagogical and psychological sciences: development prospects in countries of Europe at the the beginning of the third millennium: Collective monograph*. Volume 2. Riga : Izdevniecība “Baltija Publishing”. 2018. Р. 192–209.
6. Михайленко О.В., Бутко Т.О. Метод проектів у вітчизняній і зарубіжній педагогічній теорії та практиці. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*. 2023. Вип. 92. Т. 1. С. 79–83.
7. Огієнко О. Тенденції розвитку проектної технології у зарубіжній педагогіці ХХ століття. *Порівняльна професійна педагогіка*. 2011. № 1. С. 31–38.
8. Пеньковець О.В. Метод проектів у навчальному процесі. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2008. Вип. 80. С. 119–122.
9. Тадеуш О.М. Метод проектів як форма продуктивного навчання студентів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 16: Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики*. 2017. Вип. 29. С. 142–146.
10. Тюптя Л. Проектування у процесі підготовки фахівців із соціальної роботи. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2007. № 3 (5). С. 279–289.
11. Шулигіна Р.А. Історико-педагогічний і сутнісний аналіз проектного навчання майбутніх педагогів. *Інноватика у вихованні*. 2018. Вип. 7. Т. 2. С. 221–230.
12. Dewey J. *The School and Society*. Carbondale : Southern Illinois University Press, 1980. 115 p.
13. Kilpatrick W.H. *The Project Method. The Use of the Purposeful Act in the Educative Process*. *Teachers College Record*. 1918. № 19. Р. 319–334.

References

1. Voronova, Ye.M. (2021). Proiekt yak metod navchannia u vyshchii shkoli [Project as a teaching method in higher education]. *Visnyk KhNADU – Bulletin of KhNADU*, 94, 215–218 [in Ukrainian].

2. Zharovska, O. (2019). Tekhnolohii sotsialnoho proektuvannia u pidhotovtsi fakhivtsiv sotsionomichnykh profesii [Social projection technologies in the training of socionomic professions specialists]. *Social Work and Education*. 2019, Vol. 6, 3, 285–295 [in Ukrainian].
3. Kahorov, Ye.F. (2003). Shche raz pro metod proektiv [Once again about the project method]. *Metod proektiv : tradytsii, perspektyvy, zhyttievi rezultaty : praktyko-zoriientovanyi zbirnyk – Project method: traditions, perspectives, life results: a practice-oriented collection*. Kyiv : Departament, 412–416 [in Ukrainian].
4. Kravchenko, H.Yu., & Movmyha, N.Ye. (2018). Proektnyi pidkhid yak skladova pedahohichnoi innovatyky na shliakhu do yakisnoi vyshchoi profesiinoi osvity [Project approach as a component of pedagogical innovation on the path to high-quality higher professional education]. *Pedagogical and psychological sciences: development prospects in countries of Europe at the the beginning of the third millennium: Collective monograph*. Volume 2. Riga : Izdevnieciba “Baltija Publishing”, 192–209 [in Ukrainian].
5. Mykhailenko, O.V., & Butko, T.O. (2023). Metod proektiv u vitchyzniani i zarubizhnii pedahohichnii teorii ta praktytsi [Project method in home and foreign pedagogical theory and practice]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Serii 5. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy – Scientific journal of the Dragomanov National Pedagogical University. Series 5. Pedagogical Sciences: Realities and Prospects*, 92, vol. 1, 79–83 [in Ukrainian].
6. Ohienko, O. (2011). Tendentsii rozvytku proiektnoi tekhnolohii u zarubizhnii pedahohitsi XX stolittia [Trends in the development of project technology in foreign pedagogy of the 20th century]. *Porivnialna profesiina pedahohika – Comparative professional pedagogy*, 1, 31–38 [in Ukrainian].
7. Penkovets, O.V. (2008). Metod proektiv v navchalnomu protsesi [Project method in the educational process]. *Visnyk Chernihivskoho derzhavnogo pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka. Serii : pedahohichni nauky – Bulletin of Chernihiv Shevchenko’s State Pedagogical University. Series: Pedagogical sciences*, 80. Chernihiv : ChDPU, 119–122 [in Ukrainian].
8. Tadeush, O.M. (2017). Metod proektiv yak forma produktyvnoho navchannia studentiv [Project method as a form of productive student learning]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Serii 16 : Tvorchia osobystist uchytelia: problemy teorii i praktyky – Scientific journal of the Dragomanov National Pedagogical University. Series 16: The creative personality of a teacher: problems of theory and practice*, 29, 142–146 [in Ukrainian].
9. Tiuptia, L. (2007). Proektuvannia u protsesi pidhotovky fakhivtsiv iz sotsialnoi roboty [Projection in the process of training social work specialists]. *Aktualni problemy navchannia ta vykhovannia liudei z osoblyvymi potrebamy. Zbirnyk naukovykh prats – Current problems of teaching and educating people with special needs*, 3 (5), 279–289 [in Ukrainian].
10. Shulyhina, R.A. (2018). Istoryko-pedahohichni i sutnisnyi analiz proektnoho navchannia maibutnikh pedahohiv [Historical-pedagogical and substantive analysis of project-based learning for future teachers]. *Innovatyka u vykhovanni : zb. nauk. pr. – Innovation in education collection of scientific papers*. 7, vol. 2. Rivne : RDHU, 221–230 [in Ukrainian].
11. Dewey, J. (1980). *The School and Society*. Carbondale : Southern Illinois University Press, 115 [in English].
12. Kilpatrick, W.H. (1918). *The Project Method. The Use of the Purposeful Act in the Educative Process*. *Teachers College Record*, 19, 319–334 [in English].

Chaika I. Yu.

Doctor of Philosophical Sciences, Associated Professor,
Professor at the Department of Philosophy,
Public Administration and Social Work
Zaporizhzhia National University

EL Guessab K.

Doctor of Philosophical Sciences, Associated Professor,
Associated Professor at the Department of Philosophy,
Public Administration and Social Work
Zaporizhzhia National University

Tsokur Ye. H.

