

4. Moskalenko V.V. Sotsialna psihologiya. / V.V. Moskalenko - Kiïv: TSentr navchalnoi literaturi, 2005. – 624 s.

5. Petrunko O.V. Osoblivosti sotsializatsii u nestabilnih suspilstvah // Aktualni problemi psihologii. Zbirnik naukovih prats Institutu psihologii im. G.S.Kostyuka APN Ukraïni. – 2008. T. 15. CH. 2. – S. 117-124.

6. Sedih K.V. Psihologiya sim'i / K.V. Sedih. - Kiïv: Akademiya, 2017. – 192 s.

7. Sklyaruk A.V. Sotsializovalni mojlivosti sim'i // Problemyi sovremennoho pedagogicheskogo obrazovaniya. Ser.: Pedagogika i psihologiya. – 2015. Vip. 48. CH. 3. – S. 285-293.

**Склярук Анастасія Володимирівна** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Класичного приватного університету, м. Запоріжжя.

УДК 159:364.2:[923.3]

*Спицька Л.В.*

## **СИСТЕМНО-СИНЕРГЕТИЧНА МЕТОДОЛОГІЯ ЯК КОНЦЕПТУАЛЬНА ОСНОВА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ**

*В статті розкрито соціально-психологічні основи корекції афективних розладів в кризові періоди життя особистості зрілого віку. Визначено концептуальні основи розвитку та подолання афективних розладів в кризові періоди життя особистості зрілого віку на засадах системно-синергетичної методології, згідно з якою розвиток афективних розладів має нелінійну динаміку, траєкторія якої включає фрактали предиспозиції (сімейний дезонтогенез) та результату, а також латентний та ініціальний фрактали, як інтервали розвитку дисипативної системи з внутрішніми механізмами самоорганізації і саморозвитку й різноманітними траєкторіями руху у багатовимірному просторі життєвого шляху особистості зрілого віку, зокрема в його кризові періоди. Розкрито соціально-психологічні особливості тривожних та депресивних кластерів афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя, як найбільш поширених та суїцидонебезпечних. Проведено структурно-рівневий аналіз соціально-психологічних чинників афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя та здійснено їх диференціацію на макро-, мезо- та мікрорівнях. Розроблено та впроваджено соціально-психологічну систему корекції афективних розладів в кризові періоди життя особистості зрілого віку на первинному, базовому, корекційному і аналітичному рівнях (у фракталах предиспозиції, у латентному, ініціальному та результативному фракталах відповідно) з визначенням методологічних і змістово-процесуальних засад та основних складових її ефективної реалізації в напрямку адаптивного інжинірингу та моніторингу психічного здоров'я.*

*Ключові слова:* особистість зрілого віку, кризові періоди життя, афективні розлади, соціально-психологічні засоби корекції.

**Постановка проблеми.** Зміни у соціокультурній, економічній, політичній ситуації, що відбуваються в країні за останнє десятиліття, породжують нові реалії, які потребують наукового осмислення і якісно нових підходів до їх вивчення та практичного врахування. На сучасному етапі розвитку країни виняткового значення набуває наукове дослідження та вирішення соціально-психологічних аспектів проблеми відновлення психічного здоров'я особистості, пов'язаної зі значним зростанням розладів афективного спектру, які вкрай негативно впливають на якість життя, соціальну адаптацію людини та підвищують суїцидальний ризик, особливо в кризові періоди життя, зокрема у осіб зрілого віку. Тому проблема визначення детермінант та чинників, що впливають на виникнення та перебіг цих розладів під час вікових криз зрілості є особливо актуальною та затребуваною у часі. При цьому цілісний та системний погляд на означену проблему залишається поза увагою дослідників.

