

партнерів. Робота з внутрішніми протиріччями, розвиток емоційного інтелекту та навичок ненасильницької взаємодії — запорука подолання домашнього насильства. Для суспільства є критично необхідною розробка державних і громадських програм, що спрямовані на психологічну просвіту для створення здорового емоційного клімату в родині. Також важливо розробляти програми профілактики та психологічної підтримки, орієнтовані на внутрішню гармонізацію особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І.Д. Особистість у вимірах самореалізації. Київ: Либідь, 2012, 147 с.
2. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Харків: Фоліо, 2011, С. 119-123.
3. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Львів: Свічадо, 2008, 160 с.
4. Кочюнас Р. Основи психотерапії. Вільнюс: Поліграфія, 2009, С. 166-168.
5. Роджерс К. Погляд на психотерапію, становлення та особистість. Київ: Основа, 2003, С. 89-91.
6. Елліс А. Рационально-емоційна поведінкова терапія. Львів: Літопис, 2004, С. 74-77.
7. Bowlby J. Attachment and Loss. New York: Basic Books, 1988, p.120-123.
8. Walker L. The Battered Woman. New York: Harper and Row, 1979, p.55-60.

*Кільчицька Віта*

*Науковий керівник – доц. Свідерська Галина*

#### **АНАЛІЗ ОСНОВНИХ НАУКОВИХ ПІДХОДІВ ДО ТРАКТУВАННЯ ПРОБЛЕМИ ВЧИНКОВОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ**

Сучасний етап розвитку психологічної науки характеризується увагою до проблеми вчинкового потенціалу особистості як багатовимірного феномена, що визначає її здатність до самореалізації та конструктивної взаємодії із соціумом. Важливість цього питання обумовлена потребою розуміння механізмів, які забезпечують реалізацію особистістю свого потенціалу в складних умовах, зокрема в умовах нестабільності, стресу та кризи.

Багато дослідників вважають, що особистість найповніше й найяскравіше розкривається саме у вчинку. Вчинок трактується як дія, в якій поєднуються мотиви та наслідки, наміри й результати, цілі та засоби. Це — центральна й найглибша складова психіки, яка охоплює як суб'єктний, так і суб'єктивний виміри прояву людського в людині [2, с. 121]. Його також описують як "буття-подію" — процес, що переживається особистістю як автором і виконавцем, котрий повністю відповідає за його наслідки [1, с. 15]. Крім того, вчинок розглядається як універсальний психологічний принцип, що дає змогу осмислити сутність людини та світу як у пізнавальному, так і в практичному вимірах. За В. Роменцем, вчинок — це спосіб сутнісного самовираження особистості, акт її вольового вибору та творення моральних цінностей [7, с. 384].

Мета статті — проаналізувати основні наукові підходи до трактування вчинкового потенціалу особистості як багатовимірного феномена, що забезпечує її здатність до самореалізації та конструктивної взаємодії із соціумом, а також розкрити сутність, структуру та чинники розвитку цього потенціалу через осмислення понять «вчинок», «потенціал» і «вчинковий потенціал».

Одним із центральних понять у вітчизняній психології є поняття "вчинок", розгляду якого присвячено значну кількість наукових досліджень. Як зазначив В. Роменець, вчинок є «реальним зв'язком між психологією та різними аспектами культури» [6, с. 12]. Він розробив оригінальну концепцію вчинку в широкому гуманітарному контексті, започаткувавши в психології вчинкову парадигму, згідно з якою «вчинок стає не лише предметом, а й методичною основою для вивчення психіки» [там само, с. 13]. В. Роменець підкреслював, що «вчинок – це спосіб особистісного існування у світі» [1, с. 83]. Вчинок, як універсальний принцип самовідтворення буття, що об'єднує його найвищі цінності, дозволяє людині, яка вчиняє всією своєю суттю, стати по-справжньому «безсмертною» і долучитися до вічності» [5, с. 440].

Варто підкреслити, що вчинкова дія (синонімічний термін – «вчинковий акт») є лише одним з елементів структури вчинку, як описує це В. Роменець. Згідно з його визначенням, реальна структура вчинку складається з:

1. Ситуативного компонента (ситуація) – специфічне поєднання зовнішніх і внутрішніх умов, що викликають певну форму активності особистості, зокрема вчинкову активність.

2. Мотиваційного компонента (мотив) – власне властиве особистості первинне усвідомлення спонукаючого характеру ситуації, яке активізує певні мотиви вчинкової активності, призводячи до їх опозиції чи єдності; в результаті виникає мотивація вчинку – складне психологічне утворення, що поєднує ідеали, ідеї та сенси особистості щодо рішення в контексті ситуації, характеру дій, цілей і мети вчинкової дії.

3. Дійового компонента (дія) – комплекс реальних дій, спрямованих на ухвалення рішення щодо морального аспекту актуальної ситуації та його реалізацію; в результаті створюється вираження вчинкової активності особистості щодо ситуації. Психологічний контекст цього компонента охоплює поняття: «прийняття рішення», «ціль», «мета», «намір», «засіб дії», «спосіб дії», «результат» тощо.