Doctor of Political Sciences, Associated Professor,
Acted Head of the Department of Politology
Zaporizhzhia National University

**PROJECT METHOD IN TRAINING OF STUDENTS
IN THE SPECIALTY OF “SOCIAL WORK AND COUNSELING”
(ON THE EXAMPLE OF THE DISCIPLINES “SOCIAL INSPECTION”,
“PROJECTING IN THE SOCIAL SPHERE”,
“INTERNATIONAL AND NATIONAL SOCIAL SERVICES”)**

The article is devoted to the analysis of the features of using the project method in the training of future specialists in the social sphere and the presentation of the possibilities of the project approach in teaching educational components. The implementation of the project approach in the educational process of applicants for the specialty “Social Work and Counseling” contributes to the increase in the practice-orientedness of their training. The purpose of this study is to analyze the features of using the project method in the training of applicants for the specialty “Social Work and Counseling” at ZNU. When teaching the educational component “Social Inspection”, the lecturer has the task of preparing bachelors for professional activity in organizations of the social sphere. That is why the lecturer suggests carrying out a game project. Based on the results of project, the applicant acquires skills in working with documents, has an idea of the stages of implementing social support for a family/person, demonstrates practical skills in independently writing a social support plan. An example of a practice-oriented project is a social organization project, which is developed by groups of applicants during the study of the educational component “Projecting in the Social Sphere”. Master’s students are prepared for the possible creation of a social organization, the purpose of which will be to provide social services. While studying the academic discipline “International and National Social Services”, each bachelor prepares a project dossier, which structures information about the system of providing social services in the organization.

Key words: project method, method of specific situations, social work and counseling, social inspection, design in the social sphere.

УДК 378.04:159.9-044.372]:364.65-058.65

DOI <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.1.31>

Яланська С. П.

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри кризової психології,
декан факультету психології і соціальної роботи
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка
e-mail: yalanskasvetlana@gmail.com
ORCID ID: 0000-0003-3289-5331
Researcher ID: AAA-6248-2019

Анушкевич В. І.

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка
e-mail: avio0635981234@gmail.com
ORCID ID: 0009-0004-3535-2062
Researcher ID: KWT-9017-2024

Ільченко Р. М.

доктор філософії зі спеціальності 053 «Психологія»,
асистент кафедри кризової психології
Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка
e-mail: method.murray@gmail.com
ORCID ID: 0000-0001-8440-822X

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ З ЛЮДЬМИ, ТРАВМОВАНИМИ ВІЙНОЮ

Підготовка майбутніх психологів у закладах вищої освіти має здійснюватися з урахуванням необхідності формування компетентностей фахівців щодо ефективної роботи з особами, які травмовані війною. Метою статті є здійснення теоретичного аналізу проблеми підготовки майбутніх психологів в умовах війни, розкриття практичного досвіду та рекомендацій щодо діяльності практичного/кризового психолога у кризових ситуаціях, особливостей психологічного інструментарію із соціально-психологічного відновлення, підтримки психічного здоров'я осіб травмованих війною, формування життєстійкості особистості тощо. Важливим є формування знань та навичок роботи з ветеранами, військовослужбовцями, членами їхніх родин. У дослідженні розкрито досвід реалізації сертифікатної програми «Школа екстремальної та кризової психології», що розрахована для фахівців професій, що допомагають. Представлено зміст психологічних вправ, комплексне поєднання яких може сприяти стабілізації, ресурсуванню та інтеграції особистості.

Ключові слова: психічна травма, майбутні психологи, життєстійкість, резильєнтність, війна.

Постановка проблеми. В умовах воєнного часу в Україні важливою у підготовці майбутніх психологів є ефективна робота з людьми, травмованими війною. Це різні вікові, соціальні категорії осіб, які перебувають в Україні, а також ті, які були змушені виїхати за межі нашої держави. Сьогодні заклади вищої освіти, у яких здійснюється підготовка майбутніх фахівців допомагаючих професій, обов'язково мають урахувати особливості практичної роботи з ветеранами, членами їхніх родин та іншими категоріями осіб, які пережили травмуючі ситуації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. С. Кузікова, С. Яланська, С. Лукомська, К. Фоменко зазначають, що надмірна насиченість екстремальних ситуацій під час дії воєнного стану спонукає до максимального розкриття рис характеру, здібностей і нахилів людини. Для українців війна стала травмівною повсякденністю. Під воєнною повсякденністю ми розуміємо весь комплекс побутових реалій людей, у яких провідну роль відіграє мілітаризм, а отже, й зумовлені мілітарною агресією травми. До травмівної воєнної повсякденності ми відносимо фронтову повсякденність – самі війни та збройні локальні конфлікти, а також тилову повсякденність – реалії, що їх супроводжують у так званому тилу: забезпечення повсякденних потреб життєдіяльності військових угруповань, волонтерство і спроби зберегти нормальність аномального життя. Екзистенційний характер війни створює практично безмежне поле для дослідження мотивації поведінки й відчуттів людини в надзвичайних умовах, зокрема стресостійкості, копінгів та посттравматичного зростання [7, с. 603].

У посібнику О. Туриніної «Психологія травмуючих ситуацій» проаналізовано різні підходи до розуміння поняття травми у психологічному аспекті. Зокрема, детально розкрито підхід, розроблений американським ученим П. Левіном, що інтегрує знання з психології, психотерапії, біології, психофізіології, нейропсихології. Травма розуміється автором як прорив у бар'єрі, що захищає людину від впливів та супроводжується надзвичайно сильним почуттям безпорадності. Психологічна травма виникає через відсутність індивідуальних ресурсів, необхідних для подолання травмуючої події. З точки зору П. Левіна, руйнівна сила психічної травми залежить від індивідуальної значущості травмуючої події, ступеня її психологічної захищеності та здатності до саморегуляції [11, с. 16].

