

*Завацька Н.Є. (ORCID: 0000-0001-8148-0998),
Блинова О.Є. (ORCID: 0000-0003-3011-6082),
Попович І.С. (ORCID: 0000-0002-1663-111X),
Боярин Л.В. (ORCID: 0000-0003-4636-5577),
Піддубняк С.В.*

ЗАСОБИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ СУЇЦИДОНЕБЕЗПЕЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У МІЖОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТАХ

У статті виокремлено основні підходи до вивчення проблеми суїцидонебезпечних станів особистості: психоаналітичний, згідно з яким причини такої поведінки вбачаються у негативному ставленні особистості до зовнішнього світу, недоліки якого викликають агресивні дії і надалі змінюють свій напрям із зовнішнього на внутрішній; анатомо-морфологічний, за яким конституція тіла визначає риси характеру людини, а найбільш схильними до аутоагресії та суїциду є мезоморфи; гуманістично-феноменологічний, з методом психологічної автопсії, за яким таку поведінку розглядають з точки зору і в контексті феноменології; когнітивний, за яким в основі суїцидонебезпечних станів особистості знаходяться когнітивні спотворення, як-то дихотомічне мислення, схильність до глобалізації, наявність ригідних когнітивних схем та соціально-психологічний, згідно з яким суїцидонебезпечний стан є складним особистісним комплексом, що функціонує на різних рівнях, а структуру суїцидонебезпечного патерну особистості складають характерологічний, самооціночний, інтерактивний та соціально-перцептивний субблоки. Розроблено й апробовано диференційовану соціально-психологічну програму корекції суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах в умовах сучасного соціуму, побудовану на принципах еквівалентності, системності, перспективності, диференційованого прогнозування, динамічності та на засадах екзистенційно-гуманістичного, особистісно-орієнтованого, когнітивно-поведінкового, ресурсного і рефлексивного підходів. Ефективність розробленої програми доведена підвищенням здатності до регуляції емоційних проявів, зниженням показників соціальної інтроверсії, тривожності, депресивності, внутрішньої конфліктності; зростанням самоповаги та самоцінності; розвитком навичок саморефлексії та самопізнання, підсиленням життєвої активності та самореалізації; збільшенням інтернальності; зміною життєвих планів та перспектив у бік особистісного зростання, саморозвитку та прийняття відповідальності за своє життя; підвищенням спроможності протистояти обставинам та керувати своїм життям з використанням ефективних механізмів психологічного захисту та конструктивних стратегій копінг-поведінки.

***Ключові слова:** особистість, суїцидонебезпечні стани особистості, суїцидальний ризик, міжособистісна взаємодія, конфлікти, психологічна корекція.*

Постановка проблеми. Соціальні, культурні, політичні, економічні трансформації сучасного соціуму, наслідки екологічних катастроф, військових дій, терористичних актів, міграційні процеси та зміни образу життя обмежують можливості соціальної адаптації осіб різних вікових груп та впливають на стан психічного здоров'я населення, і, у першу чергу, на найбільш незахищену його частину – молодь. За таких умов зростають стани дезадаптації з відчуттям невпевненості, незахищеності, втрати опори і сенсу існування, які виражаються в нервово-психічних й психосоматичних розладах, аутоагресивній поведінці, і її крайній формі – суїциді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідники тривалий час прагнули концептуалізувати і розробити ефективні стратегії превенції та інтервенції суїциду (А. Адлер, Р. Мей, К. Меннінгер, К. Роджерс, Г. Саллівен, В. Франкл, З. Фрейд, К. Хорні, К. Юнг та ін.). При цьому, дослідження аутоагресивної поведінки здебільшого виконані у межах робіт медичного та медико-психологічного профілю. Зокрема, розроблено концепцію суїцидальної поведінки (А. Амбрумова, С. Бородин, Г. Старшенбаум, В. Тихоненко та ін.), що розглядається як наслідок соціально-психологічної дезадаптації особистості в умовах пережитого нею мікросоціального конфлікту; розкрито психічні стани і загальні характеристики особистості, схильної до аутоагресивної поведінки (Ф. Березін, Н. Гаранян, Л. Герасименко, Р. Ісаков, Г. Пілягіна, О. Погорілко, А. Скрипніков та ін.). Останнім часом дослідники аутоагресії (О. Бондаренко, Я. Гошовський, О. Ляшенко, В. Москалець, О. Сідоров, Р. Федоренко, С. Шамкова, Е. Шнейдман та ін.) вказують на необхідність розробки і втілення ефективних превентивних засобів не лише проявів суїцидальної поведінки, але й суїцидальних тенденцій як активної (внутрішньої) форми аутоагресивної поведінки, що включає як суїцидальні наміри, так й мимовільні вчинки, які безпосередньо передують їх втіленню в життя та призводять до активних дій. Наслідками цього процесу є значні психічні деструкції та втрати у соціальній сфері, адже саме на молодь суспільство покладає важливу роль у своєму поступовому розвитку (Letiucha, & Petrov & Zavatskyi, 2019).

Мета статті – розкрити засоби соціально-психологічної корекції суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Основними принципами побудови соціально-психологічної програми корекції суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних

конфліктах виступали: *принцип еквівалентності*, який полягає в тому, що процес психокорекції рівноцінно включає цілісну систему соціальних відносин, при якій і середовище, і сама особистість, що змінюється, на рівних умовах беруть участь у визначенні реконструкції власних засад; *принцип системності*, який полягав у тому, що процес психокорекції був спрямований не тільки на самих досліджуваних, а й на цілісну систему їх соціальних відносин, суб'єктами яких вони були; *принцип перспективності*, згідно з яким створення позитивної та адекватної картини майбутнього слугувало стимулом для саморозвитку та самореалізації відповідно до постійно оновлюваного життєвого контексту; *принцип диференційованого прогнозування*, який полягав у визначенні змістовних і формальних аспектів корекційних заходів відповідно до рівня суїцидального ризику респондентів та його індикаторів, різновиду їх поведінки; *принцип динамічності*, згідно з яким вся процедура психокорекції розглядалася як поетапний пролонгований процес, що передбачав раціональну послідовність заходів формувального впливу та моніторинг динаміки змін у рівнях суїцидального ризику та конфігураціях змістовних характеристик досліджуваних (Popovych & Vlynova & Zhuravlova & Toba & Tkach & Zavatska, 2020).

Робота здійснювалася на засадах екзистенційно-гуманістичного, особистісно-орієнтованого, когнітивно-поведінкового, ресурсного та рефлексивного підходів, які мотивують до усвідомлення здатності щодо прийняття відповідальності за своє життя, зміни стереотипів мислення в напрямку переструктуризації катастрофічних оцінок і думок, орієнтацію на самоконтроль, підвищення самореалізації.

Соціально-психологічна програма корекції суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах складалася з орієнтаційно-діагностичного, корекційно-відновлювального, контрольного етапів та передбачала активізацію психологічних механізмів саморегуляції поведінки: відреагування почуттів, прийняття відповідальності за своє життя, самопізнання, як аналіз власних індивідуальних психологічних особливостей, усвідомленість індивідуального буття, підвищення самоцінності та самоповаги натомість пануванню стереотипів, актуалізацію потреб та мотивації до самовдосконалення, реорганізацію соціальних зв'язків.

Засвідчено позитивні зміни у конфігураціях змістовних характеристик особистісної диференціації суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах та зниження суїцидального ризику за всіма його індикаторами (емоційними, когнітивними, соціальними) за показниками констатувального (I етап) та формувального (II етап) експерименту. Зміни зафіксовано на статистично значущому рівні (див. табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка змін у конфігураціях змістовних характеристик особистісної диференціації суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах досліджуваних

Показники	I етап	II етап	G-критерій знаків (стандартизована статистика)
Соціальна інтроверсія	5,73	4,32	-2,845**
Закритість/відкритість	7,67	6,5	-2,412*
Внутрішня конфліктність	7,17	6	-2,667**
Самовпевненість	4,33	5,75	2,846**
Самокерівництво	4,33	5,67	3,175**
Самоприйняття	9	11,25	2,846**
Інтернальність у сфері досягнень	-1,76	3,3	2,846**
Інтернальність у сфері сімейних стосунків	-3,18	1,69	2,836**
Інтернальність у сфері міжособистісних стосунків	-0,24	4,68	2,578**
Цілі життя	19,25	20,83	2*
Процес життя	19,17	20,96	19,75*
Результативність життя	18,79	21,01	19,25*
Локус контролю – Я	13,25	16,17	3,015**
Локус контролю – життя	14,29	15,11	3,012**
Самоконтроль	35,75	39,58	2,475**
Прийняття відповідальності	4,5	5,75	3,015**
Втеча-унікання	7,61	6,49	-2,414*
Планування вирішення проблеми	5,92	6,64	3,015**
Позитивна переоцінка	8,74	7,53	3,126**

*Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$*

Встановлено, що у досліджуваних експериментальної групи покращився емоційний стан: зменшилися показники тривожності та депресії. Відбулися істотні зрушення у самосприйнятті. Взаємодія та особливості спілкування у групах призвели до підвищення відповідальності. Відбулося зростання показників відчуття сили «Я», спроможності протистояти обставинам та керувати своїм життям, спонтанності емоційних проявів та здатності до

самоповаги. Позитивні зрушення супроводжувалися підвищенням якості адаптивних індивідуально-типологічних (переважно когнітивно-стильових) особливостей (копінг-компетентність, самоповага, інтернальність локус контролю та ін.) (Zavatskyi & Piletska & Zavatska & Semenov & Blyskun & Blynova & Yaremchuk & Popovych, 2020).

Результати формувального етапу дослідження підтвердили позитивну динаміку змін у конфігураціях змістовних характеристик особистісної диференціації суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах, що дозволяє зробити висновок про доцільність використання диференційованої соціально-психологічної програми корекції як ефективного засобу надання психологічної допомоги.

Висновки. Виокремлено основні підходи до вивчення проблеми суїцидонебезпечних станів особистості: психоаналітичний, згідно з яким причини такої поведінки вбачаються у негативному ставленні особистості до зовнішнього світу, недоліки якого викликають агресивні дії і надалі змінюють свій напрям із зовнішнього на внутрішній; анатомо-морфологічний, за яким конституція тіла визначає риси характеру людини, а найбільш схильними до аутоагресії та суїциду є мезоморфи; гуманістично-феноменологічний, з методом психологічної автопсії, за яким таку поведінку розглядають з точки зору і в контексті феноменології; когнітивний, за яким в основі суїцидонебезпечних станів особистості знаходяться когнітивні спотворення, як-то дихотомічне мислення, схильність до глобалізації, наявність ригідних когнітивних схем та соціально-психологічний, згідно з яким суїцидонебезпечний стан є складним особистісним комплексом, що функціонує на різних рівнях, а структуру суїцидонебезпечного патерну особистості складають характерологічний, самооціночний, інтерактивний та соціально-перцептивний субблоки. Розроблено й апробовано диференційовану соціально-психологічну програму корекції суїцидонебезпечних станів особистості та її саморегуляції у міжособистісних конфліктах в умовах сучасного соціуму, побудовану на принципах еквівалентності, системності, перспективності, диференційованого прогнозування, динамічності та на засадах екзистенційно-гуманістичного, особистісно-орієнтованого, когнітивно-поведінкового, ресурсного і рефлексивного підходів. Ефективність розробленої програми доведена підвищенням здатності до регуляції емоційних проявів, зниженням показників соціальної інтроверсії, тривожності, депресивності, внутрішньої конфліктності; зростанням самоповаги та самоцінності; розвитком навичок саморефлексії та самопізнання, підсиленням життєвої активності та самореалізації; збільшенням інтернальності; зміною життєвих планів та перспектив у бік особистісного зростання, саморозвитку та прийняття відповідальності за своє життя; підвищенням спроможності протистояти обставинам та керувати своїм життям з

використанням ефективних механізмів психологічного захисту та конструктивних стратегій копінг-поведінки.

Література

1. Letiucha, L., Petrov, O., & Zavatskyi, V. (2019). Concept UNIVERSITY: Comparative Characteristics of Lexicographic and Psycholinguistic Portrait. *PSYCHOLINGUISTICS*, 26(2). Retrieved from <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-26-2-208-223>.

2. Popovych, I., Blynova, O., Zhuravlova, A., Toba, M., Tkach, T. & Zavatska, N. (2020). Optimización del desarrollo y psicorrección de expectativas sociales de estudiantes de filología extranjera. *Revista Inclusiones*. Vol: 7 num Especial, 82-94. <https://www.revistainclusiones.com/gallery/3%20vol%207%20num%20especial222%20enemar2020ncl.pdf>

3. Zavatskyi, V. Yu., Piletska, L. S., Zavatska, N. Ye., Semenov, O. S., Blyskun, O. O., Blynova, O. Ye., Yaremchuk, V. V. & Popovych, I. S. (2020). Systematic Rehabilitation of Student Youth with Post-Traumatic Stress Disorders under Conditions of the Armed Conflict in Eastern Ukraine. *Revista ESPACIOS*, Vol. 41(№6). Page 20. Retrieved from: <https://www.revistaespacios.com/a20v41n06/20410620.html>

4. Zavatskyi, Vadym; Zavatska, Nataliia; Spitska, Liana (2017). Peculiarities of coping behavior of young people and their anticipation skills in post-traumatic situations // SCIENCE AND EDUCATION, Issue 7, Published 2017, Page 136-141. (Web of Science) DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-7-22>

5. Zavatskyi, V. Yu., Piletska, L. S., Zavatska, N. Ye., Semenov, O. S., Blyskun, O. O., Blynova, O. Ye., Yaremchuk, V. V. & Popovych, I. S. (2020). Systematic Rehabilitation of Student Youth with Post-Traumatic Stress Disorders under Conditions of the Armed Conflict in Eastern Ukraine. *Revista ESPACIOS*, Vol. 41(№6). Page 20. Retrieved from: <https://www.revistaespacios.com/a20v41n06/20410620.html>

References

1. Letiucha, L., Petrov, O., & Zavatskyi, V. (2019). Concept UNIVERSITY: Comparative Characteristics of Lexicographic and Psycholinguistic Portrait. *PSYCHOLINGUISTICS*, 26(2). Retrieved from <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-26-2-208-223>.

2. Popovych, I., Blynova, O., Zhuravlova, A., Toba, M., Tkach, T. & Zavatska, N. (2020). Optimización del desarrollo y psicorrección de expectativas sociales de estudiantes de filología extranjera. *Revista Inclusiones*. Vol: 7 num Especial, 82-94.

<https://www.revistainclusiones.com/gallery/3%20vol%207%20num%20especial22%20enemar2020ncl.pdf>

3. Zavatskyi, V. Yu., Piletska, L. S., Zavatska, N. Ye., Semenov, O. S., Blyskun, O. O., Blynova, O. Ye., Yaremchuk, V. V. & Popovych, I. S. (2020). Systematic Rehabilitation of Student Youth with Post-Traumatic Stress Disorders under Conditions of the Armed Conflict in Eastern Ukraine. *Revista ESPACIOS*, Vol. 41(№6). Page 20. Retrieved from:

<https://www.revistaespacios.com/a20v41n06/20410620.html>

4. Zavatskyi, Vadym; Zavatska, Nataliia; Spitska, Liana (2017). Peculiarities of coping behavior of young people and their anticipation skills in post-traumatic situations // SCIENCE AND EDUCATION, Issue 7, Published 2017, Page 136-141. (Web of Science) DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2017-7-22>

5. Zavatskyi, V. Yu., Piletska, L. S., Zavatska, N. Ye., Semenov, O. S., Blyskun, O. O., Blynova, O. Ye., Yaremchuk, V. V. & Popovych, I. S. (2020). Systematic Rehabilitation of Student Youth with Post-Traumatic Stress Disorders under Conditions of the Armed Conflict in Eastern Ukraine. *Revista ESPACIOS*, Vol. 41(№6). Page 20. Retrieved from:

<https://www.revistaespacios.com/a20v41n06/20410620.html>

Zavatska N.Ye., Blynova O.Ye., Popovych I.S., Boyarin L.V., Piddubniak S.V.

MEANS OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF SUICIDABLE STATUS OF PERSONALITY AND ITS SELF-REGULATION IN INTER-PERSONALITY CONFLICTS

The article outlines the main approaches to the study of the problem of suicidal states of personality: psychoanalytic, according to which the reasons for such behavior are seen in the negative attitude of the person to the outside world, the disadvantages of which are aggressive actions and further change their direction from the outside to the inside; anatomical and morphological, according to which the constitution of the body determines the traits of a person's character, and the most prone to autoaggression and suicide are mesomorphs; humanistic-phenomenological, with the method of psychological autopsy, according to which such behavior is viewed from the point of view and in the context of phenomenology; cognitive, on which the basis of suicidal states of the person are cognitive distortions, such as dichotomous thinking, the tendency to globalization, the presence of rigid cognitive circuits and socio-psychological, according to which the suicidal state is a complex level, complex functional structure, suicidal pattern of personality are characterized by character, self-esteem, interactive and socially perceptive sub-blocks. The differentiated socio-psychological program of correction of suicidal states of personality and its self-regulation in interpersonal conflicts in the conditions of modern society is developed and tested. , resource and reflective approaches. The effectiveness of the developed

program is proved by the increase of the ability to regulate emotional manifestations, decrease of indicators of social introversion, anxiety, depression, internal conflict; increasing self-esteem and self-worth; development of self-reflection and self-knowledge skills, enhancement of life activity and self-realization; increased internality; changing life plans and perspectives towards personal growth, self-development and taking responsibility for one's life; increasing the ability to withstand circumstances and manage their lives through the use of effective psychological protection mechanisms and constructive coping behavior strategies.

Keywords: *personality, suicidal states of personality, suicidal risk, interpersonal interaction, conflicts, psychological correction.*

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля;

Попович Ігор Степанович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету;

Блинова Олена Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та соціальної психології Херсонського державного університету;

Боярин Лілія Володимирівна – кандидат психологічних наук, завідувач кафедри педагогіки, психології та теорії управління освітою Інституту післядипломної педагогічної освіти Чернівецької області.

Піддубняк Сергій Васильович – кандидат психологічних наук, м. Київ.