

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»

Факультет соціальних наук
(повне найменування факультету)

Психологія
(повне найменування кафедри)

Пояснювальна записка

до дипломного проекту (роботи)

магістр
(ступінь вищої освіти)

на тему Дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців
(назва теми)

Виконав(ла): студентка 2 курсу,
групи СНз-112м

Спеціальності 053 Психологія
(код і найменування спеціальності)

Освітня програма (спеціалізація)

Психологія

ЄГОРОВА А.В.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Керівник КУЗЬМІН В.В.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

Рецензент КУДІНОВА М.С.
(ПРИЗВИЩЕ та ініціали)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Запорізька політехніка»
(повне найменування закладу вищої освіти)

Факультет соціальних наук
Кафедра «Психологія»
Ступінь вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
(код і найменування)
Освітня програма (спеціалізація) Психологія
(назва освітньої програми (спеціалізації))

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

«01» вересня 2023 року

З А В Д А Н Н Я
НА ДИПЛОМНИЙ ПРОЕКТ (РОБОТУ) СТУДЕНТКИ

ЄГОРОВА Аліна Володимирівна

(ПРІЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

1. Тема проекту (роботи) Дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців

керівник проекту (роботи) к.соц.н., доцент КУЗЬМІН Віктор Володимирович
(науковий ступінь, вчене звання, ПРІЗВИЩЕ, ім'я, по батькові)

затверджені наказом закладу вищої освіти від « 01 » вересня 2023 року № 331

2. Строк подання студентом проекту (роботи) «22» грудня 2023 року

3. Вихідні дані до проекту (роботи) 82 сторінки, 16 таблиць, 13 рисунків, 80 джерел, 2 додатки

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) проаналізувати аспекти дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців. Провести емпіричне дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців. Розробити заходи із підвищення мотивації до реабілітації.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень) Рисунок 1.1 Структура та стадії процесу мотивації. Рисунок 1.2 Модель процесу мотивації до реабілітації ВПО. Таблиця 2.1 Результати діагностики видів установок (мотивів) вимушених переселенців до реабілітації. Рисунок 2.1 Головні чинники мотивації ВПО до реабілітації. Таблиця 2.2 Співвідношення цінностей вимушених переселенців на основі більшої значущості, більшої привабливості у різних життєвих сферах. Констатуючий етап. Рисунок 2.2

Співвідношення життєвих цінностей вимушених переселенців. Таблиця 2.3
Рівень розвитку адаптованості особистості переселенців. Рисунок 2.3 Розвиток
адаптованості вимушених переселенців. Таблиця 2.4 Результати математичної
обробки даних (А). Таблиця 2.5. Рівень суб'єктивного психологічного
благополуччя (РСПБ) вимушених переселенців. Рисунок 2.4 Рівень
суб'єктивного психологічного благополуччя вимушених переселенців. Таблиця
2.6. Результати математичної обробки даних (РСПБ). Таблиця 2.7. Рівень
самооцінки ВПО. Рисунок 2.5 Рівень самооцінки вимушених
переселенців.Таблиця 2.8. Результати математичної обробки даних самооцінки.
Таблиця 2.9 Зв'язок мотивації до реабілітації вимушених переселенців із рівнем
психологічного благополуччя. Таблиця 2.10. Кореляційний зв'язок мотивації до
реабілітації вимушених переселенців із рівнем адаптованості та самооцінки.
Рисунок 3.1 Структура тренінгового заняття. Таблиця 3.1 Програма тренінгу.
Таблиця 3.2. Порівняльний аналіз результатів діагностики видів установок
(мотивів) вимушених переселенців до реабілітації. Рисунок 3.2 Динаміка змін в
формуванні мотивації ВПО до реабілітації.Таблиця 3.3 Результати аналізу змін
співвідношення цінностей вимушених переселенців на основі більшої
значущості, більшої привабливості у різних життєвих сферах. Рисунок 3.3 Зміни
у співвідношенні життєвих цінностей вимушених переселенців. Рисунок 3.4
Динаміка зміни рівня адаптованості переселенців.Таблиця 3.4 Результати
порівняльного аналізу зміни показника адаптованості. Рисунок 3.5 Зміна рівня
суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців.Таблиця 3.5 Зміна
показника суб'єктивного психологічного благополуччя (РСПБ) вимушених
переселенців. Рисунок 3.6 Зміна самооцінки вимушених переселенців.Таблиця
3.6. Порівняльний аналіз зміни показника самооцінки

6. Консультанти розділів проєкту (роботи)

Розділ	ПРІЗВИЩЕ, ініціали та посада консультанта	Дата, підпис	
		завдання видав	прийняв виконане завдання
1	Кузьмін В.В., доцент	04.09.2023	25.09.2023
2	Кузьмін В.В., доцент	25.09.2023	30.10.2023
3	Кузьмін В.В., доцент	30.10.2023	20.11.2023
Норм-ль	ГАРМАШ А.О., викладач	09.12.2023	13.12.2023

7. Дата видачі завдання «01» вересня 2023 року.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів дипломного проекту (роботи)	Строк виконання етапів проекту (роботи)	Примітка
1	Узгодження теми та затвердження завдання на дипломний проект(роботу)	29.08.2023	
2	Збір матеріалу та вивчення літературних джерел на дипломний проект(роботу)	30.08.2023	
3	Затвердження теми	01.09.2023	
4	Складання змісту	20.09.2023	
5	Виконання першого розділу	22.09.2023	
6	Виконання другого розділу	06.10.2023	
7	Виконання третього розділу	20.10.2023	
8	Формування висновків	28.10.2023	
9	Перевірка роботи керівником	01.11.2023	
10	Оформлення дипломного проекту (роботи)	04.11.2023	
11	Нормоконтроль та перевірка на запозичення	09.11.2023	
12	Попередній захист дипломного проекту(роботи)	11.12.2023	
13	Подання роботи на кафедру	11.12.2023	
14	Одержання відгуку та рецензії	14.12.2023	
15	Захист дипломної роботи	22.12.2023	

Студент(ка)

(підпис)

Аліна ЄГОРОВА

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

Керівник проекту (роботи)

(підпис)

Віктор КУЗЬМІН

(Ім'я ПРІЗВИЩЕ)

РЕФЕРАТ

Магістерська робота: 82 сторінки, 16 таблиць, 13 рисунків, 80 джерел, 2 додатки.

Об'єкт дослідження – особистісні якості вимушених переселенців.

Предмет дослідження – мотивація до реабілітації вимушених переселенців засобами тренінгу.

Мета дослідження – розробка та експериментальна перевірка ефективності тренінгу підвищення мотивації до реабілітації вимушених переселенців .

Методи дослідження. Для розв'язання поставлених завдань було застосовано комплекс методів дослідження: теоретичні: аналіз наукової літератури, узагальнення та систематизація; емпіричні: констатувальний та формувальний експеримент (спостереження, психодіагностичні методики: ціннісний опитувальник (Є.Б. Фанталова); опитувальник для вивчення ставлення до психокорекції (Б.Д. Корвасарський); методика “Оцінка стану адаптованості особистості” (С.І. Яковенко); методика “Шкала психологічного благополуччя” (Варвік-Едінбург); методика “Експрес діагностика самооцінки особистості” (Н.П. Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов).

Експериментальна база дослідження. Дослідження мотивації до реабілітації було проведено в м. Запоріжжя протягом січня-вересня 2023р. на базі волонтерського штабу “Запорізької політехніки”. В дослідженні брали участь 40 вимушених переселенців (жінки та чоловіки) від 35 до 50 років, що тимчасово проживають в гуртожитках Національного Університету “Запорізька Політехніка”. Середній вік респондентів 43.8 років.

МОТИВАЦІЯ, РЕАБІЛІТАЦІЯ, САМООЦІНКА, АДАПТОВАНІСТЬ, ВПО.

ЗМІСТ

ВСТУП	2
РОЗДІЛ 1	8
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ.....	8
1.1. Психологічна характеристика поняття «мотивація» та її види	8
1.2 Наукові теорії та підходи вивчення мотивації до реабілітації ВПО	19
1.3. Робота з мотивацією вимушено переселених осіб як ключовий чинник успішності реабілітації	27
РОЗДІЛ 2	38
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ.....	38
2.1. Організація та методики дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців.....	38
РОЗДІЛ 3	61
РОЗРОБЛЕННЯ ЗАХОДІВ ІЗ ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	61
3.1. Розробка та опис програми тренінгу підвищення мотивації до реабілітації	61
3.2 Оцінка ефективності запропонованих заходів.....	69
ВИСНОВКИ.....	79
ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ.....	85
ДОДАТКИ.....	93

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасний стан українського суспільства пов'язаний з комплексом різноманітних факторів економічного, політичного, демографічного і духовного характеру, що негативно впливають на людей. Серед надзвичайних ситуацій особливе місце займають соціальні катастрофи, до яких належить військова агресія проти нашої країни, яка супроводжується веденням активних бойових дій. Військові дії на Україні – показовий приклад надзвичайної ситуації військового характеру, перебування в якій суттєво впливає на психіку людини і викликає кардинальні зміни в життєдіяльності й поведінці особистості.

Вимушене переселення - це процес, коли люди змушені залишити свої рідні місця проживання через конфлікти, природні катастрофи, війни або інші небезпечні ситуації. Цей процес може мати серйозні наслідки для фізичного та психологічного благополуччя людей, а також для їх соціальної адаптації та реабілітації.

Один із ключових чинників успішності реабілітації вимушено переселених осіб - це мотивація. Мотивація визначається як сукупність факторів, що впливають на активність, направлену на досягнення мети. У контексті реабілітації вимушено переселених осіб, мотивація є ключовим чинником, який допомагає людям знову побудувати своє життя та досягти успіху в новому середовищі.

Актуальність дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців полягає у тому, що в Україні внаслідок війни тисячі людей були змушені залишити свої домівки та переселитись в інші регіони. Багато з них стали жертвами травматичних подій, що можуть призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу та інших психологічних проблем.

Проблема мотивації до реабілітації вимушених переселенців є складною та малодослідженою. Дослідження науковців зосереджені на

проблемах самого переселення та адаптації в новому середовищі, а не на процесі реабілітації.

Окремої значущості набуває проблема мотивації постраждалих вимушено переміщених осіб з гострим дистресом на реабілітацію. Крім того, мотивація є ключовим моментом у процесі утримання клієнтів у реабілітаційній програмі та підтримки їх включеності у процес психологічного одужання. Тому, важливо провести дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців та визначити чинники, які впливають на їх готовність до проходження реабілітаційних програм.

Аналіз психологічної теорії та практики показав, що ведеться активний пошук шляхів та умов формування мотивації.

У зарубіжних дослідженнях досить широко відображені сутність, структура та стадії даного процесу, відзначені багатоаспектність та складність цього явища (Р. Айзенбергер, Дж. Кемерон, Чарльз О. Езейфе, Р. Раян, Т. Амабіл, В. Де Джонг, М. Леппер та ін.)

Проблемі мотивів присвячена значна кількість психологічних праць (Н.І. Волкова, А.В. Козловська, В.К. Вілюнас, Ж.П. Варна, Є.П. Ільїн, А. Маслоу, Л.З. Сердюк, Х. Хекхаузен, та інші).

Одним з найвідоміших українських психологів, який досліджував мотивацію, є Б. Грінченко, що акцентував увагу на ролі мотивації в особистісному розвитку та досягненні успіху.

Е. Десі, Д. Макклелланд та ін. вчені досліджували роль внутрішньої та зовнішньої мотивації у поведінці людини та її вплив на досягнення цілей та задоволення потреб.

В дослідженнях Р. Валлерана, Г. Лозьє та ін. вчених проводиться інтегративний аналіз внутрішньої та зовнішньої мотивації особистості.

Психологічні теорії та підходи до вивчення мотивації (теорія двофакторного підходу до мотивації (Ф. Герцберг), теорія регуляції мотивації (Р. Карвер, М. Шерман), теорія потреб А. Маслоу, теорія очікувань (В. Врум), теорія самовизначення (Е. Десі, Р. Райан), психоаналітичний підхід (З.

Фрейд), біхевіористський підхід (І. Павлов, Б. Скіннер), гештальт-підхід (М. Вертгеймер), гуманістичний підхід (А. Маслоу, К. Роджерс), когнітивний підхід (Д. Берн) розглядають різні аспекти, такі як: потреби, підсвідомі потяги, зв'язок між стимулами та відповідями, сприйняття та організація досвіду, самореалізація та особистий розвиток, переконання та очікування та ін.

Загальні підходи до організації процесу психокорекції представлені у працях Д. Корвасарського, Л. Вакуленка, Т. Добровольської, І. Мисули, М. Фролова, С. Харченка, Л. Яковлевої та ін.; потенціал тренінгових технологій висвітлено в роботах: О. Кравченко, С. Лебедевої, О. Скрипкіна та ін.

Об'єкт: особистісні якості вимушених переселенців

Предмет: дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців

Мета: Дослідити психологічні аспекти мотивації до реабілітації вимушених переселенців та розробити заходи із підвищення рівня мотивації.

Гіпотеза: передбачається, що

- мотивація до реабілітації залежить від різних аспектів, таких як: вид мотивації до реабілітації, система цінностей та переконань, рівень психологічного благополуччя, адаптованість, самооцінка;

- низька мотивація до реабілітації може призводити до погіршення психологічного стану (зниження рівня психологічного благополуччя) ВПО;

- мотивація до реабілітації може бути пов'язана з рівнем адаптованості та самооцінкою особистості. Люди з високим рівнем адаптованості та достатньою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до досягнення психологічного благополуччя та шукати допомогу в психолога; натомість, люди з низьким рівнем адаптованості та низькою самооцінкою, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін.

Завдання:

1. Розглянути психологічну характеристику поняття «мотивація» та її види.

2. Охарактеризувати наукові теорії та підходи вивчення мотивації до реабілітації ВПО .

3. Розкрити головні аспекти роботи з мотивацією вимушено переселених осіб як ключовий чинник успішності реабілітації.

4. Провести емпіричне дослідження мотивації до реабілітації ВПО

5. Розробити заходи із підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації та реалізувати їх в групі

6. Оцінити ефективність запропонованих заходів

Для даного емпіричного дослідження нами було обрано наступні методи:

1. Теоретичні: теоретичний аналіз та узагальнення психологічних досліджень щодо проблеми дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців, синтез, індукція та дедукція.

2. Емпіричні: методи збирання емпіричних даних (психологічне тестування).

3. Методи прикладної математичної статистики. Було використано:

- описову статистику, яка включає угруповання, табулювання, графічний вираз та кількісну оцінку даних;

- теорію статистичного висновку, що використовується у психологічних дослідженнях для передбачення результатів за даними обстеження;

- кореляційний аналіз (виступає одним із допоміжних методів при вирішенні теоретичних завдань у психодіагностиці; у прикладних психологічних дослідженнях кореляційний аналіз є одним з основних методів статистичної обробки кількісного емпіричного матеріалу).

Для дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців було складено блок діагностичних методик:

1. Опитувальник для вивчення ставлення до психокорекції (Б.Д. Корвасарський)
2. Ціннісний опитувальник (Є.Б. Фанталова)
3. Методика «Оцінка стану адаптованості особистості» (С. І. Яковенко)
4. Методика «Шкала психологічного благополуччя» Варвік-Едінбург (Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale, WEMWBS)
5. Методика «Експрес діагностика самооцінки особистості» (Н.П. Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

Емпірична база та вибірка дослідження.

Дослідження мотивації до реабілітації було проведене в м. Запоріжжя протягом січня-вересня 2023р. на базі волонтерського штабу «Запорізької політехніки». В дослідженні прийняло участь 40 вимушених переселенців (жінки та чоловіки) від 35 до 50 років, що тимчасово проживають в гуртожитках Національного Університету «Запорізька Політехніка». Середній вік респондентів складає 43,8 років. Вибірку піддослідних було складено за основним критерієм – усі учасники емпіричного дослідження є вимушеними переселенцями з зони бойових дій.

Достовірність дослідження була забезпечена вихідним методологічним аналізом теоретичних положень психології, застосуванням комплексу діагностичних методів, адекватних цілям та завданням дослідження, використанням математико-статичних процедур обробки даних. Статистичні розрахунки виконані з використанням комп'ютерної програми для психологів – SPSS-27.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що воно спрямоване на вивчення мотивації до реабілітації вимушених переселенців, що є малодослідженою проблемою. В роботі уточнено, вперше на науково-теоретичному рівні визначено науково-методологічні підходи до формування мотивації вимушено переміщених осіб до реабілітації; вперше визначено чинники, які впливають на готовність вимушених переселенців до

проходження реабілітаційних програм; розроблено модель мотивації до реабілітації вимушеного переселенця.

Теоретична значущість дослідження полягає в розширенні знань про мотивацію до реабілітації вимушених переселенців та чинників, які на неї впливають; здійснено уточнення дефініції «мотивація»; обґрунтовано сутність загальнонаукових і спеціальних принципів та підходів до дослідження мотивації.

Практичне значення дослідження полягає в розробці та апробації мотиваційного тренінгу для вимушених переселенців; результати дослідження можуть бути використані для подальшого розроблення проблеми та в якості навчальних матеріалів при викладанні курсу «психологія», практичними психологами в роботі з ВПО.

Структура дослідження. Дослідження складається зі вступу, трьох глав, висновків, переліку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

1.1. Психологічна характеристика поняття «мотивація» та її види

Мотивація є складним та багатоаспектним явищем, яке включає в себе різноманітні процеси та механізми. Вона може бути визначена як внутрішня чи зовнішня сила, яка спонукає людину до певної дії або поведінки.

Проблема мотивації й мотивів поведінки і діяльності є однією зі стрижневих у психології, у психологічних дослідженнях діяльності питанням мотивації і цілеутворення належить провідна роль.

У психологічній науці немає єдиного універсального підходу до понять мотиву та мотивації. Як відзначають Х. Хекхаузен, Е. Десі, А. Райан, Є. П. Ільїн, О.І. Пенькова, Л. І. Беляєва та ін., дана проблема в психології є однією з найбільш складних [3; 11; 28; 56; 60].

Мотивація - це психологічний процес, який активує та управляє поведінкою людини з метою досягнення певної мети або задоволення потреби. Вона включає в себе сукупність факторів, які впливають на напрямок, інтенсивність та тривалість діяльності людини.

У вітчизняній та зарубіжній психологічній школі мотив розглядається переважно як спонукаючий чинник, що спрямовує діяльність суб'єкта та стимулює людину до певних дій. Наприклад, якщо у людини є мотивація досягти успіху в кар'єрі, вона може працювати наполегливо, навчатися новим навичкам та здобувати необхідні знання для досягнення цієї мети.

Відмінною є теорія А. Н. Леонтьєва, що визначає мотив як предмет потреби. Наприклад, якщо людина має потребу в досягненні успіху, саме цей мотив стає предметом її потреби. Вона може відчувати задоволення та

задоволення, коли досягає своєї мети і реалізує свої потреби. За визначенням О. Леонтьєва, мотиви, яким належить провідне місце, постійно актуалізуються, діють і чинять істотний мотиваційний вплив на діяльність людини (реальні мотиви) [31]. Деякі інші мотиви, розташовані в низу мотиваційної ієрархії (потенційні мотиви), надають незначний вплив на активність людини й часто загалом не проявляються. На думку вченого, потенційні мотиви за якихось обставин можуть актуалізуватися, але в конкретний період часу вони не діють (не актуалізуються, не надають спонукального впливу).

Мотив, на відміну від мотивації, - це те, що належить самому суб'єкту поведінки, є її стійкою особистісною властивістю, що зсередини спонукає до певних дій. Мотив також можна визначити як поняття, що в узагальненому вигляді є безліччю диспозицій. Слід зазначити, що під мотивами особистості сучасні вчені розуміють внутрішні спонуки (свідомі, несвідомі) до дій, а основними мотивами особистості є певні бажання, інтереси, переконання, прагнення та ідеали особистості[9].

В роботах Е. Дексі, Р. Райана мотивація визначається як процес, що регулює вибір та напрямок поведінки людини, який спонукає її до досягнення певної мети[50].

Одним з відомих дослідників мотивації є Абрахам Маслоу, який розробив теорію ієрархії потреб. Вчений вважав, що люди мають п'ять основних рівнів потреб: фізіологічні потреби (їжа, вода, сон), потреби в безпеці (стабільність, захист), потреби в прив'язаності та належності (соціальні стосунки), потреби в самооцінці та досягненнях (успіх, визнання) та потреби в самореалізації (розвиток потенціалу). Ця теорія дала поштовх для подальших досліджень у галузі мотивації та стала важливим внеском в науку. А. Маслоу характеризує поняття «мотивація» як стан, що виникає в результаті потреби або бажання досягнути певної мети, який спонукає людину до активності[48].

Мотивування свідомо або не усвідомлено суб'єкт використовує для приховування справжніх мотивів своєї поведінки. У процес мотивування часто включаються механізми психологічного захисту особистості (людина в поясненні вчинків і дій схильна захищати себе, прагнути зберегти позитивну «Я-концепцію» й узгодити свою діяльність відповідно до соціальних і внутрішньо особистісних моральних норм). Будь-яка діяльність людини, зокрема в екстремальних умовах, керується потребою.

У людини органічні потреби не визначають форми її життєдіяльності, а трансформуються залежно від вищих людських форм існування. При цьому, А. Маслоу, З. Фройд відносять потребу до вроджених особливостей психіки; О. Леонтьєв, А. Петровський та ін. вважають потребу соціальним продуктом, що формується у процесі освоєння людиною соціальної дійсності. В психологічному плані, потреба є внутрішнім спонуканням до діяльності людини. Якщо потреба опредметнюється, конкретизується, вона стає мотивом діяльності [26].

Мотивація має свою складну структуру та ієрархію. Ієрархія мотивів - розташування мотивів у порядку від більш важливих до менш важливих. До діяльності особистість спонукають, як правило, кілька мотивів, які утворюють мотиваційний комплекс (систему, або ієрархію мотивів). Одні мотиви в цій системі мають провідне значення і більшу спонукальну силу (чинять більший спонукальний вплив на діяльність, частіше актуалізуються). Вплив інших мотивів менший: вони мають меншу спонукальну силу і перебувають у низу ієрархії мотивів.

На думку Д. Маккеланда, мотивація - це сукупність внутрішніх та зовнішніх чинників, що визначають напрямок та інтенсивність поведінки людини. Вчений трактує поняття «мотивація» як процес, який включає в себе виявлення потреб, оцінку можливостей їх задоволення та вибір оптимального способу досягнення мети[59].

Ф. Герцберг визначає мотивацію як процес, що включає в себе виявлення потреб та бажань, оцінку рівня задоволення цими потребами та вибір оптимального способу їх задоволення[57].

В дослідженнях В. Франкла підкреслюється, що мотивація складається з системи потреб, бажань та інтересів та визначає напрямок та інтенсивність поведінки людини[61].

А. Бандура, Е. Локе характеризують мотивацію як внутрішню силу, що спонукає людину до активності та досягнення мети. Мотиваційний процес розглядається вченими як стадіальний процес, що складається з кількох етапів. Перший етап - поява потреби або бажання досягнути певної мети. Другий етап - активація мотивації та вибір способу досягнення мети. Третій етап - реалізація дій та зусиль для досягнення мети. Четвертий етап - оцінка результатів та задоволення від досягнень[65].

Мотивація виступає як сукупність спонукальних чинників, які визначають активність особистості. Це всі мотиви, потреби, стимули, ситуативні чинники, що спонукають активність людини до життєдіяльності в екстремальних умовах. Однак мотивація – це не лише мотиви, а й ситуативні фактори (вплив різних людей, специфіка діяльності й ситуації тощо). Ситуативні фактори є досить динамічними, мінливими, що створює значні можливості впливу на них і на активність загалом. Інтенсивність актуальної мотивації залежить від сили мотиву й інтенсивності ситуативних детермінант мотивації,

Як правило, людину до діяльності спонукає зазвичай не один, а кілька мотивів. Кожен із них має різну спонукальну силу. Одні мотиви досить часто актуалізуються і чинять істотний вплив на діяльність людини, інші діють лише за певних обставин (здебільшого є потенційними мотивами). Мета (бажання працювати в екстремальних умовах) детермінується, як правило, кількома мотивами.

В дослідженнях О.І. Пенькової розглядається проблема мотивації особистості. Вченою обґрунтовано актуальність даного феномену,

виокремлено основні підходи до визначення його змісту і структури. Констатується, що в основі мотиваційних процесів закладена суб'єктивна емоційна оцінка людиною власного життя та свого місця в ньому. Уміння критично оцінювати себе, довільно спрямовувати і перебудовувати власні вчинки, прагнення до дотримання соціально цінних і особистісно значущих норм – це вияви базових цінностей[38]. Вони переконливо свідчать, що поза розвитком даної якості неможливий процес становлення творчої, соціально відповідальної особистості із критичним ставленням до оточуючого середовища, усвідомленням свого місця і ролі серед інших. Доведено що мотиви є однією з умов гармонійного розвитку особистості і здатні поєднувати в собі суспільне та індивідуальне, цілеспрямовано регулювати їх взаємодію і досягти завдяки цьому бажаних змін.

Відповідно до концепції Г. Олпорта оптимальна теорія мотивації має визнавати узгодженість мотивів у часі, існування різних видів мотивів, їх унікальність та динамічну силу когнітивних процесів (розгляд перспективних цілей людини) [44].

Отже, термін «мотивація» являє собою більш широке поняття, ніж термін «мотив». Поняття мотивація використовується в сучасній психології у двоякому смислі: воно позначає систему чинників, що детермінують поведінку (сюди входять, зокрема, потреби, мотиви, цілі, наміри, прагнення і багато чого іншого), та характеристику процесу, що стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні.

Загалом, мотивація є складним та багатогранним психологічним процесом, який визначається різними факторами та може мати різноманітні наслідки для поведінки та емоцій людини. Ефективна робота з мотивацією вимагає індивідуалізованого підходу та уваги до унікальних потреб та мотивів кожної конкретної людини.

На думку К. Платонова, потреба (яка психологічно виявляється як мотив) може реалізовуватися у низці психологічних змінних: інтересах, прагненнях, переконаннях та установках. Під інтересами розуміють мотиви,

в яких втілюються емоційно забарвлені пізнавальні потреби особистості, що виражається переважно в її вибіркового ставленні до тих чи інших явищ, предметів чи відповідної діяльності [36]. Мотиви, в яких виявляються потреби особистості в умовах спеціально організованої її діяльності – це прагнення, що зумовлюють діяльність, яка може бути домінуючою впродовж тривалого проміжку часу.

Структура процесу мотивації складається з трьох основних елементів: потреби, цілі та дії (рис.1.1).



Рисунок 1.1 Структура та стадії процесу мотивації

Стадії процесу мотивації можуть бути описані як стадії стимулювання, розгортання та збереження мотивації.

В сучасної наукової літературі існує багато типологій мотивації. Основні аспекти мотивації включають[32]:

1. Внутрішню мотивацію, яка виникає з самого собою, з бажання досягти особистих цілей та задоволення від процесу досягнення цих цілей.

2. Зовнішню мотивацію, яка виникає з зовнішніх факторів, таких як нагороди, покарання, або очікування соціального статусу.

3. Екстравертну та інтровертну мотивацію, які визначаються особистісними характеристиками та залежать від того, наскільки людина бажає взаємодіяти з іншими та бути частиною групи.

4. Когнітивну мотивацію, яка виникає з бажання задовольнити свої пізнавальні потреби та отримати нові знання або досвід.

5. Соціальну мотивацію, яка виникає з бажання бути прийнятим та оціненим позитивно іншими людьми.

6. Приховану мотивацію.

Прихована мотивація є сукупністю неявних, не афішованих поза мотивами особистості, які, своєю чергою, може мати дві форми: усвідомлювані, що приховуються від інших; неусвідомлювані (витіснені в несвідому сферу), що приховані від себе. Сфера прихованої мотивації особистості є областю найрізноманітніших галузей психологічного знання: психології спілкування, впливу, поведінки, девіантології, кримінології та інших[24]. Як зазначає Е. Фромм, задля встановлення факту правдивості висловлювання людини, його власної віри у це недостатньо – необхідно розуміння несвідомого боку мотивації.

На думку А.В. Козловської, досягнення та уникнення - це два основних типи мотивації. Людина може бути мотивована досягти успіху, досягти поставленої мети або уникнути невдачі, помилки або негативних наслідків[35].

Втім, говорячи про види або типи мотивації, фахівці найчастіше поділяють її на два види, це: внутрішня мотивація (інтринсивна); зовнішня мотивація (екстринсивна).

Екстринсивна мотивація відноситься до ситуацій, коли людина діє з метою отримання зовнішнього стимулу або нагороди. Це може бути грошова винагорода, похвала, престиж або інші зовнішні поощрення. Дослідником, який вивчав екстринсивну мотивацію, є Е. Десі[53]. Дослідник вивчав

екстринсичну мотивацію та її вплив на поведінку людей. Він проводив експерименти, де досліджував, як зовнішні заохочення впливають на продуктивність та задоволення працівників. Він прийшов до висновку, що екстринсична мотивація може мати короткостроковий ефект і не завжди приносить задоволення.

Р. Райан також досліджував мотивацію та зосереджувався на інтринсичній мотивації. Він проводив дослідження, де вивчав, як самореалізація та особистий розвиток впливають на задоволення та успіх людей. Він прийшов до висновку, що інтринсична мотивація може бути сильним фактором для досягнення успіху та задоволення в житті[61].

Інтринсична мотивація, натомість, виникає з внутрішнього бажання та задоволення від самого процесу діяльності або досягнення певної мети. Людина, що має інтринсичну мотивацію, виконує завдання через своє захоплення ними, задоволення від досягнень та особистого росту. Дослідниками, які вивчали інтринсичну мотивацію, є Р. Райан та Е. Десі.

Мотивація грає важливу роль у реабілітації вимушено переселених осіб. Вона допомагає людям знайти сенс та ціль у своєму житті, надихає на подолання труднощів та сприяє досягненню успіху. Мотивація також може позитивно впливати на самооцінку та самопочуття людей, що допомагає їм відчувати себе більш задоволеними та самодостатніми.

Мотиваційна сфера особистості включає всі мотиваційні процеси, які впливають на її поведінку, вибір дій та досягнення мети. Вона визначається потребами, цінностями, інтересами та цілями особистості.

Особливості мотивації у кожної особистості можуть бути різними. Деякі люди можуть мати високий рівень інтринсичної мотивації, тобто вони залучені до діяльності через своє захоплення ними та задоволення від досягнень. Інші можуть мати високий рівень екстринсичної мотивації, коли вони діють з метою отримання зовнішньої нагороди або стимулу.

Аналізуючи роль внутрішньої та зовнішньої мотивації в поведінці людини, можна зробити наступні висновки:

Внутрішня мотивація - це сила, що походить зсередини особистості і визначається внутрішніми цінностями, інтересами та потребами. Для вимушено переселених осіб внутрішня мотивація може бути ключовим чинником успішності реабілітації, оскільки вона допомагає людям знайти силу та наполегливість для подолання труднощів та досягнення своїх цілей. Внутрішня мотивація також може сприяти позитивному налаштуванню та самодисципліні, що необхідні для успішної реабілітації. Внутрішня мотивація є більш стійкою та внутрішньо обумовленою формою мотивації. Людина, яка має внутрішню мотивацію, виконує дії, орієнтуючись на власні потреби, цінності та задоволення. Це може бути бажання досягти успіху, саморозвитку або задоволення інтересів[8].

Внутрішня мотивація може бути більш ефективною для досягнення довготривалих цілей та задоволення потреб особистості. Вона забезпечує внутрішню мотивацію та задоволення від самого процесу виконання дій.

Зовнішня мотивація - це сила, що походить зовнішнього середовища та визначається зовнішніми стимулами, такими як нагороди або покарання. Людина, яка має зовнішню мотивацію, виконує дії, орієнтуючись на зовнішні стимули, такі як гроші, похвала або втрата привілеїв. Це може бути корисно для досягнення конкретних цілей, але не є стійкою та може зникнути після отримання нагороди. Для вимушено переселених осіб зовнішня мотивація може виявитися корисною, оскільки вона може стимулювати досягнення цілей та виконання завдань. Наприклад, надання допомоги або фінансових стимулів може сприяти активності та участі в реабілітаційних програмах[33].

Зовнішня мотивація може бути корисною для досягнення конкретних цілей, особливо в ситуаціях, коли нагорода або покарання є потужними стимулами. Однак, вона може бути менш стійкою та неспроможною забезпечити довготривалу мотивацію[19].

Важливо зазначити, що роль внутрішньої та зовнішньої мотивації може варіюватися в залежності від конкретного контексту та особистих характеристик людини. Деякі люди можуть бути більш схильними до

внутрішньої мотивації, тоді як інші можуть бути більш схильними до зовнішньої мотивації.

Автори, які займаються дослідженнями у цій області (Е. Десі, Р. Райан, Д. Макклелланд та ін.) досліджували роль внутрішньої та зовнішньої мотивації у поведінці людини та її вплив на досягнення цілей та задоволення потреб.

Е. Десі та Р. Райан є авторами теорії самовизначення, яка розглядає внутрішню мотивацію як ключовий фактор для досягнення задоволення та успіху у житті. Вони досліджували роль самовизначення в мотивації та визначили три основні потреби людини: автономія, компетентність та пов'язаність. Основні аспекти досліджень Е. Десі та Р. Райан включають вивчення внутрішньої мотивації, розробку теорії самовизначення, визначення ключових факторів, що впливають на мотивацію, та розробку інструментів для вимірювання мотивації. Висновки досліджень показують, що внутрішня мотивація є більш ефективною для досягнення успіху та задоволення, ніж зовнішня мотивація. Також вчені визначили, що ключовими факторами, які впливають на мотивацію, є автономія, компетентність та пов'язаність. Дослідження Е. Десі та Р. Райан є важливим внеском у розуміння мотивації та можуть бути корисними для розвитку ефективних стратегій роботи з мотивацією в різних сферах життя[51].

За Х. Хекхаузенем, внутрішня мотивація особистості відрізняється від зовнішньої за такими ознаками [59]: прагнення без послаблення інтенсивності (потреби в саморозвитку і особистісному зростанні); свобода мети (кінцевою метою є результат поведінки, а не його очікувані наслідки, або коли досвід результативної поведінки зумовлює відчуття ділової успішності й прагнення до цього відчуття); готовність «розчинитися» в діяльності (радісна відданість своїй справі, «flow-ефект» - повне занурення людини в діяльність, коли увага цілковито сконцентрована на ній).

Позитивна мотивація виникає, коли людина прагне досягти позитивного результату або отримати позитивні емоції та винагороди. Це

може бути бажання досягнути успіху, задоволення від досягнень або приємні взаємини з іншими людьми. М. Селігман вивчав позитивну мотивацію та її вплив на щастя та самозадоволення людей. Він проводив дослідження, де вивчав, як позитивні емоції та досягнення впливають на загальний рівень щастя. Вчений прийшов до висновку, що позитивна мотивація може покращити якість життя та сприяти самозадоволенню[60].

Б. Вейнер досліджував негативну мотивацію та її вплив на поведінку людей. За визначенням вченого, негативна мотивація виникає, коли людина прагне уникнути негативного результату або неприємних наслідків. Це може бути бажання уникнути провалу, страх перед карою або небажання виконувати неприємні завдання. Він проводив експерименти, де вивчав, як страх перед покаранням або небажанням виконувати неприємні завдання впливають на продуктивність та мотивацію. Вчений прийшов до висновку, що негативна мотивація може бути корисною для досягнення цілей, але може також призводити до стресу та розвитку несамозадоволення[59].

Таким чином, мотивація є ключовим чинником успішності реабілітації вимушено переселених осіб. Внутрішня та зовнішня мотивація грають важливу роль у формуванні мотивації людини до реабілітації. Внутрішня мотивація може спонукати людину до самостійної роботи над своїм відновленням, задовольняючи її потреби у самореалізації та самозадоволенні; допомагає знайти силу та наполегливість для подолання труднощів, тоді як зовнішня мотивація може стимулювати досягнення цілей та участь у реабілітаційних програмах. Зовнішня мотивація, наприклад, нагорода за досягнення певних критеріїв в процесі реабілітації, може стимулювати людину до активності та зусиль. Однак, важливо забезпечити баланс між внутрішньою та зовнішньою мотивацією, щоб забезпечити стійку та тривалу мотивацію до реабілітації.

Робота з мотивацією вимушено переселених осіб є важливим завданням для фахівців у галузі соціальної роботи та психології, оскільки

вона сприяє успішному процесу реабілітації та адаптації цих осіб до нового середовища.

1.2 Наукові теорії та підходи вивчення мотивації до реабілітації ВПО

Наукові теорії та психологічні підходи до вивчення мотивації розглядають різні аспекти, такі як підсвідомі потяги, зв'язок між стимулами та відповідями, сприйняття та організація досвіду, самореалізація та особистий розвиток, переконання та очікування. Розуміння цих аспектів може допомогти краще розуміти мотивацію та забезпечити кращі результати.

Дослідники розробляють теорії, які пояснюють мотивацію, такі як: психоаналітичний підхід, біхевіористський підхід, гештальт-підхід, гуманістичний підхід та когнітивний підхід та використовують різні методи, такі як: спостереження, експерименти та опитування, для вивчення мотивації.

Теорія мотивації Д. Макклелланда, також відома як теорія потреб Макклелланда, стверджує, що особистість має три основні потреби: потребу до досягнення, потребу до влади і потребу до приналежності. Згідно з цією теорією, рівень індивідуальних потреб в цих трьох областях визначає мотивацію та поведінку особистості[61].

Більш сучасні інтерпретації теорії Макклелланда включають розширення категорій потреб та врахування контексту. Наприклад, автори Р. Райан та Е. Десі наголошують на важливості інтринсичної мотивації та самореалізації як ключових факторів для задоволення та успіху. Вони вважають, що інтринсична мотивація, яка базується на внутрішніх цінностях та інтересах, може бути сильним показником задоволення та досягнення.

Теорія самовизначення (Е. Десі, Р. Райан) висуває ідею, що мотивація залежить від задоволення трьох основних потреб: автономії (потреби у

самостійності та контролі), компетентності (потреби в почутті власної ефективності та здатності досягти цілей) та пов'язаності (потреби у соціальній підтримці та приналежності). Ця теорія стверджує, що люди будуть більш мотивовані до дії, якщо вони можуть самостійно вибирати свої цілі, вірять у свою здатність досягти їх та отримують підтримку від оточуючих[64].

Автори цієї теорії спочатку приписують особистості наявність здібностей і можливостей для здорового та повноцінного життя. Ключову роль цьому випадку грають умови існування, у яких з дитинства перебуває дитина (широкий діапазон можливостей без накладання непотрібних обмежень чи, навпаки, обмеження формування та розкриття особистісного потенціалу дитини). Основним практичним завданням теорії Е. Десі та Р. Райана є визначення умов, що сприяють чи перешкоджають нормальному розвитку індивіда, а також пошук ресурсів, що допомагають йому протистояти негативному впливу середовища без шкоди самому собі. Як основне поняття даної теорії виділяється самодетермінація (автономія) – здатність обирати і мати вибір, на відміну від реакцій, що підкріплюються, задоволення потягів і дій під впливом інших сил, які теж можуть розглядатися як детермінанти поведінки людини. Самодетермінована особистість діє з урахуванням власного вибору, а чи не з урахуванням зобов'язань чи примусів, і цей вибір виходить з усвідомлення своїх потреб і зіставленні їх із зовнішніми умовами.

Теорія двофакторного підходу до мотивації (Ф. Герцберг) висуває ідею, що мотивація може бути розділена на два фактори: мотиватори та гігієнічні фактори. Мотиватори включають стимули, які сприяють задоволенню та розвитку, такі як досягнення, визнання та зростання. Гігієнічні фактори включають умови праці, такі як заробітна плата, стосунки з колегами та управління. Ця теорія стверджує, що для досягнення високого рівня мотивації необхідно мати як мотиватори, так і гігієнічні фактори[47].

Теорія регуляції мотивації (Р. Карвер, М. Шерман) наголошує на тому, що мотивація є процесом регулювання поведінки для досягнення поставлених цілей. Вона включає такі елементи, як цілі, очікування, цінності та контроль. Ця теорія стверджує, що мотивація залежить від того, наскільки сильними є цілі, наскільки впевненою є особа у своїх можливостях досягти цілей, а також наскільки цілі важливі для неї[50].

Теорія потреб Маслоу висуває ідею, що мотивація залежить від задоволення певних потреб людини. Маслоу розробив ієрархію потреб, включаючи фізіологічні потреби, потреби в безпеці, почуття належності, поваги та самореалізації. Ця теорія стверджує, що люди мотивовані до задоволення найбільш основних потреб і переходять до вищих рівнів потреб, коли нижчі рівні задоволені[8].

Теорія очікувань (В. Врум) вимовляє, що мотивація залежить від очікувань результатів. Вона включає такі елементи, як очікування успіху, цінності результату та інструментальності дії. Ця теорія стверджує, що люди будуть більш мотивовані до дії, якщо вони вважають, що ця дія призведе до бажаного результату та цей результат є цінним для них[55].

Далі нами було розглянуто головні психологічні підходи до вивчення мотивації.

В рамках психоаналітичного підходу З. Фрейд висуває ідею, що мотивація залежить від підсвідомих потягів та бажань. Вчений вважав, що мотивація виникає з внутрішнього конфлікту між реальними потребами та суспільними нормами та характеризує її як результат боротьби між свідомим та підсвідомим. Згідно з цим підходом, мотивація виникає з невротичних конфліктів та потреб у задоволенні психологічних драйвів. Основні аспекти досліджень з психоаналітичного підходу включають[36]:

1. Невротичні конфлікти: З. Фрейд вважав, що мотивація виникає з конфліктів між розумом, непереборними бажаннями та моральними

нормами. Ці конфлікти можуть призводити до невротичних симптомів та поведінкових змін.

2. Психологічні драйви: З. Фрейд вважав, що мотивація виникає з потреб у задоволенні психологічних драйвів, таких як сексуальність та агресія. Він стверджував, що ці драйви впливають на нашу поведінку та мислення.

3. Підсвідоме: Психоаналітичний підхід наголошує на важливості підсвідомого впливу на мотивацію та поведінку. З. Фрейд вважав, що багато з наших мотивів та думок знаходяться поза нашою свідомістю та можуть впливати на нашу поведінку без нашого усвідомлення.

Біхевіористський підхід (Б. Скіннер) висуває ідею про те, що мотивація залежить від зв'язку між стимулами та відповідями. І. Павлов досліджував умовні рефлекси, а Б. Скіннер - закони навчання. Вони вважали, що мотивація виникає з реакцій на зовнішні стимули. Біхевіористський підхід, розроблений Б. Скіннером, визначає мотивацію як результат навчання та умовленості. Згідно з цим підходом, мотивація виникає з нагороди та покарання, які впливають на нашу поведінку. Основні аспекти досліджень з біхевіористського підходу включають[41]:

1. Навчання: Біхевіористський підхід наголошує на важливості навчання для мотивації. Люди навчаються поведінці, яка приносить їм нагороду та уникнення покарання.

2. Посилення: Біхевіористський підхід наголошує на важливості посилення для мотивації. Люди мають потребу у нагородах та позитивних посиленнях, які підтримують їхню поведінку.

3. Умовленості: Біхевіористський підхід наголошує на важливості умовленостей для мотивації. Люди навчаються поведінці, яка є умовленою нагородою або покаранням, і це впливає на їхню мотивацію та поведінку.