У роботі Л. Паливоди зазначено, що виникнення психічної травми пов'язане, насамперед, із подією, яка виходить за межі досвіду індивіда, та, як наслідок, болісними переживаннями – відчуттям тривоги, безпорадності та жаху. Із психологічного погляду психічна травма – це порушення цілісності функціонування психіки, спричинене такою ситуацією, яка суб'єктивно інтерпретується як непереборна та незвичайна внаслідок недостатності захисних механізмів; викликає у подальшому глибокі емоційні переживання. У цьому контексті важливим критерієм виникнення травми є не сама травмуюча подія,

а суб'єктивна її інтерпретація (Н. Пов'якель, Л. Пергаменщик, С. Гончарова, М. Яковчук) [9, с. 69].

Травмуючі ситуації досить часто зумовлюють кризові стани. Криза – це своєрідна реакція на ситуацію, яка вимагає від людини змінити свій спосіб життя, спосіб мислення, ставлення до себе і навколишнього світу, а також основні екзистенційні питання [11, с. 27]. Людина не є вільною від умов, але вона завжди вільна ставитися до цих умов – вона все ще зберігає свободу вибору ставлення до них [2].

Мета статті. Здійснення теоретичного аналізу особливостей підготовки майбутніх психологів щодо ефективної діяльності з особами травмованими війною, розкриття практичного досвіду щодо психологічного інструментарію у кризових ситуаціях, із соціально-психологічного відновлення, розвитку життєстійкості осіб травмованих війною.

Результати дослідження. На думку О. Тімченка, у процесі життєдіяльності людина зіштовхується з багатьма життєвими проблемами. Кожна з них, як правило, має психологічний складник (психологічна проблема), без розв'язання якого неможливе вирішення проблеми у цілому. Психологічна проблема – це стан невизначеності, що виникає у процесі життєдіяльності індивіда між його намірами, уявленнями, мотивами й цілями поведінки та об'єктивними і суб'єктивними умовами її реалізації як протиріччя між очікуваними та реальними результатами дій людини [6, с. 6–7]. Життєва ситуація особистості – це сукупність обставин життєдіяльності, які прямо або опосередковано впливають на поведінку людини, її стан і внутрішній світ, зумовлюючи зміст та напрями індивідуального розвитку, тим самим сприяючи виникненню та розв'язанню проблем [11].

У своїй монографії О. Кокун зазначає, що «...глобальні кризи, військові конфлікти, економічна нестабільність, пандемії, екологічні катастрофи та швидкі технологічні зміни створюють складні умови, у яких адаптаційні механізми людини стають визначальними для її здатності зберігати психологічну рівновагу та ефективно функціонувати. Особливе значення у цих умовах набувають два ключові поняття: життєстійкість (hardiness) та резильєнтність (resiliency). Життєстійкість відображає внутрішню здатність особистості активно взаємодіяти з викликами, зберігати самоконтроль та конструктивно реагувати на труднощі. Резильєнтність, своєю чергою, зосереджується на гнучкості, адаптаційних механізмах та здатності до відновлення після кризових ситуацій. Ці феномени є критично важливими як для окремих індивідів, так і для суспільства загалом, оскільки забезпечують ефективну адаптацію до мінливих умов життя та діяльності» [4, с. 6]. А. Корнева зазначає, що особливістю життєстійкості особистості є її багатовимірність, яка включає когнітивні, емоційні, соціальні та поведінкові аспекти [5, с. 31–32].

За С. Дмитришин, резильєнтність – це психологічний ресурс особистості з подолання стресу та адаптації після травмуючої ситуації до нових обставин життя,

що забезпечує її повноцінне функціонування та зумовлений регулятивними (здатність до саморегуляції, життестійкості, самоконтроль, мотивація успіху, активні копінгі), когнітивними (оптимістичний атрибутивний стиль, когнітивна гнучкість, осмисленість життя, його націленість на досягнення певної мети, розвинутий духовний інтелект), емоційними (перевага позитивних емоцій, доброго настрою, здатність регулювати емоції) та соціально-поведінковими (ефективний холдинг у дитинстві, добре виховання, добрі стосунки з дорослими у дитинстві, наявність партнерів та друзів, наявність соціальної підтримки та спроможність звертатися за підтримкою до інших) якостями і здатностями [1, с. 72].

В. Франкл зазначав, що у концентраційному таборі всі обставини складаються так, щоб в'язень утратив опору. Єдине, що залишається, – це здатність «вибрати власний підхід до існуючих обставин» [2].

У роботі Т. Пол «Bartone Resilience Under Military Operational Stress: Can Leaders Influence Hardiness?» обґрунтовано, що одним із потенційних шляхів до стійкості є витривалість особистості, характерне відчуття того, що життя має сенс, ми самі вибираємо своє майбутнє, а зміни цікаві та цінні. За В. Франклом, унікальний сенс життя може бути знайдено людиною в одній із трьох сфер: творчості, емоційних хвилюваннях, свідомому прийнятті тих обставин, які людина не може змінити [12].

Варто відзначити низку практикоорієнтованих напрацювань вітчизняних та зарубіжних науковців і практиків, які доцільно враховувати під час підготовки майбутніх психологів до роботи з людьми травмованими війною.

Н. Портницька, О. Савиченко, І. Тичина у роботі «Гендерно зумовлене насильство: психосоціальна підтримка з питань психічного здоров'я» розкривають та деталізують методологію Універсального тренінгу з психічного здоров'я (В. Горбунова та ін., 2021), першого в Україні тренінгу, що містить 5-кроковий алгоритм взаємодії фахівців першої лінії з особами, що мають труднощі з психічним здоров'ям: (V. Gorbunova, V. Klymchuk, N. Portnytska et al. (2024)). Universal mental health training for frontline professionals: evaluation of pilot trial in Ukraine) [10, с. 8–9].

Заслуговує на увагу курс О. Тараріної «Робота з ПТСР в умовах воєнного часу». Програма «Від болю до відродження себе» представлена кількома модулями. Наприклад, модуль 1 – «Поняття травми та ПТСР» передбачає низку технік: техніку «Обійми метелика»; техніку «Дихання із сильно піднятими плечима нагору»; практику «Намасте»; практику контактної імпровізації «Спина барабан»; практику контактної імпровізації «Дотик»; практику спільного звучання (за Пітером Левіном); вправу «Рахунок»; практику малювання кіл.