Актуальність тематики дослідження зумовлена й неоднозначністю в поняттєво-термінологічному тлумаченні категорій психічного здоров'я та психічних розладів. Крім того, відсутність загальних науково обґрунтованих підходів до вивчення проблеми афективних розладів у осіб зрілого віку ускладнює науковий пошук і, особливо, практичне забезпечення ефективної психокорекційної та психопрофілактичної роботи в цьому напрямку. Проте, афективні розлади є важливими факторами ризику виникнення різних форм залежної поведінки (Ю. Васюк, А. Гофман, Т. Довженко, Н. Завацька, Н. Максимова, К. Мілютіна та ін.), а депресивні і тривожні їх кластери виступають основними факторами ризику суїцидів (В. Войцех, Я. Гошовський, О. Лосієвська, С. Піддубняк, Ю. Поліщук, О. Сідоров, Г. Старшенбаум та ін.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Показано, що в основу аналізу проблеми психічного здоров'я особистості покладено біопсихосоціальний підхід, заснований на гуманістичній парадигмі, який відводить центральне місце особистості, якості її життя у соціумі, є підґрунтям практики сучасної психосоціальної роботи «людина-в-оточенні» (Г. Бевз, О. Блинова, Н. Бондаренко, І. Вашенко, Н. Завацька, А. Коваленко, Т. Комар, Ю. Швалб та ін.).

Визначено, що психічне здоров'я описується як стан благополуччя, в якому людина може реалізувати свої здібності, опановувати життєві стреси, продуктивно й плідно працювати тощо. Показано, що головними критеріями здорового психічного функціонування виступають усвідомлення неперервності, постійності та ідентичності власного фізичного і психічного «Я»; критичність до себе, власної психічної продукції (діяльності) та її результатів; відповідність (адекватність) психічних реакцій силі і частоті впливів середовища, соціальним обставинам та ситуаціям; спроможність управління поведінкою відповідно до

соціальних норм, правил, законів; можливість планувати власну життєдіяльність і реалізовувати плани; змінювати стиль поведінки залежно від зміни життєвих ситуацій та обставин. Наголошується, що психічне здоров'я включає суб'єктивне благополуччя, сприйняття самоефективності, автономію, компетентність, самореалізацію інтелектуального та емоційного потенціалу тощо (М. Андрос, А. Ребер та ін.) [1-6].

**Мета статті** – розкрити особливості системно-синергетичної методології як концептуальної основи психічного здоров'я осіб зрілого віку.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Встановлено, що у сучасній психології найпродуктивнішими науковими розробками в напрямі психічного здоров'я є такі методологічні платформи: *нормоцентричний* підхід (здоров'я вивчається як оптимальний рівень функціонування організму і психіки); *феноменологічний* підхід (проблеми здоров'я трактуються як варіації індивідуального способу буття в контексті суб'єктивної картини світу); *холістичний* підхід (забезпечується цілісне бачення проблеми як синтез фундаментальних суперечностей чи інтрапсихічних полярностей); *крос-культурний* підхід (здоров'я представлено як соціокультурна змінна); *дискурсивний* підхід (уявлення про здоров'я як продукт певного дискурсу); *аксіологічний* підхід (здоров'я як одна з основних ціннісних орієнтацій, універсальна людська цінність); *інтегративний* підхід (спроба інтегрувати в єдину концептуальну основу вивчення здоров'я на різних рівнях людського буття) тощо. Проведений аналіз досліджень показав доцільність методології системно-синергетичного підходу з урахуванням міждисциплінарних теоретичних та емпіричних моделей психічного здоров'я та розладів особистості, зокрема афективного спектру.

Дослідники в сфері психічного здоров'я (Л. Боргквіст, Т. Дерек, Дж. Кетті, Г. Маклеод, Р. Сандс, Д. Фергюссон, Л. Хансон та ін.) наголошують на тому, що відновлення психологічного та соціального функціонування особистості має відбуватися з опорою на збережену її частину засобами активізації її ресурсів на індивідуальному, сімейно-груповому та суспільному рівнях соціальної підтримки.

Констатовано, що наразі підтверджується складна багатофакторна природа афективних розладів і більшість провідних фахівців дотримуються системних біопсихосоціальних моделей, згідно з якими поряд із генетичними та іншими біологічними факторами важливу роль відіграють психологічні та соціальні чинники (А. Борисюк, І. Бурлакова, Л. Бурлачук, О. Кочарян, С. Максименко, В. Шебанова та ін.).

Теоретико-методологічною основою синтезу наукових знань в сучасній психології та психотерапії афективних розладів особистості є комплексний підхід, який передбачає інтеграцію знань в опорі на практичні завдання надання психологічної допомоги. Ефективними засобами синтезу знань про психологічні фактори розладів афективного спектру виступає багатофакторна модель розладів афективного спектру, що включає культуральний, сімейний,

особистісний та інтерперсональний рівні, а також модель сімейної системи, яка включає структуру, мікродинаміку, макродинаміку та ідеологію сім'ї (С. Волікова, Н. Гаранян, Т. Довженко, Н. Завацька, Г. Петрова, А. Холмогорова, Т. Юдєєва та ін.). Передбачається, що ряд цінностей сучасної культури – культ успіху і благополуччя, культ раціо- і стриманості є одними з психологічних факторів емоційного неблагополуччя. Зокрема, трансляція цих соціо-культуральних установок в сімейне середовище породжує особливий стиль сімейної взаємодії. На рівні індивідуальної свідомості культуральні стереотипи і сімейна ідеологія трансформуються в такі особистісні риси як перфекціонізм і ворожість, високий рівень заборони на відкрите вираження почуттів. Ці особистісні установки, в свою чергу, призводять до зниження рівня соціальної підтримки, самотності (Н. Кривоконь, О. Корнієнко, Б. Михайлов, С. Мінухін, Ч. Фішман, А. Холмогорова та ін.). Соціальні стреси також розглядаються як важливий фактор ризику розладів афективного спектру. Наголошується, що соціально-економічні потрясіння прямо позначаються як на життєдіяльності окремої особистості, так і на функціонуванні сімей, знижуючи можливості адаптації, приводячи до різних стресогенних подій у вигляді позбавлень, втрат, труднощів виживання (Г. Бєвз, П. Волошин, Н. Гаранян, Є. Гейко, Д. Гошовська, Ю. Гуревич, І. Козицька, Н. Кривоконь, О. Литвиненко, О. Максименко, І. Попович та ін.).

Встановлено, що існуючі підходи до психокорекції і психотерапії афективних розладів особистості переважно акцентували свою увагу на різних блоках факторів: культуральних (соціальний психоаналіз); сімейних (психодинамічна традиція і підходи, сфокусовані на інтерперсональних відносинах): особистісних (теорія об'єктивних відносин, когнітивна психотерапія, клієнт-центрована психотерапія); інтерперсональних (підходи, сфокусовані на інтерперсональних відносинах). З'ясовано, що реальний потенціал сучасних методів психокорекції і психотерапії афективних розладів особистості – у спільному підході до психологічної допомоги (О. Бондаренко, А. Борисюк, Є. Гейко, З. Ковальчук, К. Максименко, Н. Максимова, В. Підлубний, Л. Пілецька, О. Шевяков та ін.). Незважаючи на спектр емоційних й особистісних змін ситуативного характеру, які мають місце при впровадженні психокорекційних і психотерапевтичних програм, на підставі когнітивно-поведінкового, екзистенціально-феноменологічного, арт-терапевтичного підходів, а також на підставі культуро-відповідних методів консультативної роботи, зокрема, індивідуально-психологічного консультування, необхідними вбачаються поєднані методи психологічної допомоги. Така інтеграція методів підпорядкована практичним завданням і побудована на теоретично і емпірично обґрунтованих напрямках психологічної допомоги, є науково виправданою відповідно до сучасного розумінням психокорекції (О. Блинова, І. Бурлакова, В. Бочелюк, С. Васьківська, В. Заїка, В. Зарецький, Е. Юдін та ін.). Зокрема, конструктивною для психокорекції афективних розладів є інтеграція когнітивного і динамічного підходів з розробками про роль рефлексії у розвитку

емоційної саморегуляції (О. Богучарова, О. Бондарчук, М. Варій, І. Галецька, Я. Гошовський, О. Савченко, А. Холмогорова, О. Штепа та ін.).