Гештальт-підхід (М. Вертгеймер) наголошує на тому, що мотивація залежить від сприйняття та організації досвіду. Вертгеймер вважав, що мотивація виникає з потреби у структуруванні та розумінні світу. Вчений

визначає мотивацію як процес організації та сприйняття інформації. Згідно з цим підходом, мотивація виникає з потреби людини у структуризації свого досвіду та розумінні оточуючого світу. Основні аспекти досліджень з гештальт-підходу включають:

1. Структуризацію досвіду: М. Вертгеймер вважав, що мотивація виникає з потреби людини у структуризації свого досвіду. Він стверджував, що люди шукають зв'язки та організують свої сприйняття, щоб зрозуміти світ навколо себе[68].

2. Формування гештальту: Гештальт-підхід наголошує на важливості формування гештальту, або цілісного сприйняття, для мотивації. Люди мають потребу у розумінні та організації інформації, щоб зрозуміти світ та визначити свої цілі[22].

3. Розв'язання проблем: Гештальт-підхід наголошує на важливості розв'язання проблем для мотивації. Люди мають потребу у вирішенні проблем та досягненні цілей, що сприяє їхньому розвитку та задоволенню.

Загалом, психоаналітичний підхід наголошує на важливості невротичних конфліктів та психологічних драйвів для мотивації. Гештальт-підхід акцентує увагу на структуризації досвіду та формуванні гештальту. Біхевіористський підхід наголошує на важливості навчання та умовленостей для мотивації. Кожен з цих підходів допомагає розуміти різні аспекти мотивації та впливу нашого досвіду та середовища на нашу поведінку.

Гуманістичний підхід (А. Маслоу, К. Роджерс) висуває ідею про те, що мотивація залежить від пошуку самореалізації та особистого розвитку. А. Маслоу розробив ієрархію потреб, а К. Роджерс підкреслював важливість самовизначення та самореалізації. Згідно з підходом, мотивація виникає з потреби людини у самовираженні, саморозвитку та задоволенні своїх потенцій. Основні аспекти досліджень з гуманістичного підходу включають [30]:

1. Ієрархія потреб: А. Маслоу розробив теорію ієрархії потреб, в якій він стверджує, що люди мають різні рівні потреб, включаючи фізіологічні потреби, потреби в безпеці, соціальні потреби, потреби в самооцінці та самореалізації. Ці потреби впливають на мотивацію та поведінку людини.

2. Самовизначення: К. Роджерс підкреслював важливість самовизначення та самореалізації для мотивації людини. Він вважав, що люди мають внутрішній потяг до розвитку свого потенціалу та досягнення власних цілей.

3. Повага та емпатія: Гуманістичний підхід наголошує на значенні поваги та емпатії у стимулюванні мотивації та розвитку особистості. Люди мають потребу відчувати себе прийнятими та розумітими іншими людьми.

Загалом, гуманістичний підхід наголошує на важливості самореалізації та розвитку особистості для досягнення мотиваційних цілей. Цей підхід допомагає розуміти, як потреби та цінності впливають на нашу мотивацію та поведінку.

Когнітивний підхід (Е. Берн, Т. Харріс) висуває ідею про те, що мотивація залежить від переконань, цілей та очікувань. Берн розробив теорію аналізу транзакцій, в якій висвітлюється роль комунікації та соціальних взаємодій у мотивації. Е. Берн, визначає мотивацію як процес сприйняття та оцінки інформації, яка впливає на поведінку людини. Згідно з цим підходом, мотивація виникає зі ставлення людини до себе, інших людей та оточуючого світу. Основні аспекти досліджень з когнітивного підходу включають[17]:

1. Самооцінку: Люди мають потребу відчувати себе компетентними та ефективними. Вони оцінюють свої можливості та здібності і ставлять собі цілі, які допомагають їм розвиватися та досягати успіху.

2. Когнітивні перекручення: Люди можуть мати спотворене сприйняття ситуацій та інформації, що впливає на їхню мотивацію. Наприклад, негативне сприйняття може призвести до відмови від спроби досягнути мети, тоді як позитивне сприйняття може збільшити мотивацію.

3. Планування та контроль: Люди можуть розробляти стратегії та плани для досягнення своїх цілей. Вони також можуть контролювати свою мотивацію та поведінку, використовуючи різні когнітивні стратегії, такі як самоконтроль та позитивне мислення.

Загальними висновками з цих досліджень є те, що мотивація є складним процесом, який включає різні фактори, такі як потреби, цінності, інтереси та цілі особистості[30]. Інтринсична мотивація, яка базується на внутрішніх цінностях та інтересах, може бути сильним фактором для задоволення та успіху. Екстринсична мотивація, яка базується на зовнішніх поощреннях та стимулах, може мати короткостроковий ефект і не завжди приносить задоволення. Позитивна мотивація може покращити якість життя та сприяти самозадоволенню, а негативна мотивація може бути корисною для досягнення цілей, але може також призводити до стресу та несамозадоволення.

Л. С. Виготський досліджував мотивацію як процес формування потреби у досягненні певної мети та акцентував увагу на важливості соціального середовища та взаємодії з іншими людьми для розвитку мотивації. П. Я. Гальперин розробив теорію діяльності, в якій мотивація визначається як результат регуляції діяльності людини. Він стверджував, що мотивація виникає з потреби у досягненні певної мети та розв'язанні проблем[9].

В дослідженнях А. Н. Леонтьєва мотивація характеризується як результат взаємодії між потребами та умовами діяльності. Вчений стверджував, що мотивація виникає з потреби у досягненні певної мети та залежить від оцінки можливостей та обмежень. І. С. Кон досліджував мотивацію у контексті саморегуляції та саморозвитку. Він визначав мотивацію як результат постійного пошуку нових викликів та досягнення особистого росту. М. М. Рубінштейн розглядав мотивацію з позиції активізації та регуляції поведінки людини та вказував на важливість потреби

у досягненні певної мети та задоволенні особистісних потреб для мотивації[40].

Вітчизняні дослідники також внесли значний внесок у вивчення проблеми мотивації. Одним з найвідоміших українських психологів, який досліджував мотивацію, є Б. Грінченко. Вчений акцентував увагу на ролі мотивації в особистісному розвитку та досягненні успіху.

Головним аспектом досліджень українських вчених є визначення ролі культурних та соціальних чинників у формуванні мотивації. Вони вказують на важливість культурних цінностей, традицій та норм у визначенні мотиваційних факторів (А.М. Гриненко, Г.Л. Андросюк, Н.А. Спиця-Оріщенко та ін.) [2; 5; 36].

Варто виділити праці Н. Арістова, Н. Білан, Т. Гончаренко, Н. Гурина, Є. Іжко, Ю. Бугая, О. Карпова, О. Кобзар, Ю. Лавриш, В. Панченко, О. Подзигун, Н. Пазюра, Н. Теличко, В. Харламенко, Н. Шеверун, Н. Яременко, які підкреслюють те, що мотивація є умовою будь-якої людської діяльності та наголошують на тому, що мотивація передбачає два етапи її формування: заохочувальний, формування стійкої мотивації. Дослідники аналізують різні фактори, які можуть впливати на мотивацію, такі як: психологічний стан, соціальна підтримка та ін. [22; 28; 39]

Також вітчизняні дослідники акцентують увагу на впливі емоційних факторів на мотивацію (Н.І. Волкова, Н.О. Іванова, А.В. Козловська) [6; 19; 30]. Вони висловлюють думку, що емоції можуть бути сильним мотивуючим чинником та впливати на процес прийняття рішень та звертають увагу на важливість самореалізації та особистісного росту як мотивуючих факторів. Вони вказують на необхідність задоволення потреб у саморозвитку та досягненні особистих цілей для мотивації та задоволеності життям.

Загальними висновками з сучасних українських досліджень можна вважати, що мотивація є складним процесом, який включає взаємодію між культурними, соціальними, емоційними та особистісними чинниками. Вона виникає з потреби у самореалізації, досягненні особистих цілей та

задоволенні життям. Культурні цінності, традиції та норми мають велике значення для формування мотивації. Також емоції впливають на мотиваційні процеси та прийняття рішень.

Таким чином, результати теоретичного аналізу наукових джерел свідчать про те, що мотивація є складним процесом, який включає взаємодію між особистісними характеристиками та умовами діяльності. Вона виникає з потреби у досягненні певної мети, задоволенні особистісних потреб та розв'язанні проблем.

Соціальне середовище та взаємодія з іншими людьми також мають велике значення для розвитку мотивації.

1.3. Робота з мотивацією вимушено переселених осіб як ключовий чинник успішності реабілітації

Вимушене переселення під час військових подій є складним і травматичним досвідом для будь-якої людини. Це може безпосередньо пов'язано з небезпекою життя, втратою дому, праці, родини та соціального статусу. Тому робота з мотивацією є ключовим чинником успішності реабілітації вимушено переселених осіб. Вимушене переселення є складним досвідом, який може суттєво вплинути на психологічний стан та характеристики особистості людини. Важливо розуміти, які аспекти особистості вимушено переселених осіб можуть бути змінені та як це може вплинути на їхнє життя та адаптацію до нових умов.

Мотивація до психологічної реабілітації - це внутрішнє прагнення особистості до зміни свого психологічного стану і поліпшення якості життя через участь у програмах реабілітації. Вона визначається комплексом психологічних факторів, таких як цінності, потреби, очікування, переконання та інші. Реабілітація, заснована на мотивації дає можливість людині самостійно приймати рішення і нести за них повну відповідальність перед

собою. Мотивація стимулює бажання лікуватися, допомагає сформувати нову систему цінностей і відновити соціальні зв'язки[24].

Одним з основних аспектів психологічної характеристики вимушено переселених осіб є стресова реакція на травматичну подію. Це може включати в себе симптоми посттравматичного стресового розладу, такі як повторні спогади про травматичну подію, погані сни, тривожність, роздратованість та інші симптоми. Важливо пам'ятати, що ці симптоми можуть тривати довгий час та потребувати професійної допомоги.

Іншим аспектом психологічної характеристики вимушено переселених осіб є зміна ідентичності та самооцінки. Внаслідок вимушеного переселення люди втрачають своє статусне положення, роль у суспільстві та інші аспекти, які раніше визначали їхню ідентичність. Це може призвести до почуття безпорадності, незахищеності та неповноцінності. Важливо допомогти переселенцям знайти новий спосіб визначення своєї ідентичності та підтримувати їх у цьому процесі[33].

Також важливим аспектом зміни психічного стану вимушено переселених осіб є соціальна ізоляція та втрата підтримки соціального середовища. Вони можуть втратити зв'язки з родиною, друзями та іншими соціальними групами, що може призвести до почуття самотності та відчуженості. Важливо допомогти переселенцям знайти нові соціальні зв'язки та підтримувати їх у процесі адаптації до нового середовища.

Отже, психологічна характеристика вимушено переселених осіб включає в себе стресову реакцію на травматичну подію, зміну ідентичності, самооцінки та соціальну ізоляцію. В них розвивається соціальна дезадаптованість та значно знижується рівень психологічного благополуччя.

Важливо розуміти ці аспекти та допомагати переселенцям у процесі адаптації до нових умов життя. Професійна психологічна підтримка може бути корисною для переселенців, щоб допомогти їм зменшити стрес, покращити самооцінку та знайти нові соціальні зв'язки.

Адаптованість означає здатність людини пристосовуватися до змін у своєму житті та ефективно вирішувати проблеми. Це може включати такі риси, як гнучкість, оптимізм, позитивне ставлення до життя та здатність до саморозвитку[41].

Люди з високим рівнем адаптованості можуть бути більш відкритими до нових досвідів та можуть бачити проблеми як можливості для розвитку. Вони можуть бути більш мотивовані шукати допомогу в психолога, щоб покращити своє психологічне благополуччя та знайти способи розв'язання проблем. Дослідження показали, що люди з високим рівнем адаптованості мають більшу мотивацію до досягнення психологічного благополуччя. З іншого боку, люди з низьким рівнем адаптованості можуть мати меншу мотивацію до досягнення психологічного благополуччя. Вони можуть бути більш нахильні до відчуття безнадії та невпевненості у своїх здібностях. Це може призвести до того, що вони не будуть шукати допомоги в психолога, навіть якщо вони відчують себе нещасними або незадоволеними. Отже, мотивація до реабілітації як засобу досягнення психологічного благополуччя може бути пов'язана з рівнем адаптованості особистості.

Зв'язок між психологічним благополуччям та мотивацією до психологічної реабілітації полягає у тому, що люди, які мають високий рівень психологічного благополуччя, зазвичай не шукають допомоги в психолога. Однак, якщо людина почуває себе нещасною, незадоволеною або неспокійною, вона може звернутися до фахівця з метою покращити своє психологічне благополуччя та знайти способи розв'язання проблем. Таким чином, мотивація до психологічної допомоги може бути викликана низьким рівнем психологічного благополуччя або бажанням його підвищення[3; 14; 42].

Відповідно, мотиваційна робота із залежними особами не зводиться виключно до залучення їх до реабілітаційного процесу – вона повинна лежати в основі терапії і тією чи іншою мірою здійснюватись на всіх етапах реабілітаційного процесу. Ключову роль в даному аспекті грає такий

напрямок, як поведінкова терапія, який з кінця минулого століття активно включається до лікарської терапевтичної практики.

Мотиви вимушених переселенців до участі в програмах психологічної підтримки можуть бути різними. Деякі переселенці можуть бути мотивовані бажанням отримати допомогу в подоланні тривожності та стресу, пов'язаних з травматичною подією, яка стала причиною їх переселення. Інші можуть бути зацікавлені в отриманні психологічної підтримки для поліпшення своєї загальної психологічної стійкості та здоров'я[30; 36].

Мотиваційний механізм будується з урахуванням особливостей особистості кожного переселенця, які включають потреби, інтереси, установки і ціннісні орієнтації. Нами була розроблена спрощена модель процесу мотивації до реабілітації та представлена на рис 1.2. При цьому, обґрунтованість і дієвість мотиваційного механізму залежить від врахування факторів, що впливають на нього.

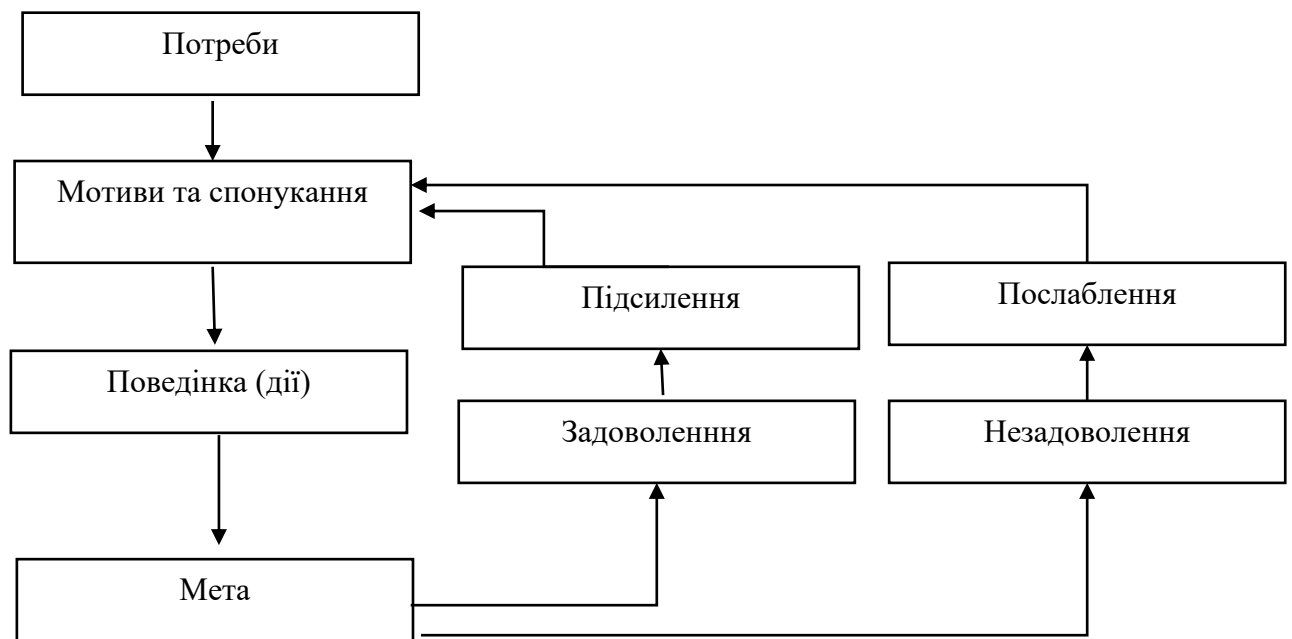


Рисунок 1.2 Модель процесу мотивації до реабілітації ВПО

Проблема мотивації особистості до психокорекції та психологічної реабілітації є важливою для практикуючих психологів та дослідників. Одним з перших, хто звернув увагу на цю проблему, був Б.Д. Корвасарський[47]. У

своїй праці «Психологічна допомога» він детально описує процес роботи з мотивацією пацієнта до лікування та надання психологічної допомоги. Він рекомендує використовувати методи активізації мотивації, такі як встановлення конкретних цілей та нагадування про користь лікування.

Основними цілями психологічної реабілітації вимушених переселенців є підвищення ефективності захисних механізмів, аналіз опору та перенесення, зміцнення структури особистості пацієнта та набуття їм психологічного здоров'я [11; 24; 59]. Метою психотерапії та психокорекції є глибше розуміння пацієнтом своїх бажань, почуттів, рушійних мотивів, досягнення більшої цілісності особистості, зміцнення впевненості в собі та довіри до навколишнього світу через новий досвід взаємовідносин у безпечних умовах [40].

Сучасні автори досліджують проблему мотивації до психологічної допомоги. Наприклад, М. Фрейденберг у своїй книзі «Психологічна допомога: теорія та практика» розглядає різні методики роботи з мотивацією пацієнта та надання психологічної допомоги[58]. Вона рекомендує використовувати індивідуальний підхід до кожного клієнта та враховувати його особливості.

В більшості наукових праць відзначається те, що позитивна мотивація пацієнта в психотерапії є сформованою спрямованістю на подолання проблемної ситуації, співробітництвом з психотерапевтом з метою покращення психічного та фізичного стану, розумінням причинно-наслідкового зв'язку існуючих проблем та підвищення якості свого життя.

Наявність мотивації на початку реабілітації має кілька важливих функцій: пацієнт виявляє активність у процесі пошуку необхідної допомоги; він прагне одержати інформацію про причини виникнення захворювання; може визнати відсутність «чарівної таблетки» та необхідність певного курсу лікування; може витримати процес напруги і труднощів у ситуації формування нового алгоритму поведінки під час психотерапії, утримуючи ремісію без зривів і регресу[38].

Відомим науковцям, який досліджує проблему мотивації до психологічної допомоги, є Р. Райс. У своїй праці «Психологічна допомога: теорія та практика» [60] вчений описує різні методики роботи з мотивацією пацієнта та надання психологічної допомоги та рекомендує використовувати методи активної слухової комунікації та емпатії для стимулювання мотивації пацієнта.

Узагальнюючи, можна сказати, що проблема мотивації до психокорекції та психологічної реабілітації є важливою для практикуючих психологів та дослідників. Для досягнення успішних результатів необхідно використовувати індивідуальний підхід до кожного клієнта та враховувати його особливості. Робота з мотивацією пацієнта має бути спрямована на активізацію його бажання до надання психологічної допомоги.

Потреби особистості, які визначають розвиток бажання вимушених переселенців приймати участь в заходах реабілітації, можуть бути різними. Деякі переселенці можуть потребувати індивідуальної психологічної підтримки та консультацій, щоб допомогти їм подолати травматичний досвід та знайти способи адаптації до нового середовища. Інші можуть бути зацікавлені в групових сесіях, які допоможуть їм знайти спільноту з іншими переселенцями та отримати підтримку від людей, які пережили подібний досвід[27].

Одним з психологічних аспектів мотивації до реабілітації є самооцінка. Люди, які мають низьку самооцінку, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін. Навпаки, люди з високою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до реабілітації, оскільки вони вірять у свою здатність до саморозвитку і змін.

Інший психологічний аспект мотивації - це очікування результатів. Якщо людина вірить, що реабілітаційна програма буде ефективною і призведе до покращення її стану, вона буде більш мотивованою до участі в ній. Навпаки, якщо людина не вірить у ефективність програми, вона може бути менш мотивованою до участі[45; 58].

Також, на мотивацію до реабілітації значний вплив надають цінності і переконання особистості. Якщо людина цінує здоров'я і добробут, вона може бути більш мотивованою до реабілітації. Навпаки, якщо людина не вважає це важливим, вона може бути менш мотивованою.

Внутрішня мотивація вимушено переселених осіб є важливим аспектом їх адаптації в новому середовищі та формуванні установки на реабілітацію. Вона може бути зумовлена внутрішніми потребами, цінностями та інтересами особистості. Наприклад, внутрішня мотивація може походити від бажання знайти нові можливості, розвиватися та досягати успіху в новому середовищі[16].

Зовнішня мотивація також може впливати на вимушено переселених осіб. Наприклад, зовнішні стимули, такі як нагороди або покарання, можуть стимулювати їх досягнення цілей та активну участь у реабілітаційних програмах[46].

У психоаналітичній психотерапії виділяють два рівні мотивації: усвідомлюваний і несвідомий. Усвідомлена мотивація пацієнта, зазвичай, дуже нестійка, тоді як несвідома мотивація має значний психічний ресурс. Навіть «вільні асоціації» пацієнта насправді не є вільними. Як і інші форми поведінки, когнітивні та афективні асоціації спрямовуються неусвідомлюваним процесом. Через витіснення та несвідому мотивацію пацієнт може не усвідомлювати символічного значення того, що відбувається [19]. Мотивуючими можна назвати всі методи психоаналітичної психотерапії: аналіз вільних асоціацій, перенесення та опору, внутрішньо-особистісних конфліктів, психологічних захистів, а також методи, що виявляють неусвідомлювані процеси, підтримують відповідальність пацієнта за всі свої дії, у тому числі й за участь у психотерапії.

В цілому, важливо розуміти, що кожен переселенець має свої унікальні потреби та мотиви, які визначають їх бажання приймати участь в програмах психологічної підтримки та реабілітації. Ефективна психологічна підтримка

повинна бути індивідуалізованою та адаптованою до потреб кожного конкретного переселенця.

Травматична подія може мати значний вплив на особистість людини, призвести до втрати впевненості у собі, до зниження самооцінки та до розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Це може вплинути на мотивацію людини до психологічної реабілітації. Так, у людей, що були переселені із зон бойових дій з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) може бути складніше знайти мотивацію для проходження психологічної реабілітації через те, що їхні потреби та цілі можуть бути зміщені внаслідок травматичного досвіду. Наприклад, людина може відчувати безпорадність, неперевершеність та втрату контролю, що може впливати на її мотивацію до дій.

Якщо людина почувається безнадійно та втрачає мотивацію до життя, то їй може бути складно зосередитися на процесі відновлення після травматичної події. В такому випадку, психологічна підтримка може допомогти зберегти мотивацію та покращити стан психіки. Навпаки, якщо людина має достатньо мотивації до відновлення своєї психіки та повернення до нормального життя, то психолог може допомогти їй зосередитися на цьому процесі та розвитку позитивних стратегій для подолання травматичного досвіду.

Отже, вплив травматичної події на мотивацію людини до психологічної реабілітації може бути різним і залежить від стану особистості та наявності психологічної підтримки.

Однак, деякі психологічні аспекти можуть допомогти зберегти мотивацію до проходження реабілітації. Наприклад, важливо створити безпечне та підтримуюче середовище для людини, де вона може відчути підтримку та розуміння. Також важливо забезпечити доступність до ресурсів, які можуть допомогти у проходженні реабілітації, таких як терапевтичні програми та групи підтримки[30].

Для збереження мотивації до проходження реабілітації може бути корисним встановлення мети та плану дій. Наприклад, людина може встановити мету досягнення певного рівня функціонування або зменшення симптомів ПТСР та розробити план дій для досягнення цієї мети.

Крім того, важливо враховувати індивідуальні особливості та потреби кожної людини з ПТСР при проходженні реабілітації. Наприклад, деякі люди можуть бути більш мотивовані до індивідуальної терапії, тоді як інші можуть бути більш залучені до групових програм підтримки.

Одним з психологічних аспектів мотивації до реабілітації є самооцінка. Люди, які мають низьку самооцінку, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін. Навпаки, люди з високою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до реабілітації, оскільки вони вірять у свою здатність до саморозвитку і змін[43].

Інший психологічний аспект мотивації - це очікування результатів. Якщо людина вірить, що реабілітаційна програма буде ефективною і призведе до покращення її стану, вона буде більш мотивованою до участі в ній. Навпаки, якщо людина не вірить у ефективність програми, вона може бути менш мотивованою до участі[4].

Також, на мотивацію до реабілітації значний вплив надають цінності і переконання особистості. Якщо людина цінує здоров'я і добробут, вона може бути більш мотивованою до реабілітації. Навпаки, якщо людина не вважає це важливим, вона може бути менш мотивованою.

Дослідники досліджують, як соціальна підтримка впливає на мотивацію до реабілітації. Результати досліджень свідчать про те, що наявність позитивної соціальної підтримки може бути мотивуючим фактором для участі в програмі реабілітації[6; 12; 30; 44].

Результати проведеного аналізу наукових джерел надали можливість виділити основні напрямки психологічної роботи з мотивацією до реабілітації вимушено переселених осіб:

1. Створення сприятливого середовища, яке підтримує внутрішню мотивацію. Це може включати створення можливостей для самовираження, розвитку та досягнення успіху.

2. Підтримка індивідуальних потреб та цінностей. Важливо дати можливість вимушено переселеним особам визначати свої цілі та обирати шляхи до їх досягнення.

3. Розвиток самодисципліни та саморегуляції. Це може включати навчання стратегіям планування, організації та контролю за власною діяльністю.

4. Сприяння позитивному налаштуванню та самовпевненості. Важливо підтримувати вимушено переселених осіб у розвитку позитивного ставлення до себе та своїх можливостей.

5. Забезпечення підтримки та мотиваційного сприяння з боку оточуючих. Важливо створити умови для підтримки та співпраці з родиною, друзями та фахівцями, які можуть стимулювати внутрішню мотивацію.

Одним з основних аспектів роботи з мотивацією є визначення потреб та бажань переселенців. Це може включати в себе оцінку їхнього стану, фізичного та психологічного здоров'я, соціального та економічного статусу. На основі цих даних можна розробити індивідуальний план допомоги, що враховує потреби та бажання переселенців.

Другим важливим аспектом роботи з мотивацією є створення сприятливого середовища для реабілітації. Це може включати в себе надання житла, харчування, медичної допомоги та інших послуг. Також важливо забезпечити доступ до освіти та професійної підготовки, щоб допомогти переселенцям знайти роботу та забезпечити собі та своїй родині достойний рівень життя.

Третім аспектом роботи з мотивацією є підтримка та мотивація переселенців. Це може включати в себе надання психологічної підтримки, консультування та тренінги з метою покращення психологічного благополуччя, рівня соціально-психологічної адаптації, самооцінки та

самопочуття. Також важливо стимулювати переселенців досягати своїх цілей, надавати їм позитивний приклад та підтримку у важких моментах.

Ряд авторів, що займаються цією проблемою, вважають, що мотивація на реабілітацію - це спонукання особистості, її зацікавленість включитися у процес реабілітації, продовжувати брати участь у ньому і бути відданим певної стратегії зміни поведінки. Таким чином, мотивація на реабілітацію відображає ступінь готовності інваліда до зміни поведінки, зумовленої негативними змінами психічного здоров'я та стійкими розладами функцій організму. У свою чергу, готовність до змін розглядається як наявність або відсутність мотивації[20; 56].

Процес зміни мотивації до реабілітації є рухом від стадії передміркування (характерна низька активність, нерозуміння, небажання працювати з проблемою) до стадії роздумів над проблемою (яка пов'язана з серйозними намірами та прийняттям рішень). Стадія дії пов'язана з посиленням активності, остання стадія успішних змін (стадія збереження) характеризує собою безперервну діяльність, спрямовану закріплення нових форм поведінки й сприйняття.

Вивчення особливостей мотивації дозволяє індивідуалізувати підхід до реабілітації вимушених переселенців в умовах війни, точніше визначити «мішені» для психокорекції у процесі реабілітації, значно підвищити її ефективність. Точне знання змісту потреб, мотивів та відносин є необхідним для проведення ефективного психологічного консультування, для прогнозування та корекції поведінки та стану інваліда під час реабілітації. Розуміння фахівцем змісту мотивації пацієнта дозволяє впливати на протікання та ефективність реабілітаційного процесу.

Отже, робота з мотивацією є ключовим чинником успішності реабілітації вимушено переселених осіб. Вона повинна бути інтегрована в комплексну програму реабілітації та включати в себе визначення потреб та бажань переселенців, створення сприятливого середовища для реабілітації та підтримку та мотивацію переселенців. Такий підхід допоможе забезпечити

переселенцям необхідну допомогу та підтримку, щоб вони могли успішно адаптуватися до нових умов життя та досягати своїх цілей.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

2.1. Організація та методики дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців

Проблема дослідження. Війна спричинила чимало втрат для нашого суспільства: руйнувань інфраструктури, частина населення втратила джерела доходу, житло, мусила змінити своє місце проживання. Це призводить до різних психологічних проблем у переселенців, таких як тривожність, депресія, почуття безпорадності та страху, сприяє зниженню адаптивності та самооцінки. Наразі в Україні наразі обліковано 4,8 млн внутрішньо переміщених осіб, з яких 300 тис. додалися за останній рік. Однак їх реальна кількість становить майже 7 млн.

(<https://www.slovoidilo.ua/2023/02/07/novyna/suspilstvo/minreintehracziyi->). При цьому, загальна кількість біженців продовжує збільшуватись.

Отже, проблема вимушеного переселення населення з зони бойових дій є актуальною для України в контексті війни в нашій країні.

Часто виникає проблема зниження мотивації переселенців до заходів корекції негативних станів (психологічної реабілітації). Це може бути пов'язано з розвитком ПТСР внаслідок втрати житла, роботи, родинних зв'язків та інших негативних та критичних факторів, зниженням внаслідок цього рівня самооцінки та низькою адаптованістю в умовах вимушеного переміщення. Психологи повинні звернути увагу на ці проблеми та надати необхідну допомогу переселенцям.

Один з головних аспектів формування мотивації до психологічної реабілітації - це розуміння переселенцями необхідності такої допомоги. Для цього важливо проводити інформаційну роботу, пояснювати, які проблеми можуть виникати у зв'язку з переселенням, які можуть бути наслідки для психологічного стану та як їх можна подолати.

Для психологічної допомоги переселенцям необхідно використовувати індивідуальний підхід та враховувати їх особливості та потреби. Важливо створити сприятливі умови для переселенців, допомогти їм знайти нові соціальні та культурні контакти, забезпечити можливість отримати професійну допомогу в разі потреби.

Критерії розвитку мотивації до психологічної реабілітації можуть бути такими:

1. Збільшення зацікавленості переселенців у психологічній допомозі. Це може бути досягнуто за допомогою проведення інформаційних кампаній, лекцій, тренінгів та інших заходів.
2. Зменшення опору до психологічної допомоги. Для цього важливо створити сприятливі умови для переселенців, забезпечити їхню конфіденційність та повагу до їхніх особистих проблем.

3. Збільшення самооцінки та відчуття власної значимості. Це може бути досягнуто за допомогою позитивного підходу до переселенців, надання їм можливості бути частинами спільноти та займатися корисною діяльністю.

4. Зменшення тривожності та депресії. Для цього важливо проводити психотерапевтичні сесії, використовуючи різноманітні методики, такі як когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, музикотерапія та інші.

5. Збільшення самоконтролю та саморегуляції. Це може бути досягнуто за допомогою тренування вмінь розуміти свої емоції та реагувати на них, а також вмінь знаходити способи розслаблення та зняття стресу.

Отже, формування мотивації до психологічної реабілітації вимагає комплексного підходу та врахування індивідуальних потреб кожного переселенця. Критерії розвитку мотивації можуть бути використані для оцінки ефективності проведених заходів та корекції психологічного стану переселенців.

Організація дослідження

Емпіричне дослідження побудовано за логікою запропонованих нами етапів:

1. На першому теоретико-аналітичному етапі було проведено теоретичний аналіз проблеми мотивації до реабілітації вимушених переселенців, розроблено вихідні положення, вивчено досвід і узагальнено теоретичні дані, визначено мету, предмет, об'єкт та гіпотезу дослідження, поставлено завдання, обрано методики проведення емпіричного дослідження;

2. На другому діагностично-пошуковому етапі проведено констатуючий та формувальний етапи емпіричного дослідження, що передбачало: дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців, систематизацію й узагальнення отриманих результатів дослідження, розроблення заходів щодо підвищення мотивації до реабілітації ВПО; організовано реалізацію дослідно-експериментальної діяльності (формувальний експеримент).

3. На третьому (контрольному) етапі дослідження було оцінене ефективність розроблених заходів: проведено контрольну діагностику та проаналізовано динаміку зростання мотивації до реабілітації вимушених переселенців, здійснено аналіз і порівняння отриманих результатів, визначено перспективи подальшого вивчення розглянутої проблеми, а також оформлено результати дослідження.

Об'єкт: особистісні якості вимушених переселенців

Предмет: дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців

Мета: Дослідити психологічні аспекти мотивації до реабілітації вимушених переселенців та розробити заходи із підвищення рівня мотивації.

Гіпотеза: передбачається, що

– мотивація до реабілітації залежить від різних аспектів, таких як: вид мотивації до реабілітації, система цінностей та переконань, рівень психологічного благополуччя, адаптованість, самооцінка;

– низька мотивація до реабілітації може призводити до погіршення психологічного стану (зниження рівня психологічного благополуччя) ВПО;

– мотивація до реабілітації може бути пов'язана з рівнем адаптованості та самооцінкою особистості. Люди з високим рівнем адаптованості та достатньою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до досягнення психологічного благополуччя та шукати допомогу в психолога; натомість, люди з низьким рівнем адаптованості та низькою самооцінкою, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін.

Завдання:

1. Провести теоретичний аналіз проблеми мотивації до реабілітації вимушених переселенців

2. Провести емпіричне дослідження мотивації до реабілітації ВПО

3. Розробити заходи із підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації та реалізувати їх в групі

4. Оцінити ефективність запропонованих заходів

Операціоналізація базових понять.

Психологічна реабілітація - система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, процесів, якостей, властивостей особистості; комплекс заходів та методик, спрямованих на відновлення психологічного здоров'я та адаптацію переселенців до нового середовища.

Мотивація до реабілітації - це внутрішня потреба та бажання вимушеного переселенця отримати психологічну допомогу для відновлення психологічного стану та адаптації до нового середовища.

Адаптованість - це пристосування людини до існуючих в суспільстві вимог та критеріїв оцінки за рахунок присвоєння норм і цінностей даного суспільства; здатність вимушеного переселенця успішно пристосуватися до нових умов життя, забезпечуючи своє фізичне та психологічне благополуччя.

Рівень адаптованості - це ступінь впорядкування переселенцем нових життєвих умов та здатність до розв'язання проблем, що виникають у процесі адаптації.

Самооцінка - це оцінка переселенцем своїх особистих якостей та можливостей. Види самооцінки: позитивна (висока самооцінка), негативна (низька самооцінка).

Психологічне благополуччя - це стан психіки, коли людина відчуває задоволення від свого життя, має позитивні емоції, відчуває себе компетентною та автономною. Психологічне благополуччя - це стан психологічної гармонії та задоволеності життям, що забезпечується взаємодією з оточуючим середовищем. Мотивація досягнення психологічного благополуччя може бути різною - деякі люди мотивовані досягненням успіху в кар'єрі, інші - збереженням здоров'я та гарних стосунків з оточуючими.

Ставлення до психокорекції - це особистісне ставлення переселенця до необхідності отримання психологічної допомоги для відновлення психологічного стану.

Життєві цінності - це важливість та пріоритетність різних аспектів життя.

Інсайт - це процес розуміння та осмислення своїх почуттів, думок та поведінки.

Для даного емпіричного дослідження нами було обрано наступні методи:

1. Теоретичні: теоретичний аналіз та узагальнення психологічних досліджень щодо проблеми дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців.

2. Емпіричні: методи збирання емпіричних даних (психологічне тестування).

3. Методи прикладної математичної статистики (статистичний аналіз, непараметричні критерії, кореляційний аналіз та ін.).

Для обробки отриманих емпіричних даних у роботі були використані методи прикладної математичної статистики, основною метою застосування яких є підвищення обґрунтованості висновків у психологічному дослідженні за рахунок використання імовірнісної логіки та імовірнісних моделей.

Було використано:

- описову статистику, яка включає угруповання, табулювання, графічний вираз та кількісну оцінку даних;
- теорію статистичного висновку, що використовується у психологічних дослідженнях для передбачення результатів за даними обстеження;
- теорію планування експериментів, що служить виявлення і перевірки причинних зв'язків між змінними (кореляційний аналіз (виступає одним із допоміжних методів при вирішенні теоретичних завдань у психодіагностиці; у прикладних психологічних дослідженнях кореляційний аналіз є одним з

основних методів статистичної обробки кількісного емпіричного матеріалу), непараметричний критерій, призначений перевірки рівності медіан кількох вибірок).

Для дослідження мотивації до реабілітації вимушених переселенців було складено блок діагностичних методик:

1. Опитувальник для вивчення ставлення до психокорекції (Б.Д. Корвасарський)

Мета - виявити основні види установок до реабілітації або мотиви, що спонукали респондента звернутися до психолога (психотерапевта, психіатра); діагностувати мотиви звернення до психолога та психотерапевта.

Методика виділяє наступні види мотивації до реабілітації (види установок) та розраховує рівень мотивації до реабілітації (низький, середній, високий):

1. Установка на досягнення інсайту.
2. Установка на зміну поведінки.
3. Установка на досягнення симптоматичного поліпшення.
4. Установка на отримання «вторинного виграшу» від хвороби (проблеми)
4. Інша мотивація (включно з пасивною позицією).

Оцінка ступеня виразності кожного з п'яти видів мотивації складається із суми балів, що входять до її складу тверджень. Зіставлення отриманих даних дозволяє визначити домінуючий вид мотивації (установки) до реабілітації.

2. Ціннісний опитувальник (Є.Б. Фанталова)

Методика розглядає 12 основних загальнолюдських цінностей: активне, діяльне життя; здоров'я (фізичне та психічне); цікава робота; краса природи та мистецтва (переживання прекрасного); любов (духовна та фізична близькість з коханою людиною); матеріально забезпечене життя (матеріальні блага, відсутність матеріальних труднощів); наявність вірних та добрих друзів; впевненість у собі (відсутність внутрішніх протиріч); пізнання

нового у світі, природі, людині (розширення кругозору); свобода (незалежність у вчинках та діях); щасливе сімейне життя; творчість (можливість творчої діяльності).

3. Методика «Оцінка стану адаптованості особистості» (С. И. Яковенко) призначена для своєчасного виявлення осіб, які не мають психічної стійкості, здатності до адаптації, не задоволених життям.

4. Методика «Шкала психологічного благополуччя» Варвік-Едінбург (Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale, WEMWBS) призначена для оцінки суб'єктивного благополуччя та сфокусована на позитивних аспектах психічного здоров'я. Це коротка і надійна шкала, що відкриває великі можливості як інструмент моніторингу психічного благополуччя у загальній популяції.

5. Методика «Експрес діагностика самооцінки особистості» (Н.П. Фетіскін, В.В. Козлов, Г.М. Мануйлов)

Рівні самооцінки:

Підвищений – менш ніж 10 балів

Середній нормативний рівень самооцінки (адекватна самооцінка) – 11-29 балів

Низький - більш ніж 29 балів.

Емпірична база та вибірка дослідження.

Дослідження мотивації до реабілітації було проведене в м. Запоріжжя протягом січня-вересня 2023р. на базі волонтерського штабу «Запорізької політехніки».

В дослідженні прийняло участь 40 вимушених переселенців (жінки та чоловіки) від 35 до 50 років, що тимчасово проживають в гуртожитках Національного Університету «Запорізька Політехніка». Середній вік респондентів складає 43,8 років.

Вибірку піддослідних було складено за основним критерієм – усі учасники емпіричного дослідження є вимушеними переселенцями з зони бойових дій.

Дослідження проводилося у природних умовах життя та діяльності піддослідних. Випробуванім було запропоновано тестовий матеріал згідно з обраними методиками для проведення діагностики.

Достовірність дослідження була забезпечена вихідним методологічним аналізом теоретичних положень психології, застосуванням комплексу діагностичних методів, адекватних цілям та завданням дослідження, використанням математико-статичних процедур обробки даних. Статистичні розрахунки виконані з використанням комп'ютерної програми для психологів – SPSS-27.

2.2. Аналіз та обговорення результатів дослідження

На початку дослідження нами було оцінено основні види установок до реабілітації або мотиви, що спонукають вимушених переселенців звернутися до психолога (табл.2.1).

Таблиця 2.1

Результати діагностики видів установок (мотивів) вимушених
переселенців до реабілітації
Констатуючий етап

Описова статистика					
Мотиваційний чинник	N	Мін	Мах	Mx	Std. Deviation
Досягнення інсайту	40	3,00	14,00	7,0250	2,94816
Зміна поведінки	40	6,00	18,00	12,5750	2,83646
Досягнення симптоматичного покращення	40	6,00	18,00	13,3000	3,27539
Отримання вторинного виграшу	40	8,00	18,00	14,2500	2,73393
Інша мотивація (пасивна позиція)	40	8,00	20,00	13,9750	2,71262

Загальний рівень мотивації до реабілітації	40	9,60	14,80	12,2250	1,47679
--	----	------	-------	---------	---------

Примітка: Mx – середнє значення; Std. Deviation – стандартне відхилення

Результати діагностики свідчать про те, що найбільш вираженим мотиваційним чинником на реабілітацію в групі вимушених переселенців є «отримання вторинного виграшу» ($14,25 \pm 2,73$). Даний мотиваційний чинник характеризується тим, що звернутися до психотерапевта (психолога) вимушених переселенців змушує неприємна життєва ситуація, що ставить їх «поза справжнім життям», в якому вони опинився останнім часом. Значна частина вимушених переселенців відчуває сильну потребу хоча б на якийсь час сховатися в безпечному місці (кабінеті психотерапевта, психолога) від прикростей і турбот, що їх терзають.

Пасивну позицію щодо реабілітації займає значна частина опитаних вимушених переселенців 19 осіб (38%). Загальний показник в групі знаходиться на середньому рівні та складає ($13,97 \pm 2,71$).

Показники «зміна поведінки» ($12,57 \pm 2,83$) та «досягнення симптоматичного покращення» ($13,3 \pm 3,27$) свідчать про те, що частина вимушених переселенців сподівається, що сеанси психотерапії поверне їм енергію та ефективність у діяльності, що психотерапевт (психолог) ліквідує симптоми, які завдають страждань, вважають, що за час психотерапії навчаться самостійно впоратися із симптомами тривоги та стресу.

Найменш вираженим в групі є показник «досягнення інсайту» ($7,02 \pm 2,94$). Це свідчить про те, що менш за все переселенців хвилює процес розуміння та осмислення своїх почуттів, думок та поведінки (рис.2.1).

