МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ЗВ'ЯЗОК МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ДО ДОМАШНЬОЇ ТВАРИНИ ТА ПСИХІЧНИМ ЗДОРОВ'ЯМ ВЛАСНИКА**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0534-4-з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Шашкіна Тетяна Миколаївна
Керівник: к.філос.н., доцент кафедри
педагогіки та психології освітньої
Іванова Л.С.
Рецензент: д-р.пед.н., професор, зав.
кафедри акторської майстерності
Локарєва Г.В.

Запоріжжя – 2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 Психологія
Освітня програма 053 Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

_____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«____»_____2025 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТУ

Шашкіній Тетяні Миколаївні

1. Тема роботи Зв'язок між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника

керівник роботи Іванова Л. С., канд. філософ. наук, доцент кафедри педагогіки та психології освітньої

затверджені наказом ЗНУ від «02» 10 2025 року № 1393-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: дослідити стан наукової розробленості питання зв'язку між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров'ям власника; визначити теоретичні уявлення щодо прихильності власника до домашньої тварини; здійснити емпіричне дослідження з предмету цієї роботи.

Перелік графічного матеріалу: 10 таблиць, 4 рисунка.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання Видав	Завдання прийняв
Вступ	Іванова Л. С., доцент		
Розділ 1	Іванова Л. С., доцент		
Розділ 2	Іванова Л. С., доцент		
Розділ 3	Іванова Л. С., доцент		
Висновки	Іванова Л. С., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень –лютий 2025 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2025 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2025 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	липень 2025 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	червень -серпень 2025 р.	Виконано
6	Написання висновків	вересень 2025 р.	Виконано
7	Передзахист	жовтень 2025 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2025 р.	Виконано

Студент _____ Т. М. Шашкіна

Керівник роботи _____ Л. С. Іванова

Нормоконтроль пройдено
Нормоконтролер _____ Н. О. Мосол

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 80 сторінки, 10 таблиць, 4 рисунки, 77 джерел, 3 додатки.

Об’єкт дослідження – психічне здоров’я власника домашніх тварин

Предмет дослідження – зв’язок між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров’ям власника

Мета роботи – дослідити і підтвердити зв’язок між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров’ям власника.

Гіпотеза дослідження: передбачаємо, що існує позитивний зв’язок між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров’ям власника.

Завдання:

- дослідити стан наукової розробленості питання зв’язку між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров’ям власника;
- надати теоретичні уявлення щодо прихильності власника до домашньої тварини;
- здійснити емпіричне дослідження з предмету цієї роботи.

Методи дослідження: теоретичні: опрацювання наукової літератури з обраної теми; діалектичний метод, системний та діяльнісний підходи; метод квантифікації; дисперсійний та кореляційний аналіз; емпіричні: анкета, опитувальники.

Наукова новизна полягає в розгляді системи людина/тварин та наданні відповідної моделі.

Галузь використання: викладання порівняльної та зоопсихології.

АНІМАЛОТЕРАПІЯ, ПСИХЧНЕ ЗДОРОВ’Я, ДОМАШНІ УЛЮБЛЕНЦІ.

SUMMARY

Shashkina T. M. The relation between affection for a pet and the mental health of the owner.

The qualifying work consists of Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References (97 items, 40 of foreign origin), 3 appendix on 9 pages. The qualifying work volume is 99 pages long, 80 of them – main text. There are 10 tables and 4 illustrations.

The qualifying work gives theoretical survey and describes the experimental research of relationship between affection for a pet and the mental health of the owner. The master thesis is composed of 3 chapters, each of them dealing with different aspect of affection for a pet and the mental health of the owner.

The research object: the mental health of pet owners.

The research subject: relation between affection for a pet and the mental health of the owner.

The research goal: is to investigate and confirm the relation between affection for a pet and the mental health of the owner.