Варто відзначити роль благодійної організації «Вихід Є» (директор Р. Ільченко, м. Полтава), що надає психосоціальну допомогу людям, які зазнали різних видів травм і насильства. Ключовими завданнями є відновлення ментального здоров'я та соціальна підтримка осіб, які пережили травми, зокрема внаслідок війни,

домашнього, сексуального та інших форм насильства. Також пропонується навчання і підвищення кваліфікації для практичних/кризових психологів, соціальних, медичних працівників, які працюють або планують працювати з людьми, що пережили травми та насильство.

Р. Ільченком на основі інтеграції та узагальнення положень М. Мюррей, розробленого нею методу становлення здорової врівноваженої особистості шляхом подолання наслідків психологічних травм, насильства та депривації розроблено модель реадaptaції постнаркозалежних особистостей дорослого віку. Процес реадaptaції розглядається у сукупності змін у соматико-фізіологічній, емоційній, регуляторно-когнітивній, соціальній та духовно-рефлексивній сферах особистості. Акцентовано увагу на тому, що несприятливий дитячий досвід психологічних травм, різних видів насильства та емоційної депривації стає причиною багатьох проблем дітей у дорослому віці – від емоційних порушень до залежності, що спричинена зловживанням психоактивних речовин, ранньої інвалідизації та смерті. Саме на становлення здорової врівноваженої особистості шляхом подолання ранніх психологічних травм, насильства і депривації спрямований психотерапевтичний метод Мерилін Мюррей, в основі якого лежать робота з раннім досвідом людини, модифікація ставлення до травматичного досвіду та активізація психологічно зрілих форм поведінки на шляху до життєвого самоствердження [3, с. 3]. Мерилін Мюррей розробила вправу, яку назвала «Яйце травми» (рис. 1). У книзі «Метод Мюррей» авторка зазначає: «Я хотіла показати, як душевний біль призводить до того, що Природна Дитина ніби розщеплюється на фрагменти, у результаті чого з'являється Дитина, Яка Плаче, а за нею і Контролююча Дитина» (із сайту благодійної організації «Вихід Є», <https://www.facebook.com/academy.murray/>).

Важливий досвід благодійного фонду «Безпечне майбутнє» та факультету психології і соціальної роботи Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка, які спільно за підтримки Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) організовували навчання в унікальній Школі екстремальної та кризової психології для фахівців із надання психологічної допомоги Полтавській й Кіровоградській областям (понад 150 учасників). У межах програми розглядалися теми щодо основних етапів першої психологічної допомоги в екстремальних ситуаціях; змісту понять травми, травматизації та післястрессового розладу (ПТСР); особливостей роботи та культури професійного спілкування психолога з особами, що перенесли травматичний стрес; особливостей організації психологічної підтримки постраждалих від сексуального насильства та ін. Зокрема, під час розгляду теми «Психологічна підтримка, ресурсні техніки для самовідновлення» учасникам пропонували для опанування кілька ресурсних вправ. Серед них вправа «Енергія», що допомагає визначенню учасниками видів діяльності/творчості, які сприяють самовідновленню, сповнюють позитивними емоціями, сприяють розвитку життєстійкості, резильєнтності; стрілочки від центру – події, які зумовлюють негативні емоції (рис. 2, 3).

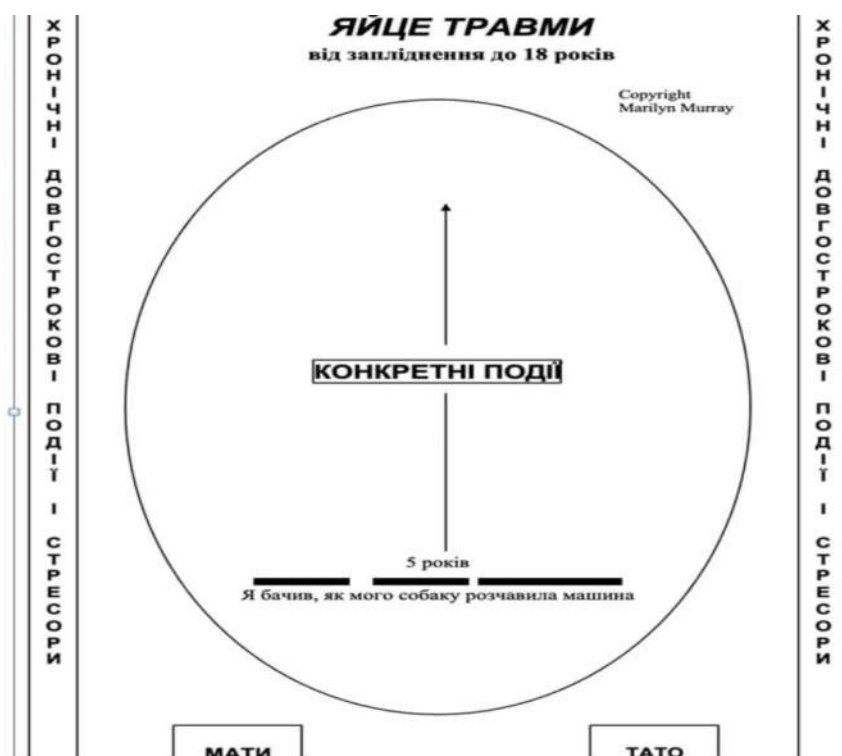


Рис. 1. Вправа «Яйце травми» за Мерилін Мюррей (схема із сайту благодійної організації «Вихід Є», <https://www.facebook.com/academy.murray/>)