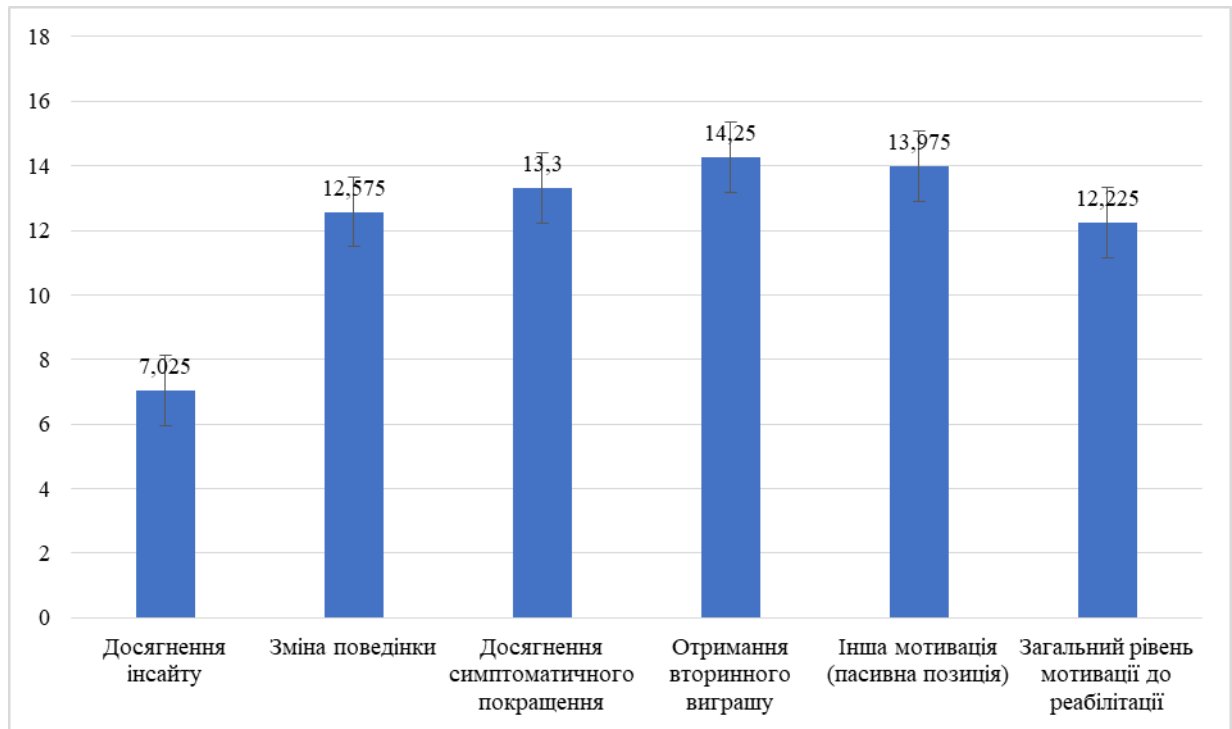


Рисунок 2.1 Головні чинники мотивації ВПО до реабілітації

Загальний показник мотивації до реабілітації в групі складає $(12,22 \pm 1,47)$ та знаходиться на рівні нижче середнього. Коли загальний показник мотивації до реабілітації знаходиться на рівні нижче середнього, це свідчить про низьку мотивацію до психотерапії у вимушених переселенців.

Критерії низької мотивації до психотерапії можуть включати:

1. Відмову переселенців від участі в терапевтичних сесіях.
2. Байдужість або нецікавість до процесу реабілітації та психотерапії.
3. Відсутність бажання змінювати свої негативні психологічні стани або поведінку.
4. Недостатня спроможність встановлювати та досягати мети терапії.
5. Відсутність довіри до професіоналів психотерапевтів взагалі.

Низька мотивація до психотерапії у вимушених переселенців може бути пов'язана з різними факторами, такими як почуття безсилля, втрата віри у можливість поліпшення своєї ситуації, негативний досвід з попередніми терапевтами або стигматизація психічного здоров'я. Також, вимушені

переселенці можуть відчувати великий стрес і потребувати більше часу для адаптації перед тим, як бути готовими до психотерапевтичного процесу.

Висновки з низької мотивації до психотерапії вимушених переселенців можуть включати необхідність розуміння та врахування їхнього контексту та індивідуальних потреб.

Важливо створити сприятливе середовище, де переселенці почуваються підтриманими та зрозумілими, що підвищить їх рівень психологічного благополуччя. Також, можуть бути необхідні додаткові зусилля для стимулювання мотивації, такі як індивідуальна підтримка, підвищення адаптивних можливостей та самооцінки, навчання саморегуляції та розвиток ресурсів для зміни.

На наступному етапі за допомогою методики «Ціннісний опитувальник Є.Б. Фанталової» нами було проведено діагностику рівня формування ціннісне-сміслової сфери в різних життєвих сферах вимушено переміщених осіб (табл.2.2, рис. 2.2).

Результати аналізу свідчать, що найвищий ранг у системі формування цінностей вимушених переселенців є: здоров'я ($11,67 \pm 0,96$), матеріальне забезпечення ($10,67 \pm 0,94$), щасливе сімейне життя ($9,55 \pm 1,61$), активне діяльне життя ($8,1 \pm 1,06603$), цікава робота ($7,95 \pm 1,31089$) та наявність добрих та вірних друзів ($7,175 \pm 0,78259$).

Нижчий ранг у формуванні життєвих цінностей мають: краса природи та мистецтва ($1,5 \pm 0,87303$), можливість творчої діяльності ($1,65 \pm 1,73020$), що є цілком логічним у формуванні цінностей в кризових умовах вимушеного переселення.

Таблиця 2.2

Співвідношення цінностей вимушених переселенців на основі більшої значущості, більшої привабливості у різних життєвих сферах

Констатуючий етап

Категорія цінностей	№	Mx	Std.	Std. Error
---------------------	---	----	------	------------

			Deviation	Mean
1. Активне, діяльне життя	40	8,1	1,06603	,14322
2. Здоров'я (фізичне та психічне здоров'я);	40	11,675	,96826	,177654
3. Цікава робота;	40	7,95	1,31089	,47018
4. Краса природи та мистецтва;	40	1,5	0,87303	,46461
5. Кохання (духовна та фізична близькість з коханою людиною);	40	3,9	1,18502	,77200
6. Матеріально-забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);	40	10,675	0,94302	,62864
7. Наявність добрих і вірних друзів;	40	7,175	0,78259	,83065
8. Впевненість у собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів);	40	5,325	1,98774	,50752
9. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, а також інтелектуальний розвиток);	40	4,45	1,28902	1,319802
10. Свобода як незалежність у вчинках та діях;	40	6,05	2,39161	,80238
11. Щасливе сімейне життя;	40	9,55	1,61412	,78682
12. Творчість (можливість творчої діяльності).	40	1,65	1,73020	,54802

Примітка: Mx – середнє значення; Std. Deviation – стандартне відхилення; Std. Error Mean - стандартна помилка середнього

Найвищі ранги у системі формування цінностей вимушених переселенців, незалежно від віку та статі, займають здоров'я, матеріальне забезпечення, щасливе сімейне життя, активне діяльне життя, цікава робота та наявність добрих та вірних друзів.

Ці цінності можуть бути важливими для вимушених переселенців, оскільки їх досвід переселення може призвести до втрати стабільності, здоров'я, роботи та зв'язків. Тому вони можуть прагнути відновити ці аспекти свого життя і поставити їх на перше місце у своїй системі цінностей.



Рисунок 2.2 Співвідношення життєвих цінностей вимушених переселенців

Щаслива родина та наявність добрих та вірних друзів мають велике значення для вимушених переселенців з кількох причин.

По-перше, переселення може призвести до розриву сімейних зв'язків і втрати близьких людей. Тому для багатьох переселенців їх родина є єдиним джерелом підтримки, розуміння і комфорту. Щаслива родина може створити атмосферу безпеки і стабільності, що допоможе переселенцям адаптуватися до нового середовища.

По-друге, переселення призводить до втрати соціальних зв'язків та підтримки. Добрі та вірні друзі можуть стати надійною опорою для вимушених переселенців, які шукають підтримку, пораду та розуміння. Ці друзі можуть бути свідками переживань і труднощів, які переселенці

зазнають, і надати їм емоційну підтримку. Крім того, наявність добрих та вірних друзів може допомогти вимушеним переселенцям встановити нові соціальні зв'язки в новому місці проживання. Це може бути особливо важливо для переселенців, які почуваються відчуженими або ізольованими у новому середовищі.

Отже, щаслива родина та наявність добрих та вірних друзів мають найбільше велике значення для вимушених переселенців, оскільки вони становлять основу підтримки, стабільності і соціального зв'язку у їх новому житті.

Далі, за методикою «Оцінка стану адаптованості особистості» (С. І. Яковенко) нами було виявлене адаптаційний потенціал вимушених переселенців в групі (табл.2.3, 2.4).

Таблиця 2.3

Рівень розвитку адаптованості особистості переселенців

Констатуючий етап

рівень адаптованості	кількість (осіб)	питома вага (%)
високий	1	2,00%
середній	38	76,00%
низький	11	22,00%

Результати діагностики показали наявність проблем в адаптованості вимушених переселенців. Так лише 1 людина в групі має високий рівень адаптованості (2%).

В більшості вимушено переселених осіб рівень адаптованості знаходиться на середньому рівні 38 (76%). Втім значення показника адаптованості знаходяться на найнижчих допустимих границях та свідчать про наявні проблеми.

Низький рівень адаптованості мають 11 осіб (22%) (рис.2.3)., що свідчить про повну незадоволеність їх поточною ситуацією, собою та своїх способом життя в даний час, новими умовами життя.

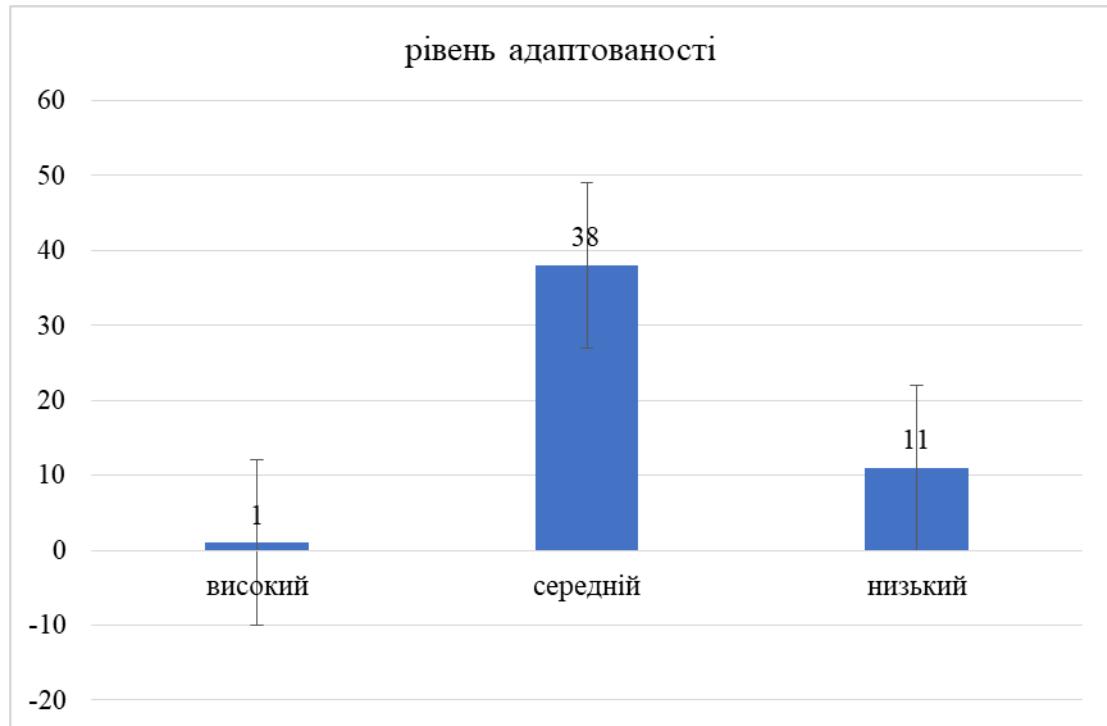


Рисунок 2.3 Розвиток адаптованості вимушених переселенців

Слід зазначити, що адаптація вимушених переселенців до нового життя досягається ціною певної напруги.

Таблиця 2.4

Результати математичної обробки даних (А)

Констатуючий етап

Показник	N	Mx	Std. Deviation	Std. Error Mean	Дисперсія
Адаптованість	40	26,725	7,66607	1,21211	1,637

Середній по вибірці показник адаптованості знаходиться на рівні нижче середнього та становить $(26,72 \pm 7,66)$.

Низька дисперсія (1,63) свідчить про те, що вимушені переселенці у вибірці мають подібний невисокий рівень адаптованості і показують стабільне порушення адаптивності в групі.

Причини порушення адаптованості вимушених переселенців можуть бути різноманітними. Деякі з них включають:

1. Культурний шок: Переселення у нове середовище може призвести до культурного шоку, коли переселенці зіткнуться з новими цінностями, нормами та традиціями, які відрізняються від їхніх власних. Це може спричинити стрес і незручність, що ускладнює процес адаптації.

2. Втрата родини та соціальних зв'язків: Переселення може призвести до втрати родини та соціальних зв'язків, що може викликати почуття втрати, самотності та відчуження. Втрата цих підтримуючих мереж може ускладнити процес адаптації та психологічний стан переселенців.

3. Економічна нестабільність: Вимушені переселенці часто знаходяться у складному економічному становищі, оскільки вони можуть втратити свою роботу або джерело доходу під час переселення. Це може призвести до фінансових труднощів і стресу, що ускладнює їхню адаптацію до нових умов.

4. Дискримінація та недовіра: Вимушені переселенці можуть зіткнутися з дискримінацією та недовірою у новому середовищі. Це може викликати почуття неприйнятності та незахищеності, що ускладнює їхню адаптацію.

Ці причини можуть взаємодіяти між собою і створювати складнощі для вимушених переселенців у процесі адаптації до нового середовища.

Наступним етапом дослідження стало вивчення рівня суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців (табл. 2.5, 2.6).

Таблиця 2.5

Рівень суб'єктивного психологічного благополуччя (РСПБ) вимушених переселенців

Констатуючий етап

рівень психологічного благополуччя	кількість (осіб)	питома вага (%)
високий	0	0,00%
середній	38	76,00%
низький	12	24,00%

В результаті проведеного аналізу результатів діагностики було виявлене, що середній рівень суб'єктивного благополуччя мають 38 осіб в групі (76%), низький рівень виявлено у 12 осіб (24%) (рис.2.4).

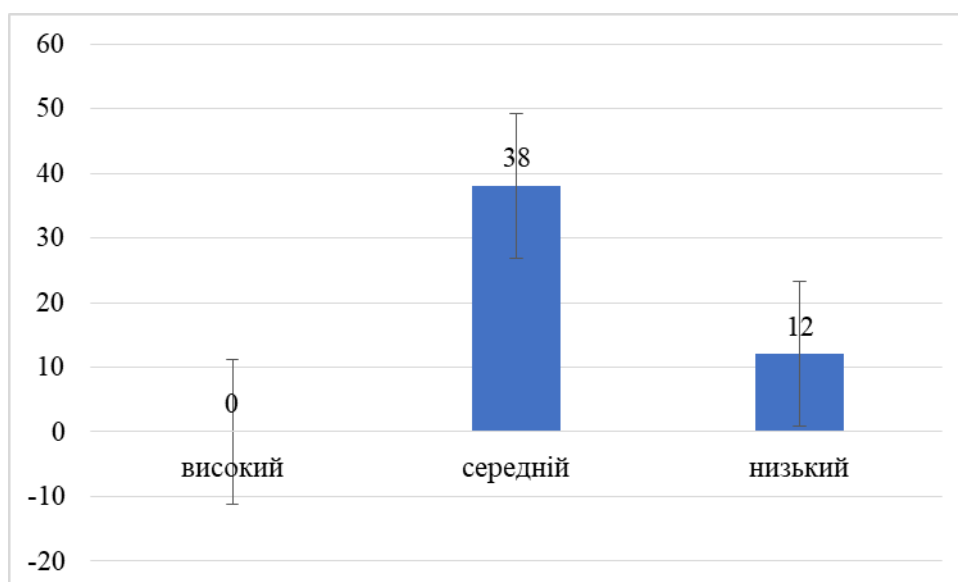


Рисунок 2.4 Рівень суб'єктивного психологічного благополуччя вимушених переселенців

Середній рівень суб'єктивного благополуччя особистості вимушених переселенців може характеризуватися почуттям незадоволення та нестабільності життя. Вони можуть відчувати стрес, тривогу та невпевненість у майбутньому. Хоча вони мають основні потреби задоволені, такі як проживання та харчування, вони можуть постійно зазнавати емоційного дискомфорту і незадоволення своїм становищем.

Низький рівень суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців може бути пов'язаний з дуже негативними емоціями, такими як депресія, безнадійність та втрата життєвого смислу.

Вимушені переселенці з низьким рівнем РСБ постійно відчують стрес і тривогу, не бачать перспективи на покращення свого становища.

Низький рівень суб'єктивного благополуччя може також виявлятися у відсутності задоволення від життя та негативному сприйнятті свого нового середовища.

Результати проведених розрахунків свідчать про те, що рівень РСБ в середньому у підгрупі переселенців має невисокий показник ($31,175 \pm 6,95733$) – нижче за середній.

Таблиця 2.6

Результати математичної обробки даних (РСПБ)

Констатуючий етап

Показник	N	Мін	Мах	Mx	Std. Deviation	Дисперсія
РСБ	40	16,00	44,00	31,1750	6,95733	1,348

Низька дисперсія (1,348) свідчить про те, що вимушені переселенці у вибірці мають подібний невисокий рівень розвитку психологічного благополуччя.

Причини зниження суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців можуть бути пов'язані з різними факторами. Одним з них є втрата родини та соціальних зв'язків, що може призвести до почуття самотності та відчуження. Втрата підтримки та розрив соціальних зв'язків можуть суттєво погіршити психологічний стан переселенців. Також економічна нестабільність може впливати на суб'єктивне благополуччя вимушених переселенців. Фінансові труднощі та стрес, пов'язаний з втратою роботи або джерела доходу, можуть призводити до почуття безпорадності та незадоволення своїм становищем. Дискримінація та недовіра також можуть впливати на суб'єктивне благополуччя вимушених переселенців. Вони можуть зіткнутися з ворожістю, неприйняттям та обмеженням у новому середовищі, що може призводити до почуття незахищеності та невпевненості у майбутньому.

Всі ці фактори можуть взаємодіяти між собою та сприяти зниженню суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців. Це може мати серйозні наслідки для їхнього психологічного стану та загального самопочуття.

Наступним етапом дослідження стала діагностика самооцінки вимушених переселенців (табл. 2.7, 2.8).

Результати діагностики свідчать про те, що більшість вимушено переміщених осіб в групі мають середній (адекватний) та занижений рівень самооцінки – 33 особи (66%).

Підвищений рівень самооцінки виявлено у 2 осіб в групі (4%).

Таблиця 2.7

Рівень самооцінки ВПО

Констатуючий етап

рівень самооцінки	кількість (осіб)	питома вага (%)
підвищений	2	4,00%
середній	33	66,00%
низький	15	30,00%

Низький рівень самооцінки виявлено у 15 осіб в групі (30%) (рис.2.5).

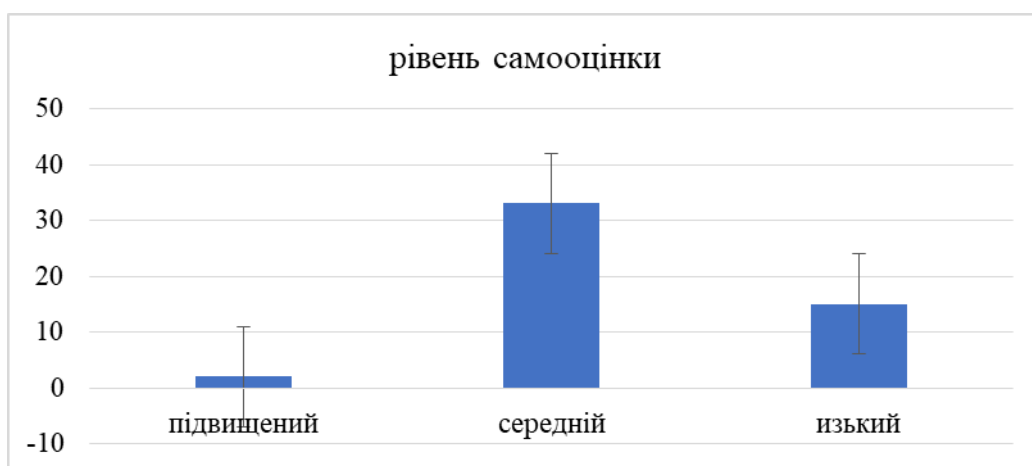


Рисунок 2.5 Рівень самооцінки вимушених переселенців

Загалом по групі рівень самооцінки складає $(39,52 \pm 9,106)$ більш ніж 29 балів, що свідчить про низьку самооцінку вимушених переселенців в групі (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

Результати математичної обробки даних самооцінки

Констатуючий етап

Показник	N	Мін	Max	Mx	Std. Deviation	Дисперсія
Самооцінка	40	28,00	70,00	39,525	9,10618	2,31

Низька дисперсія (2,31) свідчить про те, що вимушені переселенці у вибірці мають подібний невисокий рівень розвитку самооцінки. Знижений рівень самооцінки вимушених переселенців може проявлятися у почутті неприйняття себе, недостатньої вірі у свої здібності та власну цінність. Вони можуть вважати себе непотрібними у порівнянні з іншими людьми, що призводить до падіння самооцінки. Однією з головних причин зниження самооцінки вимушених переселенців є втрата соціального статусу та ідентичності. Внаслідок вимушеного переселення вони втрачають свою попередню роль у суспільстві, роботу, соціальні зв'язки та мережу підтримки. Це призводить у більшості переселенців до розвитку почуття безпорадності та незначності, що впливає на самооцінку. Також дискримінація та недовіра з боку оточуючих можуть поглиблювати зниження самооцінки вимушених переселенців. Вони можуть відчувати себе неприйнятими та незахищеними у новому середовищі, що погіршує їхню самооцінку.

Результати дослідження показують, що в даній групі ВПО професійна психологічна допомога може бути корисною для розуміння та розробки стратегій для підвищення самооцінки, покращення процесу адаптації та формуванні позитивної мотивації до реабілітації.

Далі для підтвердження висунутих на початку емпіричного дослідження гіпотез нами було проведено кореляційний аналіз. Нами було досліджено зв'язок мотивації до реабілітації вимушених переселенців із рівнем психологічного благополуччя (табл. 2.9).

Таблиця 2.9

Зв'язок мотивації до реабілітації вимушених переселенців із рівнем психологічного благополуччя

Чинник		Мотивація до реабілітації (МР)	Рівень СПБ
МР	R Пірсона	1	-,695**
	знач. 2ст.		,000
	N	40	40

РСПБ	R Пірсона	-,695**	1
	знач. 2ст.	,000	
	N	40	40
**. Кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).			

Коефіцієнт кореляції Пірсона показує лінійну залежність між двома змінними X та Y, який набуває значень від -1 до $+1$ включно. В результаті проведених розрахунків виявлено наявність тісного зворотного кореляційного зв'язку між показниками: R Пірсона= $-0,695^{**}$. Тісний зворотній зв'язок між мотивацією до реабілітації вимушених переселенців та рівнем їх психологічного благополуччя означає, що низька мотивація до реабілітаційних заходів може призводити до погіршення психологічного стану цих осіб. Гіпотеза є підтвердженою. Якщо вимушені переселенці не проявляють достатньої мотивації до активної участі у програмах та послугах, спрямованих на покращення їхнього психологічного стану, це може призвести до занепаду їхнього психологічного благополуччя. Низька мотивація може вказувати на почуття безсилля, втрати надії та відчуття непотрібності у новому середовищі.

Отже, важливо стимулювати та підтримувати мотивацію вимушених переселенців до реабілітації, оскільки це може позитивно вплинути на їхнє психологічне благополуччя. Шляхи підвищення мотивації можуть включати надання підтримки, розуміння та визнання їхнього становища, а також надання можливостей для самореалізації та досягнення цілей.

Далі нами було підтверджено гіпотезу про те, що мотивація до реабілітації може бути пов'язана з рівнем адаптованості та самооцінкою особистості (табл.2.10).

В результаті проведених розрахунків виявлено тісний прямий зв'язок між мотивацією до реабілітації вимушених переселенців та рівнем адаптованості (R Пірсона= $0,541^{**}$) та тісний прямий зв'язок мотивації до реабілітації із показником самооцінки (R Пірсона= $0,407^{**}$).

Отже, гіпотеза про те, що люди з високим рівнем адаптованості та достатньою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до досягнення психологічного благополуччя та шукати допомогу в психолога; натомість, люди з низьким рівнем адаптованості та низькою самооцінкою, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін є доведеною.

Таблиця 2.10

Кореляційний зв'язок мотивації до реабілітації вимушених переселенців із рівнем адаптованості та самооцінки

Фактор		Мотивація до реабілітації (MP)	Адаптація (РА)	Самооцінка (РС)
MP	R Пірсона	1	,541**	,407**
	знач. 2ст.		,000	,009
	N	40	40	40
РА	R Пірсона	,541**	1	,812**
	знач. 2ст.	,000		,000
	N	40	40	40
РС	R Пірсона	,407**	,812**	1
	знач. 2ст.	,009	,000	
	N	40	40	40
**. Кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).				

Отже, для розвитку мотивації до реабілітації вимушених переселенців важливо впроваджувати соціально-психологічні заходи з розвитку адаптації та покращенню рівня самооцінки. Це можна зробити шляхом надання психологічної підтримки, проведенням психологічних тренінгів із розвитку адаптивності та підвищення самооцінки, навчання ВПО навичкам саморозвитку та самостійності, а також створення умов для успішного досягнення поставлених цілей.

РОЗДІЛ 3

РОЗРОБЛЕННЯ ЗАХОДІВ ІЗ ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ

3.1. Розробка та опис програми тренінгу підвищення мотивації до реабілітації

Одним з головних аспектів формування мотивації до психологічної реабілітації є розуміння переселенцями необхідності такої допомоги. Часто переселенці відчують втому та безнадію, імовірно, вони не бачать сенсу в тому, щоб звертатися до психолога. У цьому випадку важливо допомогти переселенцям зрозуміти, що психологічна допомога може допомогти їм з легшим переживанням труднощів та забезпечити шлях до відновлення психологічного стану.

Інший аспект полягає у створенні сприятливого середовища для переселенців, яке б допомогло їм відчувати себе комфортно та відчувати підтримку суспільства. Це може включати доступ до інформації про доступну психологічну допомогу, створення груп підтримки, організацію заходів, спрямованих на зняття стресу та підвищення настрою.

Для підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації пропонуємо проведення мотиваційного тренінгу, в якому братимуть участь вимушено переміщені особи.

Час проведення тренінгу: 12 годин (6 днів). Час одного заняття – 2 години (120 хвилин).

Форма занять: групова, індивідуальні консультації по запиту.

Метою тренінгу є: підвищення мотивації до реабілітації, розвиток адаптаційних здібностей та підвищення рівня самооцінки.

Завдання тренінгу:

1. Виявлення та аналіз причин низького рівня мотивації до реабілітації переселенців.
2. Створення сприятливої психологічної атмосфери, що сприяє вираженню емоцій та проблем переселенців. Ознайомлення з сучасними методами психологічної допомоги.
3. Підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації
4. Підсилення адаптаційних здібностей ВПО та їх рівня самооцінки
5. Освоєння способів саморегуляції негативних психічних станів (тривога, депресія, гнів та ін.)
6. Розвиток навичок саморозвитку та самостійності
7. Підсилення успіху та мотивації через встановлення малих кроків та нагород за досягнення цілей.

Методи роботи:

1. Психологічні тести та інтерв'ю для визначення поточного стану мотивації переселенців.
2. Індивідуальні консультації з психологом для надання підтримки та порад.
3. Групові сесії, під час яких переселенці можуть висловити свої емоції та проблеми, а також отримати позитивну підтримку від інших учасників.
4. Завдання та вправи з підвищення самооцінки, розвитку навичок саморозвитку, встановлення цілей та розробки планів дій, рольові ігри
5. Арт-терапія, музико-терапія, антистресове дихання, аутогенне тренування, медитація в розвитку навичок саморегуляції негативних психічних станів.
6. Створення умов для самостійного прийняття рішень та виконання завдань, що сприятиме почуттю контролю над власним життям та збільшенню мотивації.

7. Встановлення системи нагород за досягнення цілей та підсилення мотивації успіху у процесі реабілітації.

Ці методи роботи сприятимуть активізації бажання та зусиль переселенців для адаптації до нових умов, поліпшення самооцінки та досягнення поставлених цілей

Критерії розвитку мотивації до психологічної реабілітації можуть також включати зменшення рівня тривожності та депресії, збільшення самооцінки та впевненості у собі, зміцнення соціальних та культурних зв'язків, покращення якості життя. Важливо також враховувати індивідуальні потреби та цілі кожного переселенця, щоб допомогти їм досягти успіху у психологічній реабілітації.

Узагалі, формування мотивації до психологічної реабілітації є складним процесом, який вимагає індивідуального підходу та уваги до потреб кожного переселенця. Однак, успішне формування мотивації може допомогти переселенцям відновити своє психологічне здоров'я та інтегруватися у нове середовище.

Програма тренінгу підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації буде спрямована на активізацію їхнього бажання і зусиль для адаптації до нових умов та поліпшення самооцінки. Основними етапами програми будуть:

1. Діагностика рівня мотивації: проведення психологічних тестів та інтерв'ю для визначення поточного стану мотивації переселенців.

2. Психологічна підтримка: надання індивідуальних консультацій та групових сесій, під час яких переселенці зможуть висловити свої емоції та проблеми, а також отримати позитивну підтримку та поради.

3. Навчання навичкам саморозвитку: проведення тренінгів, на яких переселенці будуть вчитися ставити цілі, розробляти плани дій та використовувати різні стратегії для досягнення поставлених цілей.

4. Самостійність: надання можливості переселенцям самостійно приймати рішення та виконувати завдання, що сприятиме їхньому почуттю контролю над власним життям та збільшенню мотивації.

5. Підсилення успіху: створення умов, які сприятимуть досягненню успіху в реабілітації, наприклад, встановлення малих кроків та нагород за досягнення цілей.

Актуальність програми полягає в тому, що мотивація є ключовим чинником успішної реабілітації переселенців. Завдяки підвищенню рівня мотивації, вони зможуть краще адаптуватися до нових умов та мати позитивну самооцінку, що позитивно вплине на їхнє фізичне та психологічне благополуччя.

Прогнозовані результати програми включають зростання рівня мотивації переселенців, покращення їхньої адаптації до нового середовища, збільшення самооцінки та зниження незадоволеності власним становищем. Також очікується, що учасники програми будуть більш активно залучатися до процесу реабілітації та досягатимуть поставлених цілей.

Кожне заняття тренінгу складається із трьох частин: вступної, основної та заключної (рис.3.1).



Рисунок 3.1 Структура тренінгового заняття

Таблиця 3.1

Програма тренінгу

№	Тема	Коментарі	Завдання та вправи
1	Вступна частина	Привітання, презентація учасників групи, визначення групових правил, огляд принципів тренінгу, орієнтація в проблемі, створення довірчої атмосфери у групі спрямованої на підвищення працездатності, діагностика мотивації до реабілітації за обраними методиками	Вправи: «Ім'я-асоціація», «Помінятися місцями», Міні-лекція, тестування
2	Розвиток мотивації до реабілітації	Привітання, визначення проблеми Основна частина: формування мотивації до реабілітації Заклучна частина: рефлексія	Міні-лекція Вправи: «Моє бажання». «Картка мотивації» Мозковий штурм, аналіз історій та ситуацій
3	Розвиток адаптації та	Привітання, визначення	Міні-лекція

	самооцінки	проблеми Основна частина: підвищення самооцінки та адаптації Заключна частина: рефлексія	«Адаптаційний потенціал» Вправи: «Інтерактивна карта». «Список потреб» «Позитивний список»
4	Освоєння способів саморегуляції негативних психічних станів, оволодіння навичками саморозвитку	Привітання, визначення проблеми Основна частина: формування навичок саморегуляції, саморозвитку Заключна частина: рефлексія	Міні-лекція. Дискусія. Вправи Хто я?. Щоденник емоцій. Глибоке дихання, медитація
5	Підсилення успіху та мотивації через встановлення малих кроків	Привітання, визначення проблеми Основна частина: встановлення малих кроків до реабілітації Заключна частина: рефлексія	Рольова гра «Моя мета». «Колаж досягнень»
6	Заключна частина	Рефлексія. Обмін думками та висновками. Заключна діагностика	Вправа на рефлексію: «Два стовпчики» Контрольне тестування

План тренінгового заняття на тему «Мотивація до реабілітації»

Час: 2 години

Мета: підвищення мотивації учасників до психологічної реабілітації та адаптації до нового середовища.

Хід заняття:

1. Вступне слово (10 хв)

Ведучий привітає учасників та пояснить мету та завдання заняття. Він також пояснить, що мотивація є ключовим фактором успіху в процесі реабілітації та адаптації, і що заняття будуть спрямовані на збільшення мотивації учасників.

2. Вправа Моє бажання (20 хв)

Учасники записують на окремих аркушах паперу свої бажання щодо покращення свого психологічного стану та адаптації до нового середовища.

Потім вони обмінюються аркушами та допомагають один одному знайти шляхи до досягнення цих бажань.

3. Вправа Картка мотивації (20 хв)

Учасники створюють картки з написаними на них мотивуючими словами та фразами, які допоможуть їм зберегти мотивацію до реабілітації та адаптації. Картки можна прикріпити на видимому місці, щоб нагадувати собі про свої цілі та мотивацію.

4. Вправа Хто я? (20 хв)

Учасники записують на окремих аркушах паперу свої позитивні та негативні якості. Потім вони обмінюються аркушами та допомагають один одному знайти способи розвитку позитивних якостей та подолання негативних.

5. Перерва (10 хв)

6. Вправа Два стовпчики (20 хв)

Учасники записують на аркушах паперу свої позитивні та негативні думки щодо своєї адаптації та психологічного стану. Потім вони порівнюють ці два стовпчики та думають, як можна зменшити кількість негативних думок та збільшити кількість позитивних.

7. Вправа Щоденник емоцій (20 хв)

Учасники записують щоденно свої емоції та думки про той день. Потім вони аналізують свої записи та думають, як можна покращити свій психологічний стан.

8. Вправа Глибоке дихання (10 хв)

Учасники проводять вправи на глибоке дихання, щоб заспокоїти свій організм та зняти стрес.

9. Вправа Прогулянка (20 хв)

Учасники виходять на прогулянку та спостерігають навколишній світ, щоб розслабитись та зняти стрес.

10. Вправа Позитивний список (20 хв)

Учасники записують на аркушах паперу свої позитивні якості та досягнення. Потім вони обмінюються списками та допомагають один одному знайти нові позитивні якості та досягнення.

11. Заключне слово (10 хв)

Ведучий підсумовує заняття та нагадує учасникам про важливість мотивації у процесі реабілітації та адаптації. Він також надає корисні поради щодо збереження мотивації та продовження розвитку позитивних якостей.

Вправи та ігри до тренінгу:

Казковий герой - учасники обирають собі казкового героя та записують, чому вони хотіли б бути схожі на нього. Потім вони обмінюються своїми ідеями та допомагають один одному знайти способи розвитку позитивних якостей.

Колаж досягнень - учасники створюють колаж зі своїх досягнень та позитивних моментів у житті. Потім вони розповідають про свій колаж та діляться своїми успіхами з іншими.

Рольова гра - учасники грають ролі переселенців та інших людей, які можуть допомогти їм у процесі адаптації. Це допоможе переселенцям зрозуміти, які ресурси та підтримка є доступними для них.

Інтерактивна карта - учасники створюють інтерактивну карту свого нового середовища, де вони позначають місця, які їм подобаються та місця, де вони можуть знайти підтримку та ресурси.

Список потреб - учасники записують свої потреби щодо адаптації до нового середовища. Потім вони обмінюються списками та допомагають один одному знайти шляхи до задоволення цих потреб.

Нами було розроблено рекомендації для вимушених переселенців щодо підвищення їх адаптації та самооцінки:

1. Визначте свої цілі та плани на майбутнє. Розробіть конкретний план дій, який допоможе вам досягти поставлених цілей.

2. Навчіться приймати свої помилки та невдачі як частину процесу розвитку. Не забувайте, що навчання та розвиток - це постійний процес.

3. Розвивайте свої сильні сторони та вдосконалюйте свої слабкі сторони. Використовуйте свої сильні сторони для досягнення успіху, а слабкі сторони - для розвитку.

4. Приймайте виклики та ризикуйте. Це допоможе вам розвиватись та досягати нових висот.

5. Звертайте увагу на своє фізичне та психологічне здоров'я. Дотримуйтеся здорового способу життя, займайтеся спортом, спілкуйтеся з друзями та родиною.

6. Навчіться приймати компліменти та відповідати на критику. Не бійтеся показувати свої успіхи та відкрито говорити про свої помилки.

7. Розвивайте свою самодисципліну та наступність. Дотримуйтеся своїх зобов'язань та домовленостей, навчіться керувати своїм часом та енергією.

8. Зберігайте позитивний настрій та оптимізм. Навчіться шукати позитивні сторони у будь-якій ситуації та вірте у свій успіх.

Прогнозується, що результатом реалізації даного тренінгу буде збільшення мотивації учасників до психологічної реабілітації та адаптації до нового середовища. Учасники отримають корисні поради та інструменти для збереження мотивації та розвитку самооцінки та позитивних якостей. Вони також зможуть обмінюватись досвідом та підтримувати один одного у процесі реабілітації та адаптації.

3.2 Оцінка ефективності запропонованих заходів

На контрольному етапі дослідження для оцінки ефективності розроблених заходів нами було проведено порівняльний аналіз показників за обраними методиками дослідження. Результати порівняння основних видів установок до реабілітації або мотивів, що спонукають вимушених переселенців звернутися до психолога наведені в табл.3.2.

Таблиця 3.2

Порівняльний аналіз результатів діагностики видів установок (мотивів)
вимушених переселенців до реабілітації

Мотиваційний чинник	N	Констатуючий етап		Контрольний етап	
		Mx	Std. Deviation	Mx	Std. Deviation
Досягнення інсайту	40	7,025	2,94816	9,142	1,88812
Зміна поведінки	40	12,575	2,83646	14,226	2,04543
Досягнення симптоматичного покращення	40	13,300	3,27539	14,186	2,26522
Отримання вторинного виграшу	40	14,25	2,73393	14,56	2,04327
Інша мотивація (пасивна позиція)	40	13,975	2,71262	13,032	2,11265
Загальний рівень мотивації до реабілітації	40	12,225	1,47679	13,0292	1,48862

Примітка: Mx – середнє значення; Std. Deviation – стандартне відхилення

Результати діагностики свідчать про позитивні зміни щодо гармонізації чинників мотивації до реабілітації вимушених переселенців та зростання загального рівня мотивації до реабілітації (рис.3.2).

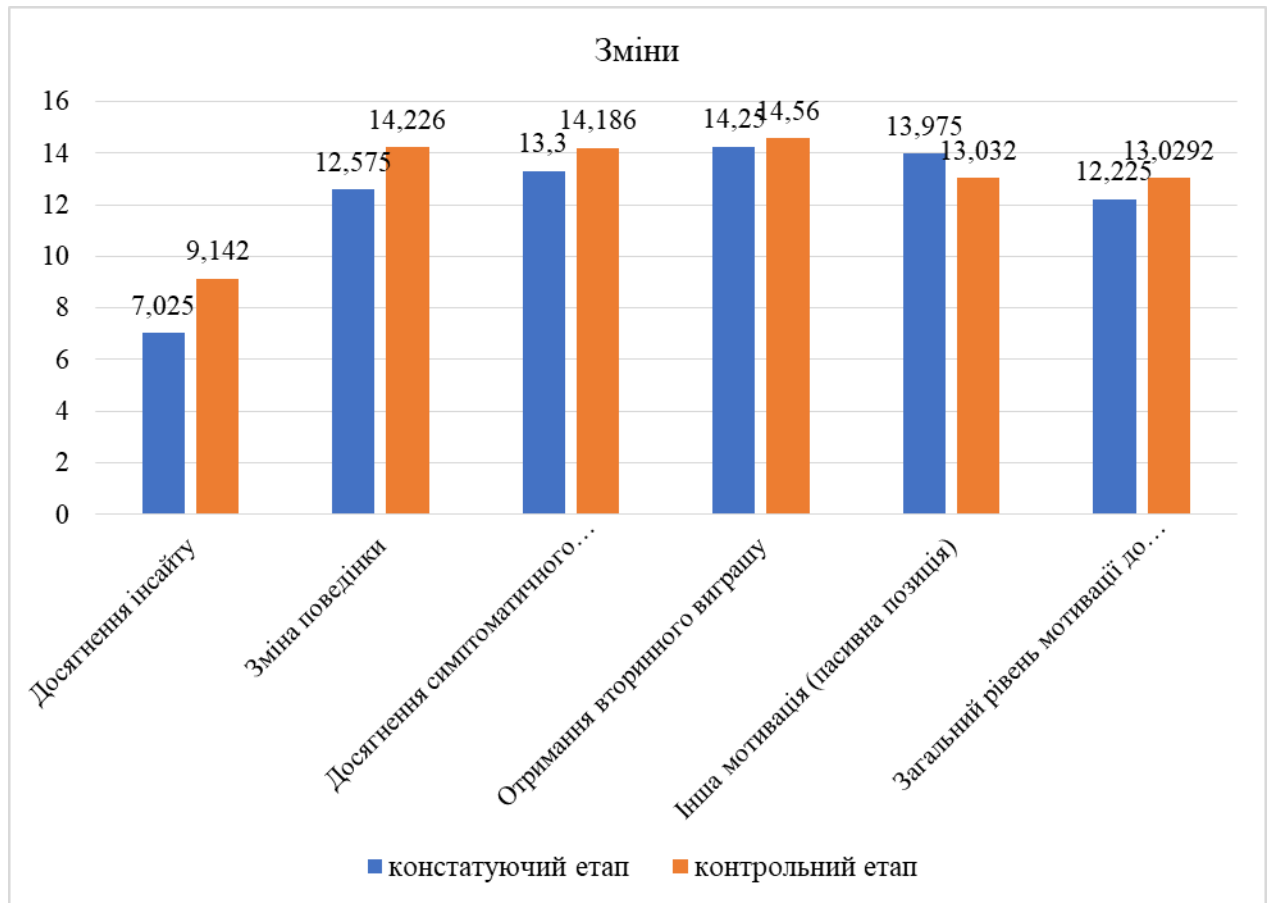


Рисунок 3.2 Динаміка змін в формуванні мотивації ВПО до реабілітації

Загальний показник в групі підвищився та складає $(13,97 \pm 2,71) \rightarrow (13,02 \pm 1,48)$, що свідчить про ефективність тренінгу.

На наступному етапі нами було проведено контрольну діагностику рівня формування цінносно-сислової сфери в різних життєвих сферах вимушено переміщених осіб (табл.3.3).

Результати аналізу не свідчать значних змін в формуванні цінностей переселенців, найвищий ранг у системі формування цінностей вимушених переселенців є: здоров'я (11,74), матеріальне забезпечення (10,58), щасливе сімейне життя (9,64), активне діяльне життя (8,4), цікава робота (8,02) та наявність добрих та вірних друзів (7,23).

Нижчий ранг у формуванні життєвих цінностей мають: краса природи та мистецтва (1,47), можливість творчої діяльності (1,29), що є цілком

логічним у формуванні цінностей в кризових умовах вимушеного переселення та не впливає на мотивацію до реабілітації.

Таблиця 3.3

Результати аналізу змін співвідношення цінностей вимушених переселенців на основі більшої значущості, більшої привабливості у різних життєвих сферах

Категорія цінностей	Mx	Std. Deviation	Mx	Std. Deviation
1. Активне, діяльне життя	8,1	1,06603	8,4	1,026611
2. Здоров'я (фізичне та психічне здоров'я);	11,675	,96826	11,74	,98822
3. Цікава робота;	7,95	1,31089	8,02	1,68147
4. Краса природи та мистецтва;	1,5	0,87303	1,47	0,92445
5. Кохання (духовна та фізична близькість з коханою людиною);	3,9	1,18502	4,56	1,28441
6. Матеріально-забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);	10,675	0,94302	10,588	0,98972
7. Наявність добрих і вірних друзів;	7,175	0,78259	7,2318	0,768222
8. Впевненість у собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів);	5,325	1,98774	6,2218	1,38781
9. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, а також інтелектуальний розвиток);	4,45	1,28902	5,52	1,22387
10. Свобода як незалежність у вчинках та діях;	6,05	2,39161	7,36	1,89223
11. Щасливе сімейне життя;	9,55	1,61412	9,64	1,28337
12. Творчість (можливість творчої діяльності).	1,65	1,73020	1,29	1,99678

Примітка: Mx – середнє значення; Std. Deviation – стандартне відхилення; Std. Error Mean - стандартна помилка середнього

Найвищі ранги у системі формування цінностей вимушених переселенців, незалежно від віку та статі, продовжують займати здоров'я, матеріальне забезпечення, щасливе сімейне життя, активне діяльне життя, цікава робота та наявність добрих та вірних друзів.

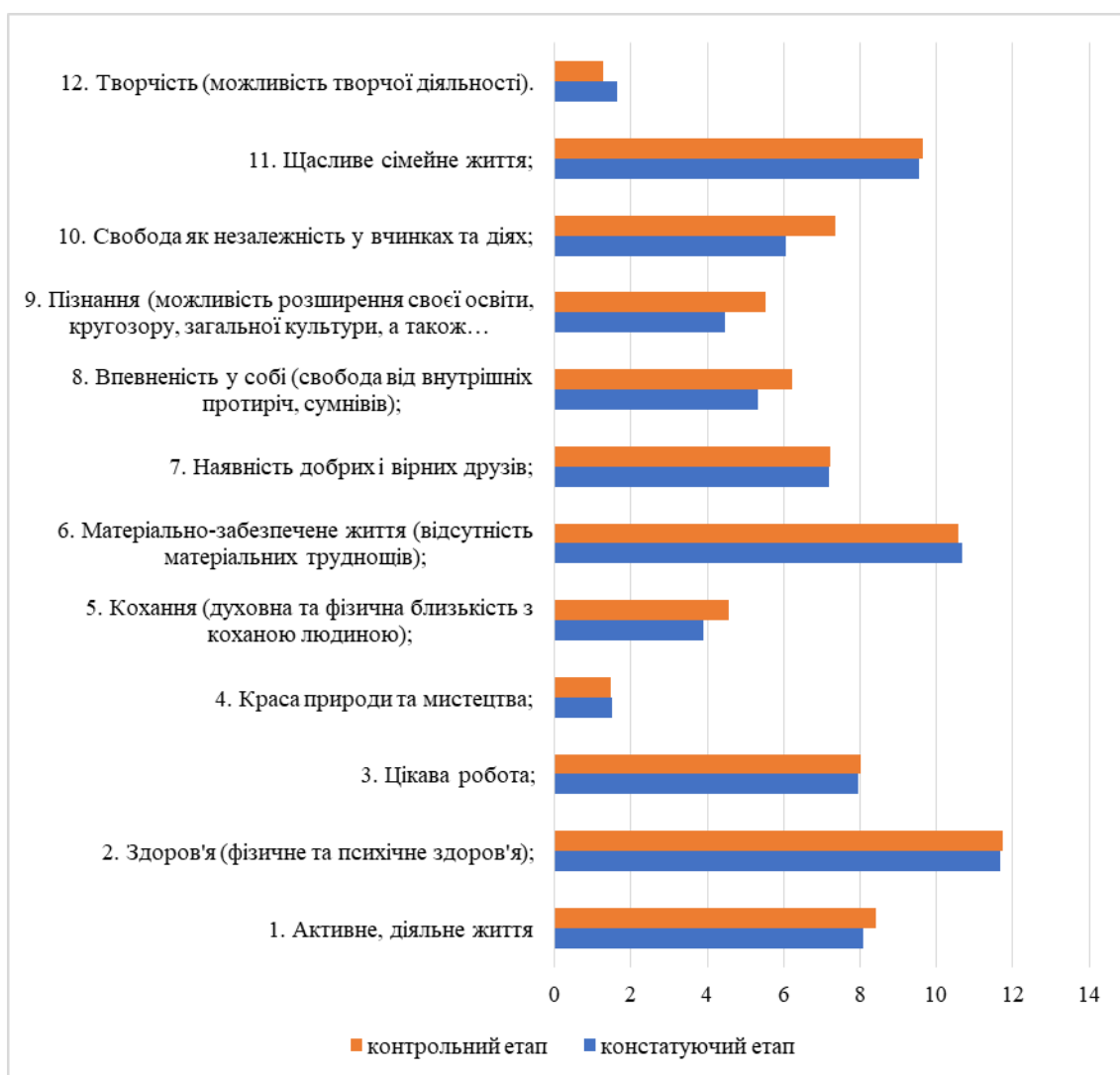


Рисунок 3.3 Зміни у співвідношенні життєвих цінностей вимушених переселенців

Отже, здоров'я, матеріальне забезпечення, щаслива родина та наявність добрих та вірних друзів мають найбільше велике значення для вимушених переселенців, оскільки вони становлять основу підтримки, стабільності і соціального зв'язку у їх новому житті.

Далі, за методикою «Оцінка стану адаптованості особистості» нами було проведене контрольне тестування адаптаційного потенціалу вимушених переселенців в групі (рис.3.4).

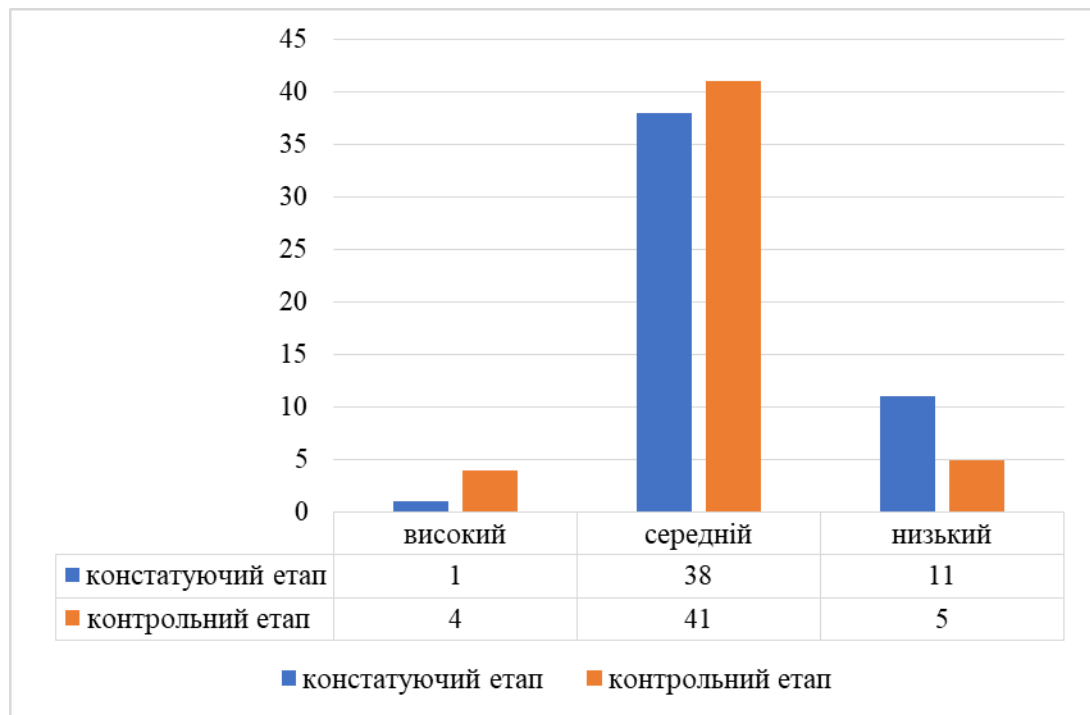


Рисунок 3.4 Динаміка зміни рівня адаптованості переселенців

Результати контрольної діагностики показали позитивну динаміку в зростанні рівня адаптованості вимушених переселенців в групі, що підтверджує ефективність розробленої програми. На контрольному етапі в більшості вимушено переселених осіб рівень адаптованості знаходиться на середньому рівні 41 (82%). При цьому значення показника адаптованості знаходяться на вищих границях до високого рівня та свідчать про значне зниження проблеми адаптації.

Таблиця 3.4

Результати порівняльного аналізу зміни показника адаптованості

адаптованість	N	Mx	Std. Deviation	Std. Error Mean	Дисперсія
Констатуючий етап	40	26,725	7,66607	1,21211	1,637
Контрольний етап	40	37,242	5,81235	1,18642	1,289

Середній по вибірці показник адаптованості значно зріс та знаходиться на рівні середнього $(26,72 \pm 7,66) \rightarrow (37,24 \pm 5,81)$.

Низька дисперсія (1,28) свідчить про те, що вимушені переселенці у вибірці мають подібний рівень адаптованості і показує стабільне зростання адаптивності в групі.

Наступним етапом стало контрольне дослідження рівня суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців (табл. 3.5, рис.3.5).

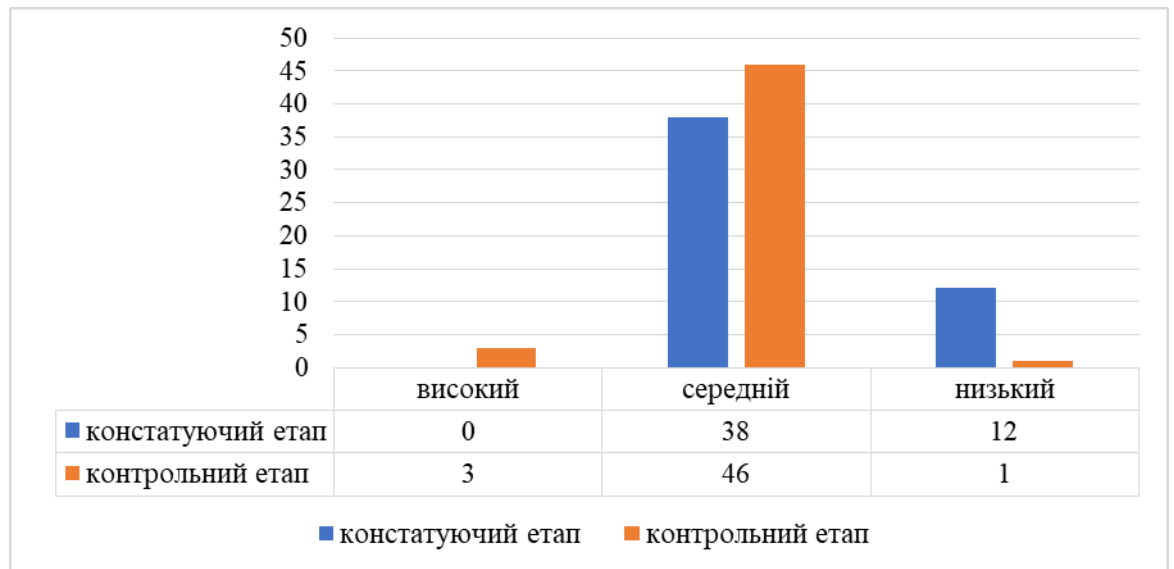


Рисунок 3.5 Зміна рівня суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців

В результаті проведеного аналізу результатів діагностики було виявлене, що середній рівень суб'єктивного благополуччя мають 46 осіб в групі проти 38 на констатуючому етапі, низький рівень виявлено лише у 1 особи проти 12 осіб на початку дослідження (рис.3.5). Високий рівень психологічного благополуччя виявлено у 3 осіб.

Таблиця 3.5

Зміна показника суб'єктивного психологічного благополуччя (РСПБ) вимушених переселенців

РСПБ	N	Мін	Мах	Mx	Std. Deviation	Дисперсія
Констатуючий етап	40	16,00	44,00	31,1750	6,95733	1,348
Контрольний етап	40	23,00	60,00	35,2417	4,88126	1,261

Результати проведених розрахунків свідчать про те, що рівень РСПБ в середньому у підгрупі переселенців значно зріс ($31,175 \pm 6,95733$) → ($35,241 \pm 4,8812$), що свідчить про ефективність програми.

Низька дисперсія (1,26) також свідчить про те, що вимушені переселенці у вибірці мають подібний рівномірний рівень розвитку психологічного благополуччя.

Наступним етапом дослідження стала контрольна діагностика самооцінки вимушених переселенців (табл. 3.6, 3.6).

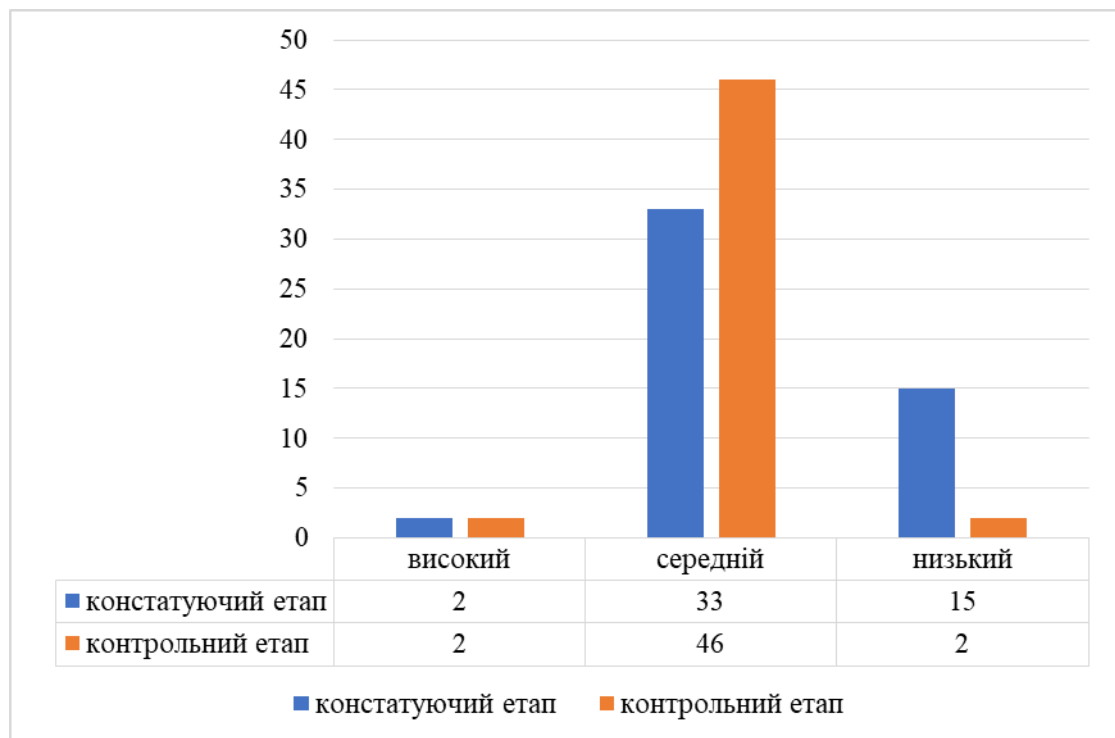


Рисунок 3.6 Зміна самооцінки вимушених переселенців

Результати діагностики свідчать про позитивні зміни в самооцінці ВПО, а саме: більшість вимушено переміщених осіб в групі на контрольному етапі мають середній (адекватний) рівень самооцінки – 46 осіб (92%).

Загалом по групі рівень самооцінки зріс та складає ($29,52 \pm 10,56$), що свідчить про адекватну самооцінку більшості вимушених переселенців в групі на контрольному етапі (табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Порівняльний аналіз зміни показника самооцінки

самооцінка	N	Мін	Max	Mx	Std. Deviation	Дисперсія
Констатуючий етап	40	28,00	70,00	39,525	9,10618	2,31
Контрольний етап	40	20,00	52,00	29,522	10,56882	2,44

Результати контрольного тестування вимушених переселенців свідчать про позитивну динаміку у бік досягнення психологічного благополуччя.

Підвищення самооцінки може впливати на розвиток особистості вимушеного переселенця, оскільки це допомагає більш ефективно адаптуватися до нових умов життя та розвивати свої здібності. З підвищенням самооцінки можуть з'являтися нові ідеї та інтереси, змінюватися ставлення до себе та світу навколо. Це може сприяти покращенню якості життя та досягненню успіху в різних сферах діяльності.

Причини зростання показника адаптивності вимушених переселенців можуть бути пов'язані із реалізацією тренінгової програми, а також зі змінами у соціальному оточенні, які вимагають від них швидкої адаптації до нових умов життя. Це може стимулювати розвиток різних механізмів адаптації, таких як зміна пріоритетів, розвиток нових навичок та стратегій поведінки, підвищення самооцінки.

Зростання показника психологічного благополуччя вимушених переселенців може свідчити про те, що вони знаходяться в стані розвитку та позитивних змін. Це може бути пов'язано з покращенням соціального статусу, отриманням нових можливостей для самореалізації, зміною ставлення до себе та інших людей.

Мотиваційний тренінг надав позитивний вплив на психологічне благополуччя особистості вимушених переселенців, оскільки він викликав

позитивну зміну негативних переконань та ставлення до себе та своєї ситуації.

Тренінг допоміг збільшити самооцінку та самоповагу, що забезпечує позитивний настрій та більш ефективну адаптацію до нових умов життя.

Також реалізація мотиваційного тренінгу допомогла досягнути позитивної мотивації до реабілітації, оскільки він стимулював розвиток внутрішньої мотивації та цілеспрямованості. Тренінг надав учасникам навички планування та досягнення мети, що може допомогти їм ефективніше працювати над своєю реабілітацією та досягненням успіху.

Отже, мотиваційний тренінг надав значний позитивний вплив на психологічне благополуччя та мотивацію до реабілітації вимушених переселенців, що сприяє їхньому подальшому ефективному адаптуванню до нових умов життя та покращенню якості життя.

ВИСНОВКИ

Таким чином, в результаті проведеного дослідження встановлено:

Робота з мотивацією вимушено переселених осіб є важливим завданням для фахівців у галузі психології, оскільки вона сприяє успішному процесу реабілітації та адаптації цих осіб до нового середовища.

Мотивація є складним та багатоаспектним явищем, яке включає в себе різноманітні процеси та механізми. Результати теоретичного аналізу наукових джерел свідчать про те, що мотивація є складним процесом, який включає взаємодію між особистісними характеристиками та умовами діяльності. Вона виникає з потреби у досягненні певної мети, задоволенні особистісних потреб та розв'язанні проблем. Соціальне середовище та взаємодія з іншими людьми також мають велике значення для розвитку мотивації.

Мотивація є ключовим чинником успішності реабілітації вимушено переселених осіб. Внутрішня та зовнішня мотивація грають важливу роль у формуванні мотивації людини до реабілітації. Внутрішня мотивація може спонукати людину до самостійної роботи над своїм відновленням, задовольняючи її потреби у самореалізації та самозадоволенні; допомагає знайти силу та наполегливість для подолання труднощів, тоді як зовнішня мотивація може стимулювати досягнення цілей та участь у реабілітаційних програмах. Однак, важливо забезпечити баланс між внутрішньою та зовнішньою мотивацією, щоб забезпечити стійку та тривалу мотивацію до реабілітації.

Наукові теорії та психологічні підходи до вивчення мотивації розглядають різні аспекти, такі як підсвідомі потяги, зв'язок між стимулами та відповідями, сприйняття та організація досвіду, самореалізація та

особистий розвиток, переконання та очікування. Розуміння цих аспектів може допомогти краще розуміти мотивацію та забезпечити кращі результати.

Мотивація до психологічної реабілітації - це внутрішнє прагнення особистості до зміни свого психологічного стану і поліпшення якості життя через участь у програмах реабілітації. Вона визначається комплексом психологічних факторів, таких як цінності, потреби, очікування, переконання та інші. Реабілітація, заснована на мотивації дає можливість людині самостійно приймати рішення і нести за них повну відповідальність перед собою. Мотивація стимулює бажання лікуватися, допомагає сформувати нову систему цінностей і відновити соціальні зв'язки.

Вивчення особливостей мотивації дозволяє індивідуалізувати підхід до реабілітації вимушених переселенців в умовах війни, точніше визначити «мішені» для психокорекції у процесі реабілітації, значно підвищити її ефективність. Точне знання змісту потреб, мотивів та відносин є необхідним для проведення ефективного психологічного консультування, для прогнозування та корекції поведінки та стану інваліда під час реабілітації. Розуміння фахівцем змісту мотивації пацієнта дозволяє впливати на протікання та ефективність реабілітаційного процесу. Отже, робота з мотивацією є ключовим чинником успішності реабілітації вимушено переселених осіб. Вона повинна бути інтегрована в комплексну програму реабілітації та включати в себе визначення потреб та бажань переселенців, створення сприятливого середовища для реабілітації та підтримку та мотивацію переселенців. Такий підхід допоможе забезпечити переселенцям необхідну допомогу та підтримку, щоб вони могли успішно адаптуватися до нових умов життя та досягати своїх цілей.

Результати діагностики свідчать про те, що найбільш вираженим мотиваційним чинником на реабілітацію в групі вимушених переселенців є «отримання вторинного виграшу» ($14,25 \pm 2,73$). Даний мотиваційний чинник характеризується тим, що звернутися до психотерапевта (психолога) вимушених переселенців змушує неприємна життєва ситуація, що ставить їх

«поза справжнім життям», в якому вони опинився останнім часом. Загальний показник мотивації до реабілітації в групі складає $(12,22 \pm 1,47)$ та знаходиться на рівні нижче середнього. Коли загальний показник мотивації до реабілітації знаходиться на рівні нижче середнього, це свідчить про низьку мотивацію до психотерапії у вимушених переселенців.

Результати аналізу співвідношення цінностей свідчать, що найвищий ранг у системі формування цінностей вимушених переселенців є: здоров'я $(11,67 \pm 0,96)$, матеріальне забезпечення $(10,67 \pm 0,94)$, щасливе сімейне життя $(9,55 \pm 1,61)$, активне діяльне життя $(8,1 \pm 1,06603)$, цікава робота $(7,95 \pm 1,31089)$ та наявність добрих та вірних друзів $(7,175 \pm 0,78259)$. Нижчий ранг у формуванні життєвих цінностей мають: краса природи та мистецтва $(1,5 \pm 0,87303)$, можливість творчої діяльності $(1,65 \pm 1,73020)$, що є цілком логічним у формуванні цінностей в кризових умовах вимушеного переселення.

Результати діагностики показали наявність проблем в адаптованості вимушених переселенців. Так лише 1 людина в групі має високий рівень адаптованості (2%). В більшості вимушено переселених осіб рівень адаптованості знаходиться на середньому рівні 38 (76%). Втім значення показника адаптованості знаходяться на найнижчих допустимих границях та свідчать про наявні проблеми. Низький рівень адаптованості мають 11 осіб (22%), що свідчить про повну незадоволеність їх поточною ситуацією, собою та своїх способом життя в даний час, новими умовами життя.

В результаті проведеного аналізу результатів діагностики було виявлене, що середній рівень суб'єктивного благополуччя мають 38 осіб в групі (76%), низький рівень виявлено у 12 осіб (24%). Середній рівень суб'єктивного благополуччя особистості вимушених переселенців може характеризуватися почуттям незадоволення та нестабільності життя. Вони можуть відчувати стрес, тривогу та невпевненість у майбутньому. Хоча вони мають основні потреби задоволені, такі як проживання та харчування, вони можуть постійно зазнавати емоційного дискомфорту і незадоволення своїм

становищем. Низький рівень суб'єктивного благополуччя вимушених переселенців може бути пов'язаний з дуже негативними емоціями, такими як депресія, безнадійність та втрата життєвого смислу.

Результати діагностики свідчать про те, що більшість вимушено переміщених осіб в групі мають середній (адекватний) та занижений рівень самооцінки – 33 особи (66%). Підвищений рівень самооцінки виявлено у 2 осіб в групі (4%). Загалом по групі рівень самооцінки складає $(39,52 \pm 9,106)$ більш ніж 29 балів, що свідчить про низьку самооцінку вимушених переселенців в групі. Однією з головних причин зниження самооцінки вимушених переселенців є втрата соціального статусу та ідентичності. Внаслідок вимушеного переселення вони втрачають свою попередню роль у суспільстві, роботу, соціальні зв'язки та мережу підтримки. Це призводить у більшості переселенців до розвитку почуття безпорадності та незначності, що впливає на самооцінку.

Результати дослідження показують, що в даній групі ВПО професійна психологічна допомога може бути корисною для розуміння та розробки стратегій для підвищення самооцінки, покращення процесу адаптації та формуванні позитивної мотивації до реабілітації.

В результаті проведених розрахунків виявлено наявність тісного зворотного кореляційного зв'язку між показниками: R Пірсона = $-0,695^{**}$. Тісний зворотній зв'язок між мотивацією до реабілітації вимушених переселенців та рівнем їх психологічного благополуччя означає, що низька мотивація до реабілітаційних заходів може призводити до погіршення психологічного стану цих осіб.

В результаті проведених розрахунків виявлено тісний прямий зв'язок між мотивацією до реабілітації вимушених переселенців та рівнем адаптованості (R Пірсона = $0,541^{**}$) та тісний прямий зв'язок мотивації до реабілітації із показником самооцінки (R Пірсона = $0,407^{**}$).

Отже, гіпотеза про те, що люди з високим рівнем адаптованості та достатньою самооцінкою можуть бути більш мотивованими до досягнення

психологічного благополуччя та шукати допомогу в психолога; натомість, люди з низьким рівнем адаптованості та низькою самооцінкою, можуть бути менш мотивованими до реабілітації, оскільки вони можуть не вірити в свою здатність до змін є доведеною.

Для розвитку мотивації до реабілітації вимушених переселенців важливо впроваджувати соціально-психологічні заходи з розвитку адаптації та покращенню рівня самооцінки. Це можна зробити шляхом надання психологічної підтримки, проведенням психологічних тренінгів із розвитку адаптивності та підвищення самооцінки, навчання ВПО навичкам саморозвитку та самостійності, а також створення умов для успішного досягнення поставлених цілей.

Одним з головних аспектів формування мотивації до психологічної реабілітації є розуміння переселенцями необхідності такої допомоги. Часто переселенці відчують втому та безнадію, імовірно, вони не бачать сенсу в тому, щоб звертатися до психолога. У цьому випадку важливо допомогти переселенцям зрозуміти, що психологічна допомога може допомогти їм з легшим переживанням труднощів та забезпечити шлях до відновлення психологічного стану. Інший аспект полягає у створенні сприятливого середовища для переселенців, яке б допомогло їм відчувати себе комфортно та відчувати підтримку суспільства. Це може включати доступ до інформації про доступну психологічну допомогу, створення груп підтримки, організацію заходів, спрямованих на зняття стресу та підвищення настрою.

Для підвищення мотивації вимушених переселенців до реабілітації нами було розроблено та реалізовано в групі ВПО мотиваційний тренінг.

Результати контрольного етапу свідчать про те, що мотиваційний тренінг надав позитивний вплив на психологічне благополуччя особистості вимушених переселенців, оскільки він викликав позитивну зміну негативних переконань та ставлення до себе та своєї ситуації.

Тренінг допоміг збільшити самооцінку та самоповагу, що забезпечує позитивний настрій та більш ефективну адаптацію до нових умов життя.

Також реалізація мотиваційного тренінгу допомогла досягнути позитивної мотивації до реабілітації, оскільки він стимулював розвиток внутрішньої мотивації та цілеспрямованості. Тренінг надав учасникам навички планування та досягнення мети, що може допомогти їм ефективніше працювати над своєю реабілітацією та досягненням успіху.

Отже, мотиваційний тренінг надав значний позитивний вплив на психологічне благополуччя та мотивацію до реабілітації вимушених переселенців, що сприяє їхньому подальшому ефективному адаптуванню до нових умов життя та покращенню якості життя.

ПЕРЕЛІК ВИКОРИСТАНИХ ЛІТЕРАТУРНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Від волі до особистості / І. Д. Бех. Київ: «Україна-Віта», 2012. 220 с.
2. Бондарчук, О.І. Розвиток мотивації вдосконалення психологічної компетентності керівників освітніх організацій в умовах очно-дистанційної форми навчання : спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навч. в сист. післядиплом. пед. освіти / О. І. Бондарчук, Н. І. Пінчук, Д. Б. Рождественська ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Ун-т менедж. освіти, 2012. 32 с.
3. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник; Львів. держ. ун-т безпеки життєдіяльності. 4-те вид., випр. і допов. Київ : Знання, 2014. 1047 с.
4. Вилюнас В. Психологические механизмы мотивации человека. Москва, 1990. 290 с.
5. Винославська О.В., Бреусенко-Кузнєцов О.А., Зливков В.Л., Апішева А.Ш., Васильєва О.С. Психологія: навч. посіб. Київ: ІНК ОС, 2005. 97 с.
6. Волкова, Н. І. Мотивація праці як фактор підвищення продуктивності праці в організації./ Психологічні науки 2017. №11. С. 32-44.
7. Дука Т.М. Мотивація та її роль в особистісному розвитку Умань: Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини/Психологія особистості. 2021. № 30. С. 103-116.
8. Дунець Л. М. Психологічні умови формування професійної мотивації слухачів вищого військового навчального закладу : дис. ... канд. психол. наук : 20.02.02 / Л. М. Дунець. – Хмельницький, 2000. – 153 с.

9. Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій: Навч. посібник для студентів гуманіт. факультетів ВНЗ. - Луцьк: Ред.-вид. відд. Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1997.- 180с
10. Занюк, С. С. Психологія мотивації: навч. посіб./Сергій Степанович Занюк. Київ: Либідь. 2002. 476с.
11. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях / В.Л.Зливков, С.О. Лукомська, О.В. Федан. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
12. Іванова Н. Сутність мотиву особистості в теорії мотивації / Вісник Національного університету оборони України, 2021. 61(3), С. 20–27.
13. Іллін Є. П. Мотивація і мотиви / Є. П. Іллін; передмова та примітки Т. В. Тадеєвої. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2013. 512 с.
14. Климчук В.О. Феномени розвитку внутрішньої мотивації / Соціальна психологія. 2008. №6 (32). С. 70-77.
15. Козловська, А. В. (2018). Вплив мотивації на ефективність роботи персоналу / Психологія . 2018. №4. С. 55-73.
16. Конспект лекцій з курсу Теорія мотивації / Укладач О.В. Прокопенко. Суми: Вид-во СумДУ, 2006. 171 с.
17. Корвасарський А. Психологічна допомога. Київ: Вища школа, 1989. 622с.
18. Максименко, С. Д. Психологічна допомога тяжким соматично хворим : навч. посіб. / С. Д. Максименко, Н. Ф. Шевченко. К. ; Ніжин: Міланік, 2007. 116 с.
19. Максименко С. Д. Психологія особистості : підруч. для студ. вищ. навч. закладів / С.Д. Максименко, [К.С. Максименко, М.В. Папуча] ; за ред. С.Д.Максименка. Київ : КММ, 2007. 296 с.
20. Максименко С. Д., Зливков В. Л., Кузікова С. Б. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика/ Психологічні науки. 2015. № 7. С. 31-48.

21. Москаленко В. В. Соціальна психологія : підручник / В. В. Москаленко. К. : Центр. навч. л-ри, 2005. 624 с.
22. Москвичев С. Г. Мотивация, деятельность и управление. Київ; Сан-Франциско : Light Press, 2003. 492 с.
23. Мотивація як підґрунтя дій особистості / О. Макаревич // Соціальна психологія. 2006. № 2 (16). С. 134-14
24. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія : посібник / Л. Е. Орбан-Лембрик. Київ : Академвидав, 2003. 448 с.
25. Панок В. Г. Практична психологія : теоретико-методол. засади розвитку : монографія / В. Г. Панок ; Нац. акад. пед. наук України ; Укр. наук.-метод. центр практ. психології і соц. роботи ; Всеукр. асоц. практикуюч. психологів. Чернівці : Технодрук, 2019. 486 с.
26. Панок В. Г. Прикладна психологія : теор. пробл. : [монографія] / В. Г. Панок ; Нац. акад. пед. наук України ; Укр. наук.-метод. центр практ. психології і соц. роботи ; Всеукр. асоц. практикуючих психологів. Київ : Ніка-Центр, 2017. 188 с.
27. Пенькова О.І. «Мотивація особистості: соціально-психологічна сутність». <https://lib.iitta.gov.ua/723580/1/Пенькова%20-2020-3.pdf>
28. Практикум із групової психокорекції : підручник / С. Д. Максименко [та ін.]. Мелітополь : вид-во Мелітоп. держ. пед. ун-ту ім. Б. Хмельницького, 2015. 412 с.
29. Райс Р. Психологічна допомога: теорія та практика. Київ: Видавничий дім "Києво-Могилянська академія", 2012. 408с.
30. Свідоме і несвідоме у груповій взаємодії : монографія / [П. П. Горностай]; за наук. ред. П.П. Горностая; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 244 с.
31. Слюсаревський М. М. Психологія міграції : навч. посіб. / М.М. Слюсаревський, О. Є. Блінова ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кіровоград : [Імекс-ЛТД], 2013. 244 с.

32. Соціально-психологічні особливості дорослої людини : інформ. матеріали для слухачів і викладачів системи післядиплом. пед. освіти / авт.-уклад. О.І.Бондарчук [та ін.] ; Нац. акад. пед. наук України, Ун-т менедж. освіти. К. : Унт менедж. освіти, 2015. 36 с.
33. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування / Т. М. Титаренко. К. : Главник. 2004. 96 с.
34. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Т. М. Титаренко ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
35. Фрейденберг М. Психологічна допомога: теорія та практика. Київ: Видавничий дім "Києво-Могилянська академія", 2008. 326с.
36. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посіб. / Т. С. Яценко. К. : Вища школа, 2006. 382 с.
37. Amabile, T. M., DeJong, W., & Lepper, M. R. (1976). Effects of externally imposed deadlines on subsequent intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(1), 92-98.
38. Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of educational psychology*, 84(3), 261.
39. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
40. Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. W.H. Freeman.
41. Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). On the self-regulation of behavior. Cambridge University Press.
42. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1993). Die Selbstbestimmungstheorie der Motivation und ihre Bedeutung für die Pädagogik. *Zeitschrift für Pädagogik*, 39(2), 223-238.

43. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
44. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 49(3), 182-185.
45. Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627-668.
46. Eisenberger, R., & Cameron, J. (1996). Detrimental effects of reward: Reality or myth? *American Psychologist*, 51(11), 1153-1166.
47. Elliot, A. J., & Church, M. A. (1997). A hierarchical model of approach and avoidance achievement motivation. *Journal of personality and social psychology*, 72(1), 218.
48. Eng XW, Brauer SG, Kuys SS, Lord M, Hayward KS. Factors affecting the ability of the stroke survivor to drive their own recovery outside of therapy during inpatient stroke rehabilitation. *Stroke Res Treat.* (2014) 2014:626538. doi: 10.1155/2014/626538
49. Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Simon and Schuster.
50. Freud, S. (1915). The unconscious. *Standard Edition*, 14, 159-204.
51. Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26(4), 331-362.
52. Harackiewicz, J. M., Barron, K. E., Carter, S. M., Lehto, A. T., & Elliot, A. J. (1997). Predictors and consequences of achievement goals in the college classroom: Maintaining interest and making the grade. *Journal of personality and social psychology*, 73(6), 1284.
53. Herzberg, F., Mausner, B., & Snyderman, B. B. (1959). *The motivation to work* (Vol. 1). John Wiley & Sons.

54. Lepper, M. R., & Henderlong, J. (2000). Turning "play" into "work" and "work" into "play": 25 years of research on intrinsic versus extrinsic motivation. In C. Sansone & J. M. Harackiewicz (Eds.), *Intrinsic and extri*
55. Lepper, M. R., Corpus, J. H., & Iyengar, S. S. (2005). Intrinsic and extrinsic motivational orientations in the classroom: Age differences and academic correlates. *Journal of Educational Psychology*, 97(2), 184-196.
56. Lepper, M. R., Greene, D., & Nisbett, R. E. (1973). Undermining children's intrinsic interest with extrinsic reward: A test of the "overjustification" hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28(1), 129-137.
57. Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705-717.
58. Luker J, Lynch E, Bernhardsson S, Bennett L, Bernhardt J. Stroke survivors' experiences of physical rehabilitation: a systematic review of qualitative studies. *Arch Phys Med Rehabil.* (2015) 96:1698–708.e10. doi: 10.1016/j.apmr.2015.03.017
59. Maclean N, Pound P, Wolfe C, Rudd A. Qualitative analysis of stroke patients' motivation for rehabilitation. *BMJ.* (2000) 321:1051–4. doi: 10.1136/bmj.321.7268.1051
60. Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370-396.
61. Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being*. Van Nostrand.
62. McClelland, D. C. (1987). *Human motivation*. Cambridge University Press.
63. McClelland, D. C., Atkinson, J. W., Clark, R. A., & Lowell, E. L. (1953). *The achievement motive* (Vol. 1). Appleton-Century-Crofts.
64. Morris JH, Oliver T, Kroll T, Joice S, Williams B. Physical activity participation in community dwelling stroke survivors: synergy and dissonance between motivation and capability. A qualitative study. *Physiotherapy.* (2017) 103:311–21. doi: 10.1016/j.physio.2016.05.001

65. Pavlov, I. P. (1927). *Conditioned reflexes: An investigation of the physiological activity of the cerebral cortex*. Oxford University Press.
66. Poltawski L, Boddy K, Forster A, Goodwin VA, Pavey AC, Dean S. Motivators for uptake and maintenance of exercise: perceptions of long-term stroke survivors and implications for design of exercise programmes. *Disabil Rehabil.* (2015) 37:795–801. doi: 10.3109/09638288.2014.946154
67. Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1983). Stages and processes of self-change of smoking: Toward an integrative model of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 51(3), 390-395.
68. Reiss, S., & Havercamp, S. M. (1998). Toward a comprehensive assessment of fundamental motivation: Factor structure of the Reiss Profiles. *Psychological assessment*, 10(2), 97.
69. Resnick B, Michael K, Shaughnessy M, Kopunek S, Nahm ES, Macko RF. Motivators for treadmill exercise after stroke. *Top Stroke Rehabil.* (2008) 15:494–502. doi: 10.1310/tsr1505-494
70. Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. Houghton Mifflin Harcourt.
71. Ryan, R. M., & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of personality and social psychology*, 57(5), 749.
72. Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67.
73. Sheldon, K. M., & Kasser, T. (2001). Getting older, getting better? Personal strivings and psychological maturity across the life span. *Developmental Psychology*, 37(4), 491-501.
74. Skinner, B. F. (1953). *Science and human behavior*. Free Press.
75. Vallerand, R. J., & Ratelle, C. F. (2002). Intrinsic and extrinsic motivation: A hierarchical model. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 37-63). The University of Rochester Press.

76. Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and psychological measurement*, 52(4), 1003-1017.
77. Vansteenkiste, M., Lens, W., & Deci, E. L. (2006). Intrinsic versus extrinsic goal contents in self-determination theory: Another look at the quality of academic motivation. *Educational Psychologist*, 41(1), 19-31.
78. Vroom, V. H. (1964). *Work and motivation*. New York: John Wiley & Sons.
79. Wertheimer, M. (1923). Laws of organization in perceptual forms. *A source book of Gestalt psychology*, 71-88.
80. Wigfield, A., & Eccles, J. S. (2000). Expectancy–value theory of achievement motivation. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 68-81.

ДОДАТКИ

Додаток А

Первинні дані результатів діагностики за методиками

№	інсайт	Зміна поведінки	Досягнення соматичного покращення	Отримання вторинного виграшу	Інша мотивація	РМ	А	РСПБ	РС
1	3	14	15	14	16	12,4	30	32	34
2	6	12	15	16	12	12,2	16	22	56
3	6	15	16	12	18	13,4	18	26	50
4	10	12	12	15	15	12,8	20	28	48
5	3	6	6	18	18	10,2	35	30	32
6	4	9	9	16	20	11,6	38	37	31
7	3	9	9	17	17	11	34	30	34
8	6	12	15	15	15	12,6	22	34	40
9	12	18	15	10	14	13,8	25	38	32
10	8	18	18	15	15	14,8	9	18	50
11	10	12	15	8	10	11	36	44	32
12	6	14	12	14	14	12	32	37	34
13	7	9	9	16	16	11,4	37	38	32
14	12	14	18	12	12	13,6	21	22	52
15	9	15	15	15	14	13,6	24	26	48
16	10	12	12	18	18	14	26	34	40
17	9	15	15	16	16	14,2	24	34	36
18	6	12	15	17	17	13,4	28	32	36
19	3	14	12	15	12	11,2	19	20	56
20	3	12	18	10	8	10,2	34	39	38
21	6	12	12	15	15	12	22	24	38
22	6	12	18	9	9	10,8	34	40	34
23	4	9	9	14	14	10	36	41	32
24	9	12	12	12	10	11	22	26	48
25	8	12	12	12	12	11,2	20	24	51
26	6	12	12	15	15	12	25	33	34
27	6	8	6	18	12	10	38	42	31
28	9	12	12	16	16	13	26	30	36
29	5	18	15	17	10	13	28	31	38
30	3	16	18	15	15	13,4	28	32	36
31	4	15	15	10	10	10,8	31	34	37
32	6	12	12	15	15	12	24	26	47
33	12	9	9	8	12	10	32	39	34

34	6	15	15	14	14	12,8	22	26	32
35	9	15	18	16	16	14,8	8	16	70
36	6	9	9	12	12	9,6	38	40	28
37	6	15	15	15	15	13,2	24	28	35
38	14	12	14	18	12	14	26	30	34
39	12	15	16	16	14	14,6	20	26	43
40	8	9	12	14	14	11,4	37	38	32

Додаток Б

Формування цінностей (первинні дані)

Категорія цінностей	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1. Активне, діяльне життя	9	8	7	7	9	9	8	8	7	7	9	9	9	8	7	7	9	9	8	8
2. Здоров'я (фізичне та психічне здоров'я);	12	11	11	12	12	12	12	12	11	12	12	11	12	11	11	12	12	12	12	12
3. Цікава робота;	8	7	8	9	7	8	9	7	8	9	7	8	8	7	8	9	7	8	9	7
4. Краса природи та мистецтва;	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2
5. Кохання (духовна та фізична близькість з коханою людиною);	3	6	6	3	3	3	3	6	6	3	3	3	3	6	6	3	3	3	3	6
6. Матеріально-забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів);	11	12	10	10	11	10	11	10	10	10	11	12	11	12	10	10	11	10	11	10
7. Наявність добрих і вірних друзів;	10	5	9	8	4	7	10	5	9	8	4	7	10	5	9	8	4	7	10	5
8. Впевненість у собі (свобода від внутрішніх протиріч, сумнівів);	7	4	5	5	6	4	7	4	5	5	6	5	7	4	5	5	6	5	7	4
9. Пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, а також інтелектуальний	5	3	4	4	5	2	5	3	4	4	5	6	5	3	4	4	5	6	5	3

розвиток);																				
10. Свобода як незалежність у вчинках та діях;	6	9	3	6	8	5	6	9	3	6	8	4	6	9	3	6	8	4	6	9
11. Щасливе сімейне життя;	4	10	12	11	10	11	4	11	12	11	10	10	4	10	12	11	10	11	4	11
12. Творчість (можливість творчої діяльності).	2	1	2	1	1	6	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1