

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни. Монографія. Вид. ЧНУ ім. Б. Хмельницького, Черкаси, 2022. 300 с.
2. Peseschkian, H. (2004). Salutogenetische Psychotherapie: Ressourcenorientiertes Vorgehen aus der Sicht der Positiven. *Psychotherapie. Psychotherapie Forum*. Austria: Springer-Verlag.
3. Peseschkian, H. (2000). Positive Psychotherapy; Theory and Practice of a New Method Paperback – March 1. 442 с.

Мирослав Савчин

доктор психологічних наук, професор,
Дрогобицький державний педагогічний
університет імені Івана Франка,
м. Дрогобич, Україна,
msavchun@gmail.com

Назар Поточняк

здобувач магістерського рівня вищої освіти
спеціальності «Психологія»,
Дрогобицький державний педагогічний
університет імені Івана Франка,
м. Дрогобич, Україна
nazar.potochnyak@gmail.com

ФУНДАМЕНТАЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗДОРОВОЇ МОРАЛЬНОЇ САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ

Здатність особистості діяти, відновлюватися та навіть зростати після впливу складних, проблемних, кризових, стресових та травмуючих ситуацій потребує духовного, морального, соціального, психологічного та фізичного ресурсів. Для вирішення поставлених проблем особистості необхідно задіяти найголовніший ресурс – Божественну присутність (милість Божу). Для цього особистості необхідно володіти здоровою моральною самооцінкою.

Предметом моральної самооцінки є моральна сфера особистості, її стиль життя, навіть способи збереження здоров'я, праця і побут, освіта та дозвілля, внутрішні переживання і зовнішні манери – все, що оцінюється з погляду критеріїв добра, обов'язку, гідності. Фундаментальним орієнтиром моральної самооцінки є сумління людини. Особливості моральної самооцінки залежить від індивідуально-психологічних особливостей особистості, її ціннісних орієнтацій, від повноти, глибини і точності знань моральних імперативів. Водночас моральне самооцінка — не лише фіксований підсумок морального самопізнання, але і неодмінна умова його здійснення.

У процесі метаметодологічного аналізу нами виявлено два типи моральної самооцінки, зокрема, соціальну моральну самооцінку та духовну моральну самооцінку. В першому типі особистість використовує світські (соціальні) критерії самооцінювання у сфері моралі (прийняті у суспільстві критерії, культивовані ідеали та норми, характеристики конкретних моральних вчинків тощо). На моральну самооцінку соціальної природи впливає соціальне очікування (моральні оцінки інших людей, очікувані моральні оцінки, реальні реакції інших людей на її поведінку).

Дослідники проблеми констатують, що фундаментальним орієнтиром морального самооцінювання є сумління людини, що відображає моральну відповідальність перед собою, як система моральних імперативів, як інтегральний мотив чинити за законами добра, справедливості, використовувати моральні критерії в самооцінюванні власної особистості. Констатується, що переживання сорому та докорів сумління не є ознакою слабкості, а навпаки, це почуття морально здорових людей.

Соціальна моральна самооцінка характеризується адекватністю-неадекватністю, рівнем (високий - низький), стійкістю – нестійкістю, критичністю-некритичністю, дієвістю (функційністю-нефункційністю). Характеристики соціальної моральної самооцінки надто залежать від оцінок інших людей, групи, в яких перебуває чи з якими взаємодіє особистість. Це зумовлює актуалізацію різнома-

нітних соціально-психологічних захисних механізмів спрямованих на утвердження власної гідності, підтримки високого рівня авторитету, доброї репутації, інколи зумовлює недоброзичливе ставлення до оточуючих (заздрощі, ревності, скритність, лукавство, хитрість, амбіції, мстивість, зловтіха тощо). Так, схильність до ідеалізації приводить до переоцінки своїх чеснот та недооцінки вад, раціонального обґрунтування негідних вчинків тощо. Навпаки, перебільшена довіра до упереджених зовнішніх негативних оцінок може призвести до морального недооцінювання власної поведінки, важких переживань, а то й комплексу неповноцінності.

За другого типу (духовної моральної) самооцінки особистість використовує абсолютні критерії самооцінювання, зокрема, духовні здатності вірити, любити, творити добро та боротися зі злом, бути вільним та відповідальним, надіятися на Бога, бути смиренним, каятися. У цьому випадку сумління людини – це внутрішня духовна інстанція моральної, в якій присутній Бог, де людина може слухати Його голос (напоумлення, настанови), це фундаментальний орієнтир в моральній самооцінці особистості, конкретних вчинків, дій, ставлень, позицій, оцінок тощо. Докори сумління допомагають особистості вибудовувати моральну ідентичність, яка поєднує його з іншими людьми та Богом.

Емпіричні дослідження (об'єктивне оцінювання експертів, аналіз життєдіяльності в цілісних життєвих ситуаціях, монографічне вивчення) осіб з високим рівнем духовно-морального розвитку показало, що їх моральна самооцінка характеризується адекватністю з тенденцією до зниження рівня (висока критичність), стійкістю, майже незалежністю від зовнішніх оцінок. Виявляється, що висока критичність (заниження) самооцінки не призводить до душевного дискомфорту, а призводить до її функційності (ефективної моральної саморегуляції поведінки та моральних стосунків, нейтралізації дії захисних механізмів).

Отже, особистість із здоровою моральною самооцінкою незалежна від оцінок інших людей, груп і навіть від поширених у масовій свідомості критеріїв, моральних ідеалів та моральних норм соціальної природи, бо вони, як правило,

суперечать абсолютним духовним цінностям віри, надії, любові, добра, свободи та відповідальності. Завдяки цьому вона активно протидіє негативним впливам оточення, надає допомогу собі та іншим людям.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Климишин О.І. Психологія духовності особистості: християнсько-орієнтований підхід. Івано-Франківськ: Гостинець, 2010. 440 с.
2. Савчин М.В. Духовна парадигма психології: монографія / Мирослав Савчин. К.: Академвидав, 2013. 224 с.
3. Савчин М.В. Духовний потенціал людини: монографія / М. В. Савчин. – 2-ге вид., переробл. і допов. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2010. 508 с.
4. Савчин М.В. Здатності особистості: монографія. К.: ВЦ. «Академія», 2016. 288 с.
5. Савчин М.В. Християнська терапія душі людини: методологічні засади. *Moderní aspekty vědy: LIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2025. str. 278. S. 112 – 127.*

Маргарита Старченко

здобувачка магістерського рівня вищої освіти

спеціальності «Психологія»,

Національний університет «Запорізька політехніка»,

м.Запоріжжя, Україна

elyomys@gmail.com

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ

Для умов війни характере специфічне поєднання хронічного та періодичних гострих стресів, які обумовлені усвідомленням небезпеки, власної та близьких людей, порушенням планів, втратою житла, роботи, необхідністю переїзду, розлукою, високим рівнем невизначеності. Ці фактори мають особливості, що сприяють переходу стресу у дистрес, який здатен спричиняти