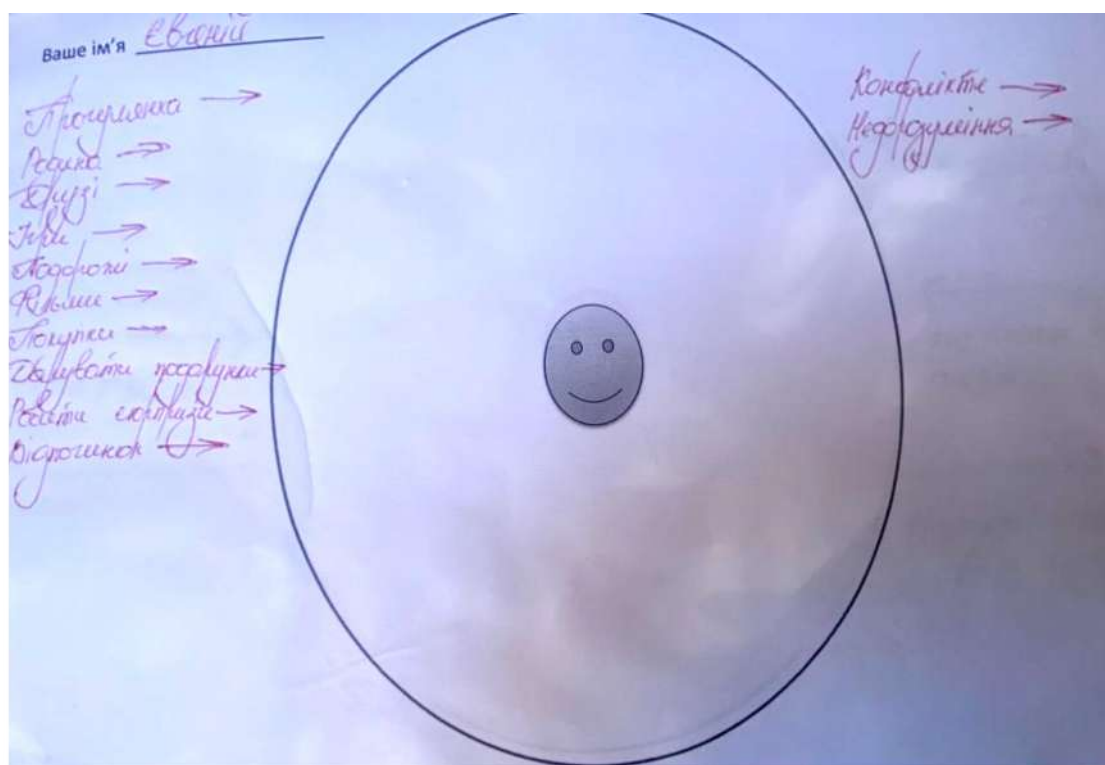


Рис. 2. Вправа «Енергія», яка виконана учасником Євгеном К.

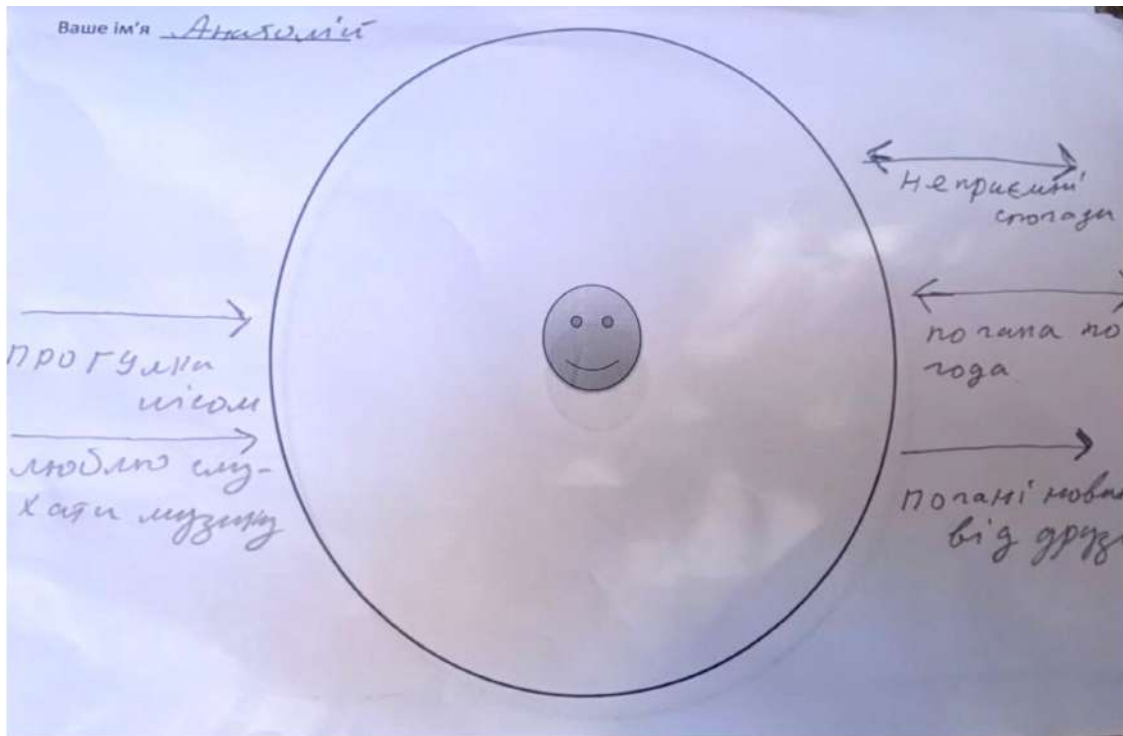


Рис. 3. Вправа «Енергія», яка виконана учасником Анатолієм Б.

Ресурсна арттехніка «Це Я», яку доцільно проводити в умовах природного середовища.

Завдання:

- 1) Знайти природний об'єкт, який асоціюється з Вашим емоційним станом, та об'єкт, що асоціюється з бажаним емоційним станом.
- 2) Знайти природний об'єкт, який презентує Ваші сильні особистісні риси.

Обговорення у групі в умовах природного середовища (на базі ботанічного саду, на луках, в парку та ін.). Вправа зорієнтована на психологічне розвантаження, сприяння самовідновленню, формування життєстійкості особистості.

Також для виконання пропонувалися техніки з метафоричними асоціативними зображеннями «Сила», «Взаємодія» та інші вправи, в основі яких покладено ресурси творчості. Можливості використання ресурсів креативності для відновлення та розвитку особистості широко розкриваються в монографії «Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку» (С. Максименко, С. Яланська, 2021 р.). Аналізується роль середовища, генетичних передумов та значення творчості як джерела життєвого сенсу особистості [8].