4. Післядійового компонента (післядія) – комплекс розумово-перетворюючих дій особистості, націлених на вторинне усвідомлення змісту здійснених нею вчинкових дій, на оцінювання та осмислення їх результатів. Психологічний контекст цих явищ містить терміни: «рефлексія», «усвідомлення», «цінність», «значення», «смисл», «ідеал», «взірець», «досвід ціннісної творчості», «розвиток», «самовдосконалення» тощо [5].

У науковій літературі розрізняють кілька типів вчинкових структур, кожна з яких відображає певний етап життєвого шляху особистості:

– Зачаття і народження. На цьому етапі організм, попри свій психобіологічний рівень розвитку, вже не є просто біологічною формою існування. Йому притаманна певна суб'єктність, що передбачає відповідальність за власне становлення і збереження. Сам факт появи на світ значною мірою залежить від внутрішньої активності, здатності до опору та наполегливості.

– Самоствердження. Цей тип вчинку охоплює ранні вікові періоди – дитинство, підлітковість і юність. Він полягає у прагненні через творче протистояння зовнішньому світу утвердити власний статус як особистості. Йдеться про реалізацію внутрішньої інтенції шляхом накопичення потенціалу людського буття, ще без опори на моральні категорії істини, добра, краси чи героїзму.

– Самовизначення. Передбачає дистанціювання від батьківської родини – повне чи часткове. Особистість у цьому процесі намагається теоретично відповісти собі на ключові питання: «Хто я?», «Чого прагну?», «На що здатен?» – і перевіряє ці відповіді на практиці, у реальних діях.

– Самовивільнення. Це перехідний період між молодістю і зрілістю, своєрідне випробування на вчинкову зрілість. Людина починає рефлексивно осмислювати ситуацію, в якій перебуває, вивчає її передумови та можливі наслідки, оцінює прийнятність умов для реалізації своїх задумів. Основним критерієм вибору стає рівень свободи, доступної в даних обставинах.

– Самоздійснення. Тут поєднуються мотиваційні («хочу») та інструментальні («можу») компоненти діяльності. Вчинок, що реалізується на цьому етапі, є вільним, усвідомленим, творчим і відповідальним. Його результатом є внутрішнє відчуття гармонії із собою та світом. Це також сфера вчинків, пов'язаних із прагненням до істини, краси, любові та добра.

– Самозвітування. Цей вчинок пов'язаний із підбиттям підсумків життя. Він надає людині мудрості – здатності піднятися над плинним і вічним, усвідомити суть здобутків і втрат, відчуття гармонію з собою та всесвітом. На цьому рівні зникає трагізм остаточного прощання з життям завдяки усвідомленню ідеї повернення до себе, до буденності у її глибшому, сутнісному значенні як прояву вічності та безсмертя буття.

– Умирання. Процес прощання з життям, який завжди несе в собі трагізм, попри можливі раціональні пояснення чи психологічні захисти. Людина, усвідомлюючи втрату своєї особистісної цілісності, духовності та здатності до розвитку, може знецінити біологічну форму свого існування. Але, здійснюючи цей останній вчинок, вона прагне не допустити власного духовного занепаду.

– Шлях до безсмертя через вчинок. Це завершальний етап індивідуального життя, логічний підсумок особистісного становлення. Його продовженням стає пам'ять про людину в колективному несвідомому людства – у формі вдячного згадування тих, хто віддав своє життя служінню світу [5, с. 424-439].

Іншим важливим поняттям є «потенціал», яке використовується в різних наукових сферах, таких як психологія, педагогіка, економіка, фізика тощо. Згідно з тлумачним словником, термін «потенціал» означає можливість розвитку або використання чогось, а також наявність рис, які вже існують і можуть бути розвинути. Зарубіжні психологи досліджували поняття «потенціалу» через призму особистісних характеристик, таких як сили характеру та основні чесноти (К. Петерсен, М. Селінгман); психологічного благополуччя (К. Ріф);

поведінкових аспектів (Дж. Роттер); мотиваційних особливостей (Д. Берлайн); а також як психологічну силу, яка спрямовує суб'єкта до досягнення мети (К. Левін). У гуманістичній психології потенціал розглядається як особистісне утворення, яке підлягає реалізації або актуалізації в процесі розвитку, що відбувається природно. Кожна людина має потенціал, а індивідуальні відмінності проявляються в ступені його розкриття [4].

Вчинковий потенціал особистості трактується як динамічне, інтегроване утворення, що відіграє ключову роль у забезпеченні ефективності процесів індивідуалізації, соціалізації та професіоналізації людини. На думку Ж. Вірної, структура вчинкового потенціалу особистості обумовлена структурою самої особистості [3]. Дослідниця виділяє три основні блоки рис: особистісний, соціальний та діяльнісний. Особистісний блок охоплює інтереси, цінності, життєві цілі й завдання, а також потреби й мотиви поведінки. Соціальний блок включає характеристики темпераменту, риси характеру та особливості поведінкових реакцій. У свою чергу, діяльнісний блок стосується індивідуальних способів досягнення цілей і задоволення актуальних потреб.

Окрім зазначених, структура вчинкового потенціалу включає ще два блоки. Стильовий блок відображає властивості, що забезпечують здатність до саморегуляції поведінки під час реалізації особистісного потенціалу. Інструментальний блок містить риси, які відповідають за наявні ресурси особистості. До них належать природні задатки (які у процесі розвитку формують здібності), а також досвід, що виражається в знаннях, уміннях і навичках, набутих протягом життя.

Підсумовуючи вищезазначене, можна виділити ключові характеристики вчинкового потенціалу особистості: він постає як інтегрована системна якість, що включає сукупність індивідуально-психологічних рис; проявляється у процесі подолання несприятливих умов розвитку та сприяє психічній адаптації; визначається через успішність самореалізації у різних сферах діяльності (професійній, освітній тощо); пов'язаний з віковими та психологічними особливостями особистості, де власна активність виступає чинником, що регулює рівень реалізації можливостей; має два функціональні стани – потенційний і актуалізований, які підтримуються особистісними ресурсами.

Таким чином, вчинковий потенціал особистості виступає як цілісне динамічне утворення, яке визначає наявні ресурсні можливості для особистісного розвитку, здатність опановувати вчинкову поведінку та ефективно реалізовувати себе в різних сферах діяльності. Головною характеристикою цього феномена є його спрямованість на виведення особистості на новий рівень життєдіяльності, що сприяє її перетворенню та особистісному зростанню. Вчинковий потенціал проявляється у здатності долати несприятливі умови розвитку, забезпечуючи успішну психічну адаптацію, і є важливою складовою особистісного розвитку, який визначає здатність людини до трансформації та реалізації власного життєвого потенціалу.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Академік В. А. Роменець : творчість і праці : зб. ст. / упоряд. П. А. М'ясоїд; відпов. ред. Л.О. Шатирко. Київ : Либідь, 2016. 272 с.
2. Бродовська В. Й., Грушевський В. О., Патрик І. П. Тлумачний словник психологічних термінів. Київ : Професіонал, 2007. 512 с.
3. Вірна Ж. П. Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога : монографія. Луцьк : Вежа, 2003. 320 с.
4. Мілютіна К. Л. Траєкторії життєвого шляху особистості в динамічному середовищі : монографія. Ніжин : Аспект-Поліграф, 2012. 298 с.
5. Основи психології : підручник / за ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. Київ : Либідь, 1999. 632 с.
6. Роменець В. А. Вчинок і постання канонічної психології. Людина. Суб'єкт. Вчинок. Філософсько-психологічні студії / за ред. В.О. Татенка. Київ : Либідь, 2006. С. 11-36.
7. Роменець В. А. Вчинок і світ людини. Основи психології : підручник / за ред. О.В. Киричука, А.В. Роменця. Київ : Либідь, 1999. С. 383-402.

*Кучер Владислав*

*Науковий керівник – доц. Свідерська Галина*

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЙНОГО КОНФЛІКТУ  
ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У КОНТЕКСТІ ІНТЕГРАЦІЇ  
ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ**

Проблема адаптації військовослужбовців після завершення служби залишається однією з найбільш актуальних для сучасної України. Щороку до мирного середовища повертаються тисячі людей, досвід яких сформовано в умовах війни - із суворими правилами, дисципліною, структурованістю, з чіткою ідентичністю «військового». У мирному житті ці якості можуть опинитися поза запитом, а сам військовослужбовець - у стані розгубленості, психологічної напруги, внутрішнього розриву. Це явище в науці називають адаптаційним конфліктом - станом напруги, що виникає внаслідок труднощів пристосування до нових умов життя.

Мета статті: З'ясування психологічних особливостей адаптаційного конфлікту військовослужбовців, його чинників, проявів та шляхів подолання. Вивчення цього феномена дозволяє краще зрозуміти бар'єри, з якими стикаються військові після демобілізації, а також визначити напрями підтримки, які сприятимуть успішній інтеграції до цивільного суспільства.

Повернення з війни - це завжди зміна не лише соціального статусу, а й світогляду, стилю мислення, способу взаємодії з реальністю. Багато військових, опинившись у мирному середовищі, відчують втрату сенсу, відчуження, непотрібність, неможливість знайти своє місце [1]. Те, що було ефективним і необхідним у зоні бойових дій - рішучість, беземоційність, підпорядкованість наказу - в цивільному житті часто стає перешкодою у спілкуванні, працевлаштуванні, особистому житті.

Адаптаційний конфлікт - це внутрішня суперечність між звичними цінностями, нормами, поведінковими стереотипами військової служби та очікуваннями, реаліями, вимогами цивільного життя. За своєю природою цей конфлікт є психосоціальним і може включати емоційні труднощі (тривога, гнів, апатія), когнітивні дисонанси (невизначеність, сумніви,