Проте, показано, що численні визнання багатофакторності і полімодальності афективних розладів особистості поки не дозволили побудувати прийнятної концептуальної моделі їх розвитку та подолання, виокремити механізми патопластичності, інструментарій оцінки і прогнозу відповідних станів. Констатовано також, що у сучасній психологічній науці немає єдиної думки щодо визначення основних критеріїв психічного здоров'я особистості та її розладів, а найменш дослідженими є можливості психологічного супроводу та корекції афективних розладів у різні вікові та кризові періоди життя, зокрема у осіб зрілого віку. Саме тому провідним завданням запропонованого дослідження виступає концептуально-методологічне обґрунтування розвитку та подолання афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя, визначення дизайну соціально-психологічних корекційних програм.

Встановлено найбільш усереднені хронологічні межі зрілості – від 36 до 55 років, а також фази зрілості, які також розглядаються як критичні або кризові періоди зрілості.

Показано, що наразі зростає інтерес до психології особистості в цей віковий період. Проблемам розвитку особистості у зрілому віці, побудові її життєвого шляху присвячено низку психологічних досліджень (Н. Завацька, О. Кронік, Н. Логінова та ін.); розкрито стратегії та стилі життя особистості зрілого віку (К. Абульханова-Славська, Л. Сохань, В. Тихонович та ін.), питання особистісної й професійної самореалізації та пошуку сенсу життя (В. Чудновський та ін.), побудови життєвого світу (Ф. Василюк, Т. Титаренко та ін.), концепції життя, ментальної моделі, життєвого наративу (О. Сапогова, М. Смільсон, Н. Чепелева та ін.), її аксіогенезу (З. Карпенко та ін.), розвитку творчої активності (Н. Добровольська, В. Моляко, В. Ямницький та ін.).

Встановлено, що у сучасній психології реалізуються нові гуманістичні технології розвитку особистості зрілого віку, яка спрямована на самоздійснення (С. Максименко, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.), саморозвиток (Г. Балл, М. Боришевський, Л. Засєкіна, С. Кузікова, В. Моляко, В. Клименко, В. Олефір, М. Орап, О. Саннікова та ін.), на формування ефективних стратегій взаємодії та засобів самовизначення у соціальних відносинах (В. Васютинський, І. Ващенко, М. Гінзбург, Л. Заграй, Г. Ложкін, К. Мілютіна, І. Семенов та ін.), політичній сфері (С. Гарькавець, Т. Траверсе, Н. Хазратова та ін.), професійній діяльності (І. Бурлакова, Ж. Вірна, Т. Комар, А. Кононенко, В. Осьодло, Л. Пілецька, Л. Щербина та ін.). За сприятливих умов саме в цей віковий період особистість досягає такого рівня, коли стає спроможною конструктивно та ефективно керувати власним життям, робити відповідальні життєві вибори, самостійно вирішувати протиріччя життєдіяльності (Г. Абрамова, К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, Е. Еріксон, Г. Крайг, А. Реан, В. Чернобровкіна та ін.).

З'ясовано, що дискусійним науковому просторі залишається питання про кризи розвитку періоду зрілості і про їх нормативність. У сучасних підходах

відзначається єдність у тому, що розвиток і пов'язані з ним психофізіологічні, особистісні та соціально-рольові перебудови відбуваються протягом усього життя і найбільш інтенсивно в критичні, кризові або перехідні періоди. Однак більшість дослідників використовують ці поняття або як рядоположні (Л. Виготський), або користуються одним з наведених термінів. Це створює суттєві труднощі як при побудові періодизацій, так і для розуміння логіки розвитку дорослого, інтерпретації емпіричних даних. Констатовано, що одним із перших поняття «криза» і «критичний період» запропонував розділити О. Леонт'єв, де останній розуміється як перехід з однієї стадії розвитку на іншу, і пов'язаний з якісними змінами у розвитку, а «криза» трактується як негативне явище, свідомство не здійсненого своєчасно переходу. О. Сергієнко також трактує ці поняття як різні, де критичний період – це еволюційний період ієрархічної реорганізації системи, а вікова криза – їх наслідок, прояв нового у поведінці.