The research tasks are:

- to investigate the state of scientific development of the issue of the relation between affection for a pet and the mental health of the owner;

- to provide theoretical ideas about the owner's affection for a pet;

- to make an empirical study on the subject of this work.

Chapter 1 «Human-animal relationships as a scientific problem» provides theoretical analysis of the understanding both the place and role of animals in human life and the fundamental principles of mental health.

In the Chapter 2 «Theoretical and methodological foundations for considering human-animal relationships» it has been using theoretical and methodological tools, primarily systemic and activity-based approaches. A model of the ‘human-animal’ system has been created.

Chapter 3 «Empirical study of the relation between pet affection and owner mental health» explains the methods of research. The analysis of results has showed the existence of such positive relation. A correlation analysis was done, which showed the positive relation between affection for a pet and the mental health of the owner.

Key words: animal therapy, mental health, pets.

ЗМІСТ

ВСТУП 8

РОЗДІЛ 1. СТОСУНКИ ЛЮДИНИ З ТВАРИНАМИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА 12

1.1. Тварини в житті людини як предмет наукових досліджень 12

1.2. Психічне здоров’я людини в контексті психічних станів 22

РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗГЛЯДУ СТОСУНКІВ ЛЮДИНИ З ТВАРИНАМИ 35

2.1. Положення системного та діяльнісного підходів для розгляду предмета цього дослідження 35

2.2. Прихильність до домашньої тварини та психічне здоров’я власника в контексті діяльнісного підходу 41

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ’ЯЗКУ МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ДО ДОМАШНЬОЇ ТВАРИНИ ТА ПСИХІЧНИМ ЗДОРОВ’ЯМ ВЛАСНИКА 55

3.1 Засоби емпіричних досліджень, доладних до застосування у сфері «людина/тварина» 55

3.2 Результати дослідження зв’язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров’ям власника 67

ВИСНОВКИ 79

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 81

ДОДАТКИ 91

ВСТУП

Актуальність дослідження. Прихильність власника домашньої тварини до неї постає в контексті системи «людина/тварина», в якій окрім зазначених учасників дуже важливими є відношення між ними у широкому розумінні.

Історія стосунків людини з тваринами дуже давня. Але як напрям власне наукових досліджень ця тематика постала у зовсім новітні часи, і пов’язане це з тією позитивною роллю, яку тварина може відігравати в житті людини не тільки в утилітарному аспекті, але й плані, котрий можна б вважати соціально-психологічним.

Взаємини між людиною та тваринами є складним і багатогранним феноменом, який охоплює як практичні аспекти використання тварин у господарстві, так і символічні, культурні та етичні виміри. Тварини супроводжували людство від найдавніших етапів його існування – від мисливсько-збиральних культур кам’яної доби до високотехнологічних суспільств XXI століття. У процесі розвитку цивілізацій вони ставали не лише джерелом їжі, сировини чи робочої сили, але й предметом духовних практик, об’єктом наукового пізнання, а також етичних дискусій щодо прав та благополуччя живих істот.

Протягом XX–XXI століть науковий інтерес до тварин значно розширився, охопивши не лише біологічні та зоотехнічні аспекти, а й гуманітарні підходи – антропологічний, соціологічний, культурологічний та правовий.

У науковому дискурсі про взаємодію людини з тваринами ключову роль відіграють дослідники, які заклали основи практики анімалотерапії. Популяризатор цього напряму – американський психолог Борис Левінсон, який у 1964–1972 рр. опублікував серію робіт і ввів термін *pet therapy* після випадкового відкриття терапевтичного потенціалу тварин у роботі з дітьми.

З’явився навіть окремий міждисциплінарний напрям – *animal studies*, який розглядає тварин як активних суб’єктів у системі відносин людина/тварина. У цьому контексті тварини перестають бути «мовчазним тлом» людської історії, натомість стають співучасниками та іноді навіть ініціаторами змін у природному та соціальному середовищі.

Вивчення ролі тварