

# ОСОБЛИВОСТІ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ ТА ВИКОРИСТАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ

*Пономаренко І. О.*

Херсонський державний університет, [ivan.ponomarenko@university.kherson.ua](mailto:ivan.ponomarenko@university.kherson.ua)

*Науковий керівник: кандидат психологічних наук, доцент І. Р. Крупник*

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство все частіше стикається з проблемами, пов'язаними з масштабними катастрофами техногенного та соціального характеру. У нашій країні ситуація ускладнюється наявністю глибокої соціально-політичної кризи та економічною нестабільністю. Ці фактори сприяють зростанню випадків виникнення різноманітних надзвичайних ситуацій: аварій, вибухів, екологічних лих. Соціальні катастрофи – тероризм, військові конфлікти, насильство, нещасні випадки у побуті, що призводять до великої кількості людських жертв, визначають специфіку соціального розвитку сучасного суспільства. Серед психотравмуючих подібних ситуацій особливе місце займають військові локальні конфлікти.

**Метою статті** є теоретичне обґрунтування особливості критичного мислення та використання копінг-стратегій осіб юнацького віку.

**Виклад основного матеріалу.** У всьому світі є безліч вогнищ напруженості, що супроводжуються веденням активних бойових дій. Учасники локальних конфліктів зазнають запорогового за рівнем інтенсивності впливу факторів екстремальної обстановки, наслідками якого стає виникнення психічних та психосоматичних розладів.

Основна проблема, що виникає у зв'язку з утворенням та розвитком цих порушень, полягає в тому, що вони впливають на всі рівні людського функціонування (фізіологічний, особистісний, рівень міжособистісної та соціальної взаємодії) та призводять до виражених характерологічних змін та значною мірою визначають розвиток особистості.

Невтішна статистика наслідків впливу психотравматичних ситуацій – смертність, суїциди, патохарактерологічні та функціональні розлади, соціально-психологічна адаптація – показує необхідність надання комплексної допомоги учасникам бойових дій. У вітчизняній психології проблемі ПТСР довгий час не приділялося належної уваги, і лише останні десятиліття з'явилися поодинокі, вкрай розрізнені та суперечливі дослідження, присвячені різним її аспектам. Проте багато феноменів, що є більш приватними і специфічними питаннями генези пост-стресового розладу, поки що не представлені в числі добре вивчених і описаних проблем (Громова, 2015).

Однією з умов розвитку ПТСР виступають структури, пов'язані із соціально-психологічними особливостями особистості. Способи мислення, особливості характеристик розумових організацій значною мірою зумовлюють загальний настрій людини на психотравмуючу ситуацію. Отже, від того, як відбувається формування розумових дій, залежать і динаміка розвитку ПТСР, використання психологічних захистів, і особливості адаптації людини до навколишньої дійсності (Отич, 2013).

Істотна роль становленні особистості, у формуванні мислення відводиться процесу розвитку здібностей людини, у його здатності критично осмислювати свої дії, здійснювати їх аналіз та застосовувати набуті знання та вміння, що дозволяють їм активно розвиватися в сьогоденні та освоювати нові способи діяльності в майбутньому (Мороз, 2018).

Критичне мислення безпосередньо з адаптацією людини у суспільстві. Розвиваючи критичне мислення, людина по-новому дивиться на речі, відбувається нова оцінка події, що травмує психіку, формуються нові установки на майбутнє. Зовні це проявляється в тому, що змінюється ставлення людини до обстановки, що породила хворобу, хворобливі переживання втрачають значущість, актуальність (Отич, 2013). Емоційна напруженість, а водночас і психотравмувальна дія зберігаються, доки не

прийнято рішення, як діяти далі, не вибрано тверду лінію поведінки – «стратегію поведінки». І це можливо лише за розвитку критичного мислення.

Рівень критичного мислення визначає особливості ПТСР, зокрема, використання людиною психологічних захистів та копінг-стратегій. Дослідженнями доведено, що чим вищий у людини рівень критичного мислення, тим більше ймовірно, що він використовуватиме «вищі» психологічні захисти і тим легше адаптуватиметься в суспільстві. І навпаки, що нижчий рівень критичного мислення, то ймовірніше використання нижчих психологічних захистів і важчий процес адаптації. Тобто чим більш виражена в людини здатність аналізувати, порівнювати, осмислювати і розмірковувати, тим менше їй необхідно вдаватися до забування, що допомагає справлятися з нездійсненими або лякаючими бажаннями (Дем'яненко, 2013).

Високий рівень критичного мислення та виражені якості критичного мислення зумовлюють захисну поведінку, пов'язану з пошуком об'єктів, способів, можливостей задоволення потреб у душевному комфорті, а це є прояви активності людини. Копінг-стратегії утворюють цілісну систему, яка підтримує душевну рівновагу та дозволяє справлятися з труднощами та стресами (Жидецький, 2014). Найчастіше вони використовуються з метою збереження Я-концепції за необхідності вирішення внутрішніх конфліктів. Вони регулюють емоційні переживання суб'єкта, що супроводжують передбачення та очікування негативних результатів своїх дій. Цей захист «готовить» особистість до неуспіху чи невдач, знижуючи суб'єктивну значущість подій і тим самим зменшуючи травматичність негативних життєвих обставин.

**Висновки.** Теоретично дослідивши тему, можна зазначити, що рівень критичного мислення визначає перебіг посттравматичного стресового розладу та соціально-психологічну адаптацію за допомогою впливу його на використання копінг стратегій. Розглянуто, що чим вищий рівень критичного мислення, тим ймовірніше використання ним «вищих» психологічних захистів і тим легше він адаптуватиметься у суспільстві.

## Література:

1. Громова Н. М. Психологічні особливості установки на критичне мислення. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 10, Вип. 27. С. 80.
2. Дем'яненко Б. Т. Механізми психологічного захисту та копінг-стратегії в теорії і практиці корекційної та психотерапевтичної допомоги. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2013. Вип. 24. С. 282.
3. Жидецький Ю. Ц. Психолого-педагогічні аспекти формування критичного мислення студентів. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2014. Вип. 1. С. 111.
4. Мороз Л. Критичність мислення як чинник зниження рівня тривоги в умовах інформаційно-психологічної війни. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2018. Вип. 3. С. 33.
5. Отич Д. Д. Динаміка копінг-стратегій майбутніх психологів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Психологічні науки*. 2013. Вип. 114. С. 145.
6. Сінельнікова Т. В. Психологічні особливості вибору копінг-стратегій в юнацькому віці. *Наука і освіта*. 2015. № 3. С. 101.