У дослідженні критичний період пропонується розглядати як нормативний період перебудови функціональних структур і системи відносин особистості зрілого віку. Поняття кризи, крім зрушень у розвитку особистості і функціональної перебудови, передбачає наявність певних негативних афективних станів і дезорганізації поведінки. В основі поняття «криза» лежить уявлення про розгортання соціально-психологічних протиріч, які є рушійними силами розвитку. Таким чином, поняття кризи розвитку включає інформацію про критичний період, як період перебудови сформованої системи; крім того, кризовий період являє собою й соціально-психологічне протиріччя, що супроводжується негативними переживаннями і можливою дезорганізацією поведінки внаслідок змін і перебудов, що відбулися у критичний період (який усвідомлюється і переживається особистістю). Поняття переходу існує у західних концепціях, де передбачається, що розвиток людини характеризується послідовністю важливих, очікуваних подій, які можна передбачити і стосовно яких можна будувати плани. Дослідники визначають «завдання розвитку» або «життєві завдання» для кожного підперіоду, що включають проблеми і цілі соціально-психологічного характеру. Модель переходу передбачає також певну психологічну перебудову особистості. Отже, поняття переходу використовується переважно в межах життєвого шляху особистості, і означає, по суті, критичний період життєвого шляху.

У даному дослідженні нас цікавили особистісні кризи, які викликані внутрішнім, природним і закономірним розвитком особистості. Для розуміння подальшого дослідження ми розглядаємо такі види криз даної категорії: вікові кризи, екзистенціальні кризи.

Констатовано, що глибина і сила переживання кризи залежать від низки чинників: рівня розвитку особистості (рівня розвитку свідомості); соціокультуральних особливостей, тобто особливостей соціуму, в яких перебуває дана особистість (моральні та етичні уявлення, соціокультурні установки, система цінностей, рівень розвитку суспільства тощо); особистісних і характерологічних особливостей, специфіки онтогенезу даної особистості; виду кризового стану;

соціально-психологічних характеристик (соціальний статус, референтні групи, сім'я тощо).

Встановлено, що значущість досліджень у цій галузі пов'язана з тим, що саме дорослі люди визначають ідеологічний, політичний, правовий стан суспільства, рівень його духовного, психічного та фізичного здоров'я. В зрілому віці особистість виходить на рівень кульмінаційного розвитку, здійснює вагомі життєві досягнення. Однак, попри значну увагу дослідників до різних психологічних аспектів цього найтривалішого вікового періоду соціально-психологічні аспекти афективних розладів у осіб зрілого віку в кризові періоди життя залишаються найменш дослідженими.

Визначено, що до афективного спектру належить низка розладів, які у сучасній класифікації виділено в окремі кластери. Це афективні розлади настрою, тривожні, депресивні і соматоформні розлади, посттравматичний стресовий розлад, деякі форми психосоматичної патології з переважанням психовегетативного компоненту, а також субклінічні стани у вигляді різних емоційних порушень. Наголошується, що серед розладів афективного спектру у осіб зрілого віку в кризові періоди життя найбільш значимими є депресивні і тривожні розлади. Тривожні розлади, поряд із депресивними, є одним з найсерйозніших чинників суїциду у осіб зрілого віку в період криз. Вони ведуть до значних психосоціальних порушень у вигляді трудової дезадаптації, міжособистісних проблем тощо.

З'ясовано, що наразі запропоновано психологічні моделі (Л. Кларк, А. Телеген, Д. Уотсон), які розводять тривожні і депресивні розлади за психологічними механізмами, які створюють відповідну базу для відмінностей у психокорекційних підходах. Згідно з зазначеною моделлю, депресія і тривожні розлади достовірно різняться за двома чинниками, а саме за факторами позитивного афекту (РА) і негативного афекту (НА). При цьому, якщо при депресивних розладах відзначаються високі показники за фактором НА і низькі за фактором РА, то для тривожних розладів характерним є підвищення значення за фактором НА, але значних відхилень від норми за фактором РА не відзначається. Крім того, якісний аналіз фактора НА показує, що для тривожних розладів більш характерний тривожний компонент, а для депресивних – печаль і апатія.