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Отже, на основі теоретичного аналізу та практичного досвіду визначено, що ефективність соціально-психологічного відновлення, розвитку життєстійкості осіб травмованих війною великою мірою залежить від професіоналізму фахівця та його компетентностей щодо особливостей підбору психологічного інструментарію.

Тема наукової роботи потребує подальшого наукового розгляду і практикоорієнтованого дослідження.

Список використаних джерел і літератури

1. Дмитришин С. Резильєнтність особистості: сутність феномену та методи розвитку. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2024. Вип. 20. С. 67–74.
2. Духовні можливості логотеорії Віктора Франкла / Українська асоціація логотерапії та екзистенційного аналізу (УАЛЕА). Харків : ПП «Компанія СКАТ», 2022. 248 с.
3. Ільченко Р.М. Особливості психологічної реадaptaції постнаркоманських дорослих за методом М. Мюррей : дис. ... д-ра філософії : спец. 05:053. Полтава, 2023. 345 с.
4. Кокун О.М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
5. Корнєва А. Життєстійкість як феномен сучасної психології: поняття, структура, функції. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2024. № 4 (65). С. 31–34. DOI: <https://doi.org/10.32689/maur.psych.2024.4.5>
6. Кризова психологія : навчальний посібник / за заг. ред. проф. О.Ф. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
7. Кузікова С., Яланська С., Лукомська С., Фоменко К. Особливості травматичного досвіду та посттравматичного зростання осіб підліткового і юнацького віку в умовах воєнного стану. *Інсайд: психологічні виміри суспільства*. 2025. № 13. С. 601–618. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663970X/2025-13-24>
8. Максименко С.Д., Яланська С.П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку : монографія. Київ : Людмила, 2021. 513 с.
9. Паливода Л.І. Проблема визначення понять «психічна травма», «психологічна травма» і «травма втрати» у психологічних проєкціях. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Психологія*. 2021. Т. 32(71). № 6. С. 68–74.
10. Портницька Н., Савиченко О., Тичина І. Гендерно зумовлене насильство: психосоціальна підтримка з питань психічного здоров'я : посібник для фахівців соціальної сфери. Житомир : Бук Друк, 2024. 88 с.
11. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій : навчальний посібник. Київ : Персонал, 2017. 160 с.
12. Bartone Paul T. Resilience Under Military Operational Stress: Can Leaders Influence Hardiness? *Military psychology*. 2006. 18 (Suppl.). S. 131–148.

References

1. Dmytryshyn, S. (2024). Rezylientnist osobystosti: sutnist fenomenu ta metody rozvytku [Personal resilience: the essence of the phenomenon and methods of development]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psykholohichni nauky [Bulletin of Lviv University. Psychological Sciences Series]*, 20, 67–74 [in Ukrainian]
2. *Dukhovni mozhlyvosti lohoteorii Viktora Frankla [Spiritual possibilities of Viktor Frankl's logotherapy]*. (2022). Ukrainska Asotsiatsiia Lohoterapii ta Ekzysyentsiiinoho Analizu (UALEA). Kharkiv: PP "Kompaniia SKAT" [in Ukrainian].
3. Ilchenko, R.M. (2023). *Osoblyvosti psykholohichnoi readaptatsii postnarkozaleznykh doroslykh za metodom M. Miurrei [Features of psychological readaptation of post-drug addicted adults according to the method of M. Murray]*. (PhD diss.). Poltavskyi natsionalnyi pedahohichniyi universytet imeni V.H. Korolenka. Poltava [in Ukrainian].
4. Kokun, O.M. (2025). *Zhyttiistiikist i rezylientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka [Human vitality and resilience in the modern world: theory, research, practice]*: monohrafiia. Kyiv: Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy [in Ukrainian].

5. Kornieva, A. (2024). Zhyttiistiikist yak fenomen suchasnoi psykholohii: poniattia, struktura, funktsii [Resilience as a phenomenon of modern psychology: concept, structure, functions]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi Akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia* [Scientific works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology], 4 (65), 31–34. DOI: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2024.4.5> [in Ukrainian].
6. Timchenko, O.F. (Ed.). (2010). *Kryzova psykholohiia* [Crisis psychology]: navchalnyi posibnyk. Kharkiv: NUTsZU [in Ukrainian].
7. Kuzikova, S., Yalanska, S., Lukomska, S., & Fomenko, K. (2025). Osoblyvosti travmivnoho dosvidu ta posttravmatychnoho zrostannia osib pidlitkovoho i yunatskoho viku v umovakh voiennoho stanu [Peculiarities of traumatic experience and post-traumatic growth of adolescents and young adults under martial law]. *Insait: psykholohichni vymiry suspilstva* [Insight: Psychological Dimensions of Society], 13, 601–618. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663970X/2025-13-24> [in Ukrainian].
8. Maksymenko, S.D., & Yalanska, S.P. (2021). *Henetyko-kreatyvnyi pidkhid: diialnisne oposeredkuvannia osobystisnoho rozvytku* [Genetic-creative approach: activity-based mediation of personal development]: monohrafiia. Kyiv: Liudmyla [in Ukrainian].
9. Palyvoda, L.I. (2021). Problema vyznachennia poniat “psykhichna travma”, “psykholohichna travma” i “travma vtraty” u psykholohichnykh proiekt siiakh [The problem of defining the concepts of “mental trauma”, “psychological trauma” and “trauma of loss” in psychological projections]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Psykholohiia – Scientific notes of V.I. Vernadsky TNU. Psychology*, 32 (71), 6, 68–74 [in Ukrainian].
10. Portnytska, N., Savychenko, O., & Tychyna, I. (2024). *Henderno zumovlene nasylstvo: psykhosotsialna pidtrymka z pytan psykhichnoho zdorov'ia* [Gender-based violence: psychosocial support for mental health issues]: posibnyk dlia fakhivtsiv sotsialnoi sfery. Zhytomyr: TOV “Vydavnychiy dim “Buk Druk” [in Ukrainian].
11. Turykina, O.L. (2017). *Psykholohiia travmuiuchykh sytuatsii* [Psychology of traumatic situations]: navch. posib. dlia stud. vyshch. navch. zakl. Kyiv: DP “Vyd. dim “Personal” [in Ukrainian].
12. Bartone Paul, T. (2006). Resilience Under Military Operational Stress: Can Leaders Influence Hardiness? *Military psychology*, 18 (Suppl.), 131–148 [in English].

