

8. Психологічні *особливості студентського віку. На допомогу кураторам / укладачі: Л. М. Яворовська, Р. Ф. Камишнікова, О. Є. Поліванова, С. Г. Яновська, С. М. Куделко. Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2013. Вип. 3. 88 с.*
9. Семенча Л. Г. , Шевякова Н. Л. Особливості впливу соціально-психологічних чинників тривожності на рівень сформованості мотивації досягнення студентів педагогічного коледжу. *Розвиток професійної майстерності педагога в умовах нової соціокультурної реальності : збірник матеріалів IV Міжнародної науково-практичної конференції.* Тернопіль. 2021. С. 381–385.
10. Ясточкіна І.А. Прояви тривожності серед студентської молоді. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки.* 2014. № 1. С. 173–180.

КОЛІРНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК РЕСУРС ЇЇ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

Литвин-Кіндратюк С.Д.

*Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
lytvynkindr@ukr.net*

Проблема життєстійкості особистості в умовах російсько-української війни передбачає врахування різноманітності ресурсів її збереження та збагачення. У студіях зарубіжних та українських психологів феномен життєстійкості аналізується найперше в аспекті його структури та різновидів, тісного зв'язку з життєздатністю та у вимірах пошуку відмінностей якостей особистості, що є основою життєвої стійкості та процесуальних характеристик набуття цієї здатності. Водночас завдяки застосуванню енвайронментального підходу до вивчення цього феномену варто окреслити нові аспекти аналізу життєстійкості, де розгляд фокусується на врахуванні характеру екзистенції особистості, ландшафту її існування, його повсякденного чи екстремального модусу. При цьому виявляється, що існують ще мало враховані аспекти екосоціальних ситуацій, в яких особистість здатна відновлювати свій емоційний ресурс, зокрема йдеться про те, що будь-яке наше існування має яскравий колірний акцент, насичене тло й емоційний тон. На думку знаного українського дослідника Б. Базими багатофункціональність кольору робить його унікальним засобом вивчення емоційної сфери [4].

Аналізуючи багатство елементів сприймання та залучення особистості до різноманітних соціокультурних та екосоціальних ситуацій, що характеризуються узгодженим чи неузгодженим характером взаємодії, дослідників дедалі частіше зацікавлює вплив та зміст культурної колірної символіки, індивідуальна психофізіологічна здатність до колірної розрізненості, характер колірної емоційної пам'яті. Ці феномени володіють потенціалом узгодження перцептивної та емоційної сфери у вимірах їх оптимізації та досягнення почуття піднесеності й благополуччя, переживання повноти буття. Одним з найбільш складних виявів колірної досвіду слід вважати колірну компетентність

особистості, розвиток якої зазвичай пов'язують зі становленням особистості професіонала на теренах пластичних мистецтв, розвитком візуального мислення мистця тощо (С. Симоненко) [2].

Водночас взаємозв'язок кольору та емоцій у житті будь-якої пересічної людини є багаторівневим. У книзі «Мистецтво й зорове сприймання» Р. Арнхейм зазначав, що людина кінця ХХ століття пережила своєрідний «візуальний ренесанс», адже віднині вона володіє набагато більш диференційованим зоровим сприйманням [3]. Відомо, що кольори та їх поєднання є символами емоцій, їхнім зовнішнім втіленням, певною формою. Також емоційний стан людини впливає на ситуативне ставлення до кольору (змін колірних переваг та чутливості). Приміром частина людей виявляє значну зацікавленість у сприйманні та поцінуванні тонкощів кольорів. Відтак зрозумілими стають такі слова та словосполучення: абрикосовий, амарантовий, аметистовий, бордо, крицевий, фуксія чи мокрий асфальт, гірчичний, грушевий чи вишневий та багато інших кольорів.

Візуальне середовище – це середовище світлових стимулів (окремих властивостей), кольорів, освітлення, цілісних форм та просторових образів, яке виникає при дії цієї інформації на рецептори зорового аналізатора. Проте урбанізація часто надає йому рис монотонності, стереотипності, безбарвності (монохромності), тому середовище може виявитися як колірно збагаченим, так і збідненим. Звідси розрізнення двох видів візуального середовища, з одного боку, дружнього для людини (гармонійного, естетизованого) й за яким людина відчуває тугу, з другого боку, візуального середовища, що відзначається негативним впливом (так звані агресивні візуальні поля). Такими неприродними за своїм походженням полями володіють гомогенні архітектурні побудови (типова забудова), або монотонні об'єкти (паркани, стіни, асфальтове покриття тощо), ще більш агресивними та травмівними для сприймання особистості виявляються пошкоджені внаслідок ворожого нападу природні та міські ландшафти, знищені міські квартали, будівлі, історичні й сакральні споруди тощо. Загалом вчені вважають, що сучасній особистості властива туга за повнотою візуального середовища. Важливою складовою покращення благополуччя особистості слід вважати її колірну компетентність, оскільки на її основі якої вона здатна досягати більшої повноти існування у візуальному аспекті, з врахуванням наявного рівня хроматизації та ахроматизації та своїй здатності конструювати більш збагачене колірне середовище.

Відомо, що колір характеризується тоном, світлістю та насиченістю. Нині існує ціла низка міждисциплінарних теорій, що пояснюють вплив кольору на психологію людини. Дослідники часто вказують на те, що в природі є набагато більше кольорів, а ніж фарб, до того ж природні кольори відрізняються градаціями, нюансами, відтінками. В природних умовах градацій є в 100-2000 разів більше, ніж ми бачимо на пофарбованих поверхнях. Водночас фарб також створюється чимало. Часто вони мають свої особливі назви. Приміром охра, краплак, умбра, сепія, ультрамарин, кадмій та багато інших.