Підтверджено загальні психологічні чинники і їх подібний негативний вплив на соціальне функціонування осіб з депресивними і тривожними розладами: це, перш за все, подібні особливості раннього життєвого досвіду і особистісні риси (Дж. Браун, Т. Харрис, Б. Фергюсон та ін.). Проте, поза увагою дослідників залишилося виокремлення і диференціація соціально-психологічних чинників афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя на макро-, мезо- та мікрорівнях.

Наголошується, що конструктивною методологічною основою, яка не суперечить критеріям діагностики і психотерапії розладів афективного спектру у осіб зрілого віку в кризові періоди життя, є мультидисциплінарна синергетична

методологія (синергетика), яка надає можливість подолати діагностичну і прогностичну невизначеність в структурі зазначених розладів. Саме методологія синергетики дозволяє запропонувати нові концептуальні підходи для вирішення багатьох складних проблем психічного здоров'я (В. Підлубний). Синергетичний підхід представлено тривимірними векторами біопсихосоціальної моделі: сомато-, психо- і соціогенезу. Соматогенез передбачає розвиток систем і функцій організму; психогенез – розвиток психічних функцій; соціогенез – розвиток соціальних ролей і відносин (Дж. Енгель). При цьому життєвий шлях розглядається як низка подій, між якими складається неієрархічний зв'язок, а кризові періоди життя постають як ризомна численних варіантів вибору нових траєкторій. Застосування понятійно-термінологічного апарату синергетичної методології у дослідженнях соціально-психологічного напрямку дозволяє з'ясувати загальні процеси у міждисциплінарному дискурсі, визначити у них нові контексти, досягнути перспективи розвитку нового психологічного знання (В. Шебанова), зокрема, щодо розвитку афективних розладів особистості зрілого віку в кризові періоди життя.

Згідно системно-синергетичній концепції, запропонованій у дослідженні, розвиток афективних розладів має нелінійну динаміку, траєкторія якої включає фрактали предиспозиції (сімейний дезонтогенез) та результату, а також латентний та ініціальний фрактали, як інтервали розвитку дисипативної системи з внутрішніми механізмами самоорганізації і саморозвитку та різноманітними траєкторіями руху у багатовимірному просторі життєвого шляху особистості зрілого віку, зокрема в кризові періоди життя. Фрактальна динаміка розглядається як перехід системи з одного можливого стану в інший через біфуркацію, минаючи яку, дисипативна структура починає прагнути до нового аттрактору і нової структури, що відповідає розвитку афективних розладів або їх запобіганню та подоланню – в залежності від того який аттрактор виявляється більш актуальним.

Відзначається, що переважна більшість як зарубіжних, так і вітчизняних досліджень щодо афективних розладів, зокрема тривожного і депресивного спектру, були присвячені вивченню окремих факторів їх виникнення та перебігу; комплексні дослідження у психологічному науковому просторі майже не представлені. Водночас, більшість таких досліджень були проведені на дитячій та підлітковій вибірці. У зв'язку з цим подальші емпіричні студії були спрямовані на вивчення специфіки тривожних та депресивних кластерів афективних розладів, як найбільш поширених та суїцидонебезпечних у кризові періоди життя особистості зрілого віку.

**Висновки.** Встановлено, що системно-синергетична методологія не суперечить наявним критеріям діагностики і корекції розладів афективного спектру та надає можливість подолати діагностичну і прогностичну невизначеність в структурі зазначених розладів. Констатовано, що саме методологічні основи системності та синергетики дозволяють запропонувати нові концептуальні підходи для вирішення багатьох складних проблем



психічного здоров'я особистості. Зокрема, згідно синергетичній концепції розвиток афективних розладів має нелінійну динаміку, траєкторія якої включає фрактали предиспозиції (сімейний дезонтогенез) та результату, а також латентний та ініціальний фрактали, як інтервали розвитку дисипативної системи зі своїми внутрішніми механізмами самоорганізації і саморозвитку, різноманітними траєкторіями руху у багатовимірному просторі життєвого шляху особистості. Фрактальна динаміка розглядається як перехід системи з одного можливого стану в інший через біфуркацію, минаючи яку, дисипативна структура починає прагнути до нового аттрактору і нової структури, що відповідає розвитку афективних розладів або їх запобіганню та подоланню – в залежності від того, який аттрактор виявляється більш актуальним.