Yalanska S. P.

Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Professor at the Department of Crisis Psychology,
Dean of the Faculty of Psychology and Social Work
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University

Anushkevych V. I.

Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department of Psychology
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University

Ilchenko R. M.

Doctor of Philosophy by Specialty 053 Psychology,
Assistant Professor at the Department of Crisis Psychology
Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University

**TRAINING FUTURE PSYCHOLOGISTS
FOR WORK WITH PEOPLE TRAUMATIZED BY WAR**

Training future psychologists at higher educational institutions should take into account the need to develop the competencies of specialists able to work effectively with people traumatized by war. The purpose of the article is to carry out a theoretical analysis of the issue related to training future psychologists in war conditions, to reveal practical experience and recommendations for the effective work of a practical/crisis psychologist in crisis situations, the peculiarities of psychological tools for socio-psychological recovery, the mental health support of people traumatized by war, building personal resilience, etc. Developing knowledge and skills necessary for work with veterans, military personnel and their family members is of great importance. The study reveals the experience of implementing the Certification Program “School of Extreme and Crisis Psychology” designed for specialists of care-giving professions. The content of psychological exercises is presented; their complex combination can contribute to the personality stabilization, resourcefulness and integration.

Key words: mental trauma, future psychologists, hardiness, resilience, war.

Єременко О. М.

доктор філософських наук, професор,
Національний університет
«Одеська юридична академія»
e-mail: alyeremenko@gmail.com
ORCID ID: 0000-0002-2922-0643

**МІРКУВАННЯ ЩОДО КНИГИ С. ГАРЬКАВЦЯ І Л. ВОЛЧЕНКО
«ПСИХОЛОГІЯ НАСИЛЛЯ: БУЛІНГ, МОБІНГ
ТА ЇХНІ РІЗНОВИДИ В СУЧАСНОМУ СВІТІ»**

Рецензія на кн.: **Гарькавець С., Волченко Л. Психологія насилля: булінг, мобінг та їхні різновиди у сучасному світі** : навчальний посібник. Київ : видавництво СНУ ім. В. Даля, 2024. 172 с.

Мабуть, важко знайти більш поширені явища нашого життя, ніж булінг і мобінг. Булінг – це цькування особистості, систематичне моральне та фізичне приниження. Мобінг – це колективний тиск і цькування особистості. Думається, майже кожен представник українського суспільства протягом свого життя стикається із цькуванням – інколи епізодичним, інколи систематичним. Таке враження, що наше суспільство загалом можна поділити на дві великі категорії: 1) ті, хто цькує; 2) ті, хто піддається цькуванню. Досить цікаво те, що чимало людей будуть належати до обох категорій.

Отже, посібник С. Гарькавця і Л. Волченко «Психологія насилля: булінг, мобінг та їхні різновиди у сучасному світі» є не просто актуальною, а суперактуальною роботою. Вважаю, що за графою «актуальність» ця робота отримає 10 із 10.

Але переваги роботи не вичерпуються актуальністю. Автори спираються на сучасні знання в царині соціальної психології, сучасна проблематика відносно булінгу та мобінгу ретельно опрацьована авторами.

Посібник має чітку і, так би мовити, «прозору» структуру: спочатку розглядаються види й основні детермінанти насилля, потім аналізуються булінг і мобінг як такі, їх особливості в навчальних закладах, установах і організаціях. Неабияка увага приділяється розгляданню психологічного профайлінгу, а також аналізу форм і способів попередження булінгу та мобінгу в різноманітних колективах і соціальних групах. Дуже важливою є заключна глава посібника, присвячена висвітленню форм консультування жертв психологічного насилля.

Викладення матеріалу відрізняється доступністю, логічністю, систематичністю. Особливої уваги заслуговує досить розлогий вокабулярій, який містить визначення основних понять соціальної психології, та додатки, у яких надані рекомендації щодо запобігання булінгу та мобінгу та навіть кібербулінгу у віртуальному просторі. Кожна глава завершується списками завдань для самостійної роботи,

питань для когнітивної рефлексії та списком використаної літератури, що робить підручник дуже зручним із методичного погляду, причому як для студентів, так і для викладачів.

С. Гарькавець і Л. Волченко дають чітку класифікацію різновидів булінгу та мобінгу, виокремлюють їх багатоманітні різновиди, у тому числі суто сучасні, породжені особливостями сучасних високих технологій. Наприклад, вони аналізують кібербулінг, кіберзалякування, кіберсталкінг (переслідування або домагання в інтернеті), гріфінг (переслідування гравців в онлайн-іграх) [с. 41–43].

Для пояснення сутності відносин між цькувателем і жертвою автори звертаються до віктимології, розглядають віктимологічні якості особистості [с. 70–72].

Взагалі автори приділяють велику увагу питанням діагностики поведінки як булерів, так і жертв цькування, а також питанням профайлінгу (психологічні методи оцінки і прогнозування поведінки) жертв булінгу та мобінгу. В заключній главі ретельно розглядаються психологічні техніки посттравматичної роботи з постраждалими від насилля. Мене особисто зацікавили техніка «Лист» [с. 100], арттерапія [с. 102] та імаготерапія [с. 103], але в цій перевазі, мабуть, проглядають деякі суб'єктивні особливості.

Щодо ефективності запропонованих технік, то довірятимемо психологам, адже вони є професіоналами, але в мене особисто виникають певні сумніви, утім, я поділюся ними в заключній частині рецензії. Також деяке здивування викликає такий факт. Розділ 7 присвячений психологічному консультуванню осіб, які пережили психологічне насилля. Дуже добре. Зачекайте, а де консультування булерів і моберів? Зрозуміло, я маю на увазі не консультування в строгому сенсі, а радше профілактику. Тобто консультування не в плані більш ефективних способів булінгу та мобінгу, а корекцію особистості в плані зниження її агресивності. Чи існують форми такого консультування? Якщо так, то які вони? Якщо ні, то чому вони не розроблені?

Тепер перейдемо не те щоб до критики, а до вільних міркувань, які були викликані читанням посібника С. Гарькавця і Л. Волченко.

Якщо я правильно зрозумів, автори дивляться оптимістично на перспективи протистояння психологічному насильству й навіть на перспективи його подолання. Я ж дивлюсь на цю проблему дещо песимістично. До речі, цей приклад досить яскраво висвітлює суттєву різницю між психологічним і філософським підходом до дійсності. Психолога можна уподібнити до лікаря. Гарний лікар повинен виявити хворобу, поставити правильний діагноз, застосувати ефективні способи лікування і, зрештою,вилікувати пацієнта. Також йому слід надати поради пацієнту щодо правильного способу життя після одужання, а всьому оточенню надати поради щодо профілактики. Приблизно те ж саме, враховуючи специфіку своєї сфери, повинен зробити гарний психолог. Психолог, як і лікар, насамперед спрямований на досягнення успіху в кожному окремому випадку, з кожним окремим пацієнтом.

Підхід філософа багато в чому інший. Нехай мене пробачать колеги, але, якщо чесно, філософ нагадує персонажа відомої карикатури. Дія цієї карикатури відбувається десь у ХУІІІ столітті. На першому малюнку зображена шляхетна дама, яка знепритомніла. Якийсь чоловік – чи то подружжя, чи то родич – волає: «Їй погано! Доктора! Доктора!» На другому малюнку з'являється чоловік із великим париком: «Я доктор філософії. Що трапилось?» Чоловік: «Допоможіть їй! Вона вмирає». Доктор філософії: «Ми всі помremo».

Філософ у цій серії малюнків здається не просто комічним, а в душі «чорного гумору». Так, філософ часто виявляється безпорадним у різноманітних ситуаціях повсякденного життя, коли потрібна допомога. У таких ситуаціях лікар, психолог або, наприклад, сантехнік набагато більш корисні. Але філософ перевершує багатьох корисних в екзистенційній прикордонній ситуації. Філософ більш ефективний у ситуації безнадії.

С. Гарькавець і Л. Волченко не розмірковують над загальними соціокультурними засадами і причинами булінгу та мобінгу. Це не дорік – у посібнику, який пропонується, це непотрібно. Але саме по собі це питання дуже великої значущості. Можливо, я розмірковую як дилетант і занадто згущую фарби, але вважаю, що фундаментальна засада булінгу та мобінгу дуже глибока. *Глибинною основою булінгу та мобінгу є сама соціальність, соціальність як така. Зрештою цькування існує тому, що людина є соціальною істотою. У будь-якому суспільстві, у будь-якій групі тою чи іншою мірою буде цькування. Сама по собі поява третього індивіда в малій групі закладає можливість цькування.*

На мій погляд, булінг і мобінг нездоланні; щоб здолати булінг і мобінг, зрештою треба б було здолати соціальну природу людини, соціальність як таку... Зрештою ми всі помremo...

Серед форм розвитку особистісного потенціалу індивіда автори виділяють «унеможливлення формування установки на поведінку жертви» [с. 85]. Здається, що таке унеможливлення неможливе (пробачте за каламбур). Воно можливе в кожному окремому випадку, але неможливе в суспільному житті загалом (знову відмінність філософського підходу від «медичного»).

С. Гарькавець та Л. Волченко дуже поважають класика сучасної соціальної психології Філіпа Зімбардо. Автори пишуть, що він «довів, що саме соціальне середовище здатне пробуджувати глибинні агресивні прояви людини, розкріпачувати її садистські імпульси» [с. 6]. Цілком згоден із класиком. Дозволю собі лише малесеньке доповнення: «будь-яке соціальне середовище».

У тексті посібника «розкидано» досить багато сигналів вірного розуміння суті справи. Ось приклад завдання для самостійної роботи: «Переслідування, цькування одних індивідів іншими постійно супроводжує життя людей у соціальних групах з певними рівнями ієрархічних зв'язків» [с. 34]. Цілком правильно! І далі звучить питання до студентів: «Що сприяє таким проявам і чому дотепер люди не змогли позбавитися таких ганебних явищ, як булінг і мобінг»? [с. 34]. Можливо,

я напрошуюсь на «двійку», але моя відповідь така: «Їм сприяє соціальна природа людини. Булінгу та мобінгу неможливо позбутися, тому що вони є константами соціальності як такої».

Автори показують, що неформальні лідери можуть нав'язати деструктивні установки іншим членам групи [с. 55]. Наслідком цього є таке: «Колектив перетворюється на зграю, у якій наявна не сукупність особистостей, а ієрархія *архаїчних* людей» (курсив мій. – О. Є.) [с. 55]. Це нагадує «обмовку за Фройдом». Колектив тому досить легко перетворюється на архаїчну зграю, що в підсвідомості кожного індивіда присутній архаїчний архетип цькування.

Я вже відзначав, що, як і належить, у посібнику наводиться багато методів посттравматичної роботи із жертвами психологічного насилля. Сподіваюсь, що всі вони є більш-менш ефективними. Але, на мій суб'єктивний погляд, якщо враховувати невикорінність насильства та цькування в суспільстві, останнє і найкраще, що може зробити консультант, – це виявити щире співчуття жертві.

Заключні міркування, висловлені в цій рецензії, ні до чого не зобов'язують С. Гарькавця і Л. Волченко. Вони написали гарний посібник, моя оцінка його дуже позитивна. Можливо, ці міркування стануть корисними для дослідників у подальшій розробці дуже актуальної і глибокої проблематики психологічного насильства.

Наукове видання

ПСИХОЛОГІЯ ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА

Випуск 1(61), 2025

Коректура • В. О. Бабич
Комп'ютерна верстка • Н. В. Фесенко

Формат 60x84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 39,29
Підписано до друку 23.06.2025.
Зам. № 0825/639. Наклад 100 прим.

Надруковано: Видавничий дім «Гельветика»
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1
Телефони: +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.