Колір сучасні вчені аналізують в найрізноманітніших аспектах : сакрально-релігійному, крос-культурному, соціально-психологічному, психолого-історичному тощо. Так, значний інтерес у сучасних істориків та психологів викликав науковий проект сучасного французького медієвіста М. Пастуро, який став автором цілої низки праць з проблем історії кольору, зокрема українські читачі мали можливість ознайомитися з його працею «Кольори моїх споминів» [1]. Відомо, що ще Й. Гете розрізняв «позитивні» кольори – жовтий, червоно-жовтий (помаранчевий), жовто-червоний та «негативні» синій, червоно-синій (бузковий), синьо-червоний. Він вважав, що кольори першої групи створюють бадьорий, живий, діяльний настрій, а другої – неспокійний, м'який та сумний. Зелений колір поет відносив до «нейтральних». Загалом проблематики філософії кольору у ХІХ столітті набула неабиякої гостроти, згадаємо приміром праці В. Шеллінга «Філософія мистецтва» чи А. Шопенгауера «Про зір та кольори».

В психології нині найбільш дослідженим є особистісний рівень сприймання та аналізу кольору, вивчення якого дозволяє здійснювати як колірну психодіагностику, так і колірну психокорекцію (існує ціла низка методик колірної психодіагностики). Йдеться про вивчення характеру індивідуальних уподобань в світі кольорів, особливості бачення, ставлення, тип особистості, зрештою колірну компетентність особистості, яка має як соціокультурну, так і професійну зумовленість. Проте йдеться переважно про ставлення особистості до окремого кольору, або певної його градації, ієрархії типових основних та додаткових кольорів, що артикулює оптичний та емоційний вплив на особистість. Не меншу увагу викликає вивчення психофізіологічний рівень аналізу кольору. Б. Базима наголошує на двох станах організму та функціональних особливостях діяльності нервової системи та вищої нервової діяльності. Активація симпатичної нервової системи покращує розрізнення синього та зеленого, а активація парасимпатичної нервової системи – червоного та жовтого. Так, в стані «боротьби» та «втечі» він потребує більше «синьо-зеленої гами», натомість у стані спокою та відновлення відчувається зростання потреби в активних червоно-жовтих тонах [4].

Водночас у сучасних студіях ми ще не знаходимо аналізу колірної картини світу пересічної особистості або учасника арт-терапевтичних сесій та ймовірних шляхів збагачення індивідуальної палітри, оскільки поцінування колірної картини світу є прерогативою фахівців у цій сфері, які володіють достатньо сформованою колірною мистецькою компетентністю й опираються на індивідуальне колірне бачення та власну манеру його відтворення. Тому на разі зазвичай ми все ще говоримо про ставлення людини до того чи іншого окремого кольору та його застосування в побутових чи арт-терапевтичних практиках.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Пастуро М. Кольори наших споминів; пер. з фр. А. Рєпи, Київ: Ніка-Центр; Львів: Видавництво Анетти Антоненко, 2020. 232 с.

2. Симоненко С. Психологія візуального мислення: дис... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Харків, 2005.

3. Arnheim R. Art and Visual Perception: A Psychology of the Creative Eye. University of California Press, 1974, 508 p.

4. Bazima V. Color and psyche. Monograph. ХГАК. Kharkiv, 2001. 204p.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У

ПРАЦІВНИКІВ МЕДИЧНОГО ПРОФІЛЮ

Литовка В.В., Біланов О.С., Свінцицька Н.Л.,

Білаш В.П., Гринь В.Г., Білаш С.М.,

Лисаченко О.Д., Каценко А.Л.

Полтавський державний медичний університет

v.lytovka@pdmu.edu.ua, oleg27bilanov@gmail.com, n.svintsytska@pdmu.edu.ua,

v.bilash@pdmu.edu.ua, v.hryn@pdmu.edu.ua, s.bilash@pdmu.edu.ua,

o.lysachenko@pdmu.edu.ua, a.katsenko@pdmu.edu.ua

Біланова Л.П.

*Фаховий медико-фармацевтичний коледж Полтавського
державного медичного університету*

bilanova.lara@gmail.com,

Сербін С.І.

Донецький національний медичний університет
serbins739@gmail.com

Питання емоційного вигорання особистості в процесі сумлінного виконання посадових обов'язків або здійснення професійної діяльності набула своєї актуальності ще у ХХ столітті, коли масового розповсюдження набули соціальні служби, фахівці яких у процесі щоденної емоційно насиченої взаємодії з клієнтами через певний проміжок часу ставали емоційно спустошеними, агресивними та відстороненими. Науковці провели низку досліджень та експериментів, у ході яких з'ясували, що особи, які працюють у системі «людина-людина» є схильними до виникнення своєрідного професійного стресу – «стресу спілкування», який в поєднанні з іншими професійними стресами, призводить до виникнення так званого «синдрому емоційного вигорання». На даний момент не втрачає своєї актуальності накопичення потужного арсеналу знань науковцями, який присвячений вивченню особливостей формування та розвитку емоційного вигорання у фахівців, що працюють у системі «людина-людина». Серед яких, найбільш дослідженим напрямком є розгляд професійної діяльності медичних працівників різних спеціалізацій [5].

До числа одного з перших дослідників, які займалися дослідженням проблематики емоційного вигорання належить В.В. Бойко, який є прибічником розгляду емоційного вигорання особистості в контексті теорії стресу та загального адаптаційного синдрому. Як результат, під емоційним вигоранням