Показано, що проєкція векторів докладання системно-синергетичної методології на вивчення афективних розладів особистості розширює сферу застосування спеціальних знань, спрямовуючи їх на ситуації, які ще не стали проблемою клінічного змісту. Це сприятиме вдосконаленню технологій системного моніторингу психічного здоров'я особистості в цілому, скринінгу його факторів і ресурсів; професіоналізації профілактичної та моніторингової діяльності фахівців; багатоваріативності траєкторій корекційно-профілактичних та реабілітаційних заходів; оцінки якості життя і соціального функціонування особистості, що у підсумку забезпечить як можливість запобігання розладів афективного спектру, так і отримання більш високих результатів щодо зміцнення психічного здоров'я, що є конче актуальним та затребуваним для осіб зрілого віку в кризові періоди життя. Визначено, що корекція афективних розладів у цієї категорії досліджуваних, зокрема на фазах латентного та ініціального фракталів, має здійснюватися з урахуванням соціально-психологічних чинників таких розладів на макро-, мезо- та мікрорівнях. Показано, що поглибленого емпіричного вивчення потребують кластери тривожних і депресивних афективних розладів, як найбільш поширених та суїцидонебезпечних у кризові періоди життя особистості зрілого віку.

### Література

1. Блинова О.Є. Соціокультурні та психологічні вектори становлення особистості : монографія [Текст] / від. ред. О.Є. Блинова. – Херсон : Вид-во ФОП Вишемирський, 2018. – С. 6 – 29.
2. Бохонкова Ю.О. Системність на синергетизм як основа реалізації випереджальних стратегій поведінки особистості в умовах трансформаційних змін сучасного соціуму / Ю.О. Бохонкова // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. – № 2(37). – *Северодонецьк* : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2015. – С. 104 – 157.
3. Вашенко І.В. Досвід міждисциплінарного дослідження розвитку цілісної особистості в контексті соціально-економічних криз / І.В. Вашенко,

О.І. Власова, І.В. Данилюк, В.Л. Щербина // Психологія і особистість. – 2016. – № 2 (10). – Ч. 1. – С. 116 – 127.

4. Завацька Н.Є. Дослідження адаптаційного потенціалу особистості / Н.Є. Завацька // Вісник Харківського нац. ун-ту ім. В.Н. Каразіна. – 2003. – № 599. – С. 98 – 101. – (Серія: Психологія).

5. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості як вагомий чинник демографічної ситуації. Демографічна ситуація в Карпатському регіоні: реальність, проблеми, прогнози на XXI століття / Л.М. Карамушка, М.Є. Андрос // Тези міжнар. наук.-практ. конф. – Чернівці. – К. ; Чернівецький держ. ун-т ім. Ю. Федьковича, 1996. – С. 370 – 372.

6. Комар Т.В. Соціальна зрілість особистості як чинник її становлення / Т.В. Комар // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка ; Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – Вип. 34. – Кам'янець-Подільський : Аксиома, 2016. – С. 200 – 211.

### Транслітерація

1. Blinova O.Є. Sotsiokulturni ta psihologichni vektori stanovlennya osobistosti : monografiya [Tekst] / vid. red. O.Є. Blinova. – Herson : Vid-vo FOP Vishemirskiy, 2018. – S. 6 – 29.

2. Bohonkova YU.O. Sistemnist na sinergetizm yak osnova realizatsii vperedjalnih strategiy povedinki osobistosti v umovah transformatsiy nih zmin suchasno go sotsiumu / YU.O. Bohonkova // Teoretichni i prikladni problemi psihologii : zb. nauk. prats Shidnoukraïnskogo natsionalnogo universitetu im. V. Dalya. – № 2(37). – Severodonetsk : Vid-vo SNU im. V. Dalya, 2015. – S. 104 – 157.

3. Vaschenko I.V. Dosvid mijdistsiplinarnogo doslidjennya rozvitku tsilisnoï osobistosti v konteksti sotsialno-ekonomichnih kriz / I.V. Vaschenko, O.I. Vlasova, I.V. Danilyuk, V.L. SCherbina // Psihologiya i osobistist. – 2016. – № 2 (10). – CH. 1. – S. 116 – 127.

4. Zavatska N.Є. Doslidjennya adaptatsiy nogo potentsialu osobistosti / N.Є. Zavatska // Visnik Harkivskogo nats. un-tu im. V.N. Karazina. – 2003. – № 599. – S. 98 – 101. – (Seriya: Psihologiya).

5. Karamushka L.M. Psihichne zdorov'ya osobistosti yak vagomiy chinnik demografichnoï situatsii. Demografichna situatsiya v Karpatskomu regioni: realnist, problemi, prognozi na HHI stolittya / L.M. Karamushka, M.Є. Andros // Tezi mijnar. nauk.-prakt. konf. – CHernivtsi. – K. ; CHernivetskiy derj. un-t im. YU. Fedkovicha, 1996. – S. 370 – 372.

6. Komar T.V. Sotsialna zrilist osobistosti yak chinnik її stanovlennya / T.V. Komar // Problemi suchasnoï psihologii : zb. nauk. prats Kam'yanets-Podilskogo nats. un-tu imeni Ivana Ogiienka ; In-tu psihologii imeni G. S. Kostyuka NAPN Ukraini. – Vip. 34. – Kam'yanets-Podilskiy : Aksioma, 2016. – S. 200 – 211.

**Spytska L.V.**

## **SYSTEMIC-SYNERGETIC METHODOLOGY AS A CONCEPTUAL BASIS OF MENTAL HEALTH FOR EYES**

*The article reveals the socio-psychological foundations of the correction of affective disorders in the crisis periods of the life of the person of the mature age. Socio-psychological features of anxiety and depression clusters of affective disorders are revealed in life crisis periods of a mature-age individual as the most common and suicide-dangerous. The structural-level analysis of socio-psychological factors of affective disorders in life crisis periods of a mature-age individual was conducted and their differentiation at the macro-, meso- and micro-levels was carried out.*

*Socio-psychological correction system for affective disorders in life crisis periods of a mature-age individual is developed and implemented at the primary, baseline, correctional and analytical levels (in fractals of pre-disposition, in latent, initial and effective fractals, respectively) with the definition of methodological and substantive procedural principles and the main components of its effective implementation in the direction of the mental health adaptive engineering and monitoring.*

**Key words:** *a mature-age individual, life crisis periods, affective disorders, socio-psychological means of correction.*

**Спицька Ліана Вікторівна** – кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля, м. Сєверодонецьк.

УДК 159.92

**Українець Л.П.**

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ САМООБМЕЖЕННЯ МОЛОДІ У ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

*В статті розкрито соціально-психологічні особливості прояву самообмеження молоді у життєдіяльності. Обґрунтовано специфіку організації емпіричної частини дослідження, представлено методичний апарат, умови проведення та психологічний аналіз результатів дослідження. За результатами дослідження визначено, що існує цілісна ієрархізована система самообмеження, що характеризується феноменологічними проявами на різних поведінкових рівнях. Втім ступінь розвитку рівнів самообмеження (концептуального, тактичного й операційного) суттєво визначає характер таких параметрів особистості: стійкість стосовно зовнішніх стресогенних чинників; надійність як партнера в професійній взаємодії; успішність діяльності. Проте детермінація самообмеження здійснюється за допомогою трьохрівневої системи чинників: макросоціальних, мікросоціальних і особистісних. Варто відзначити, що індивідуальний стиль діяльності й спілкування, відповідальність є проявами рівня сформованості самообмеження, що визначають становлення та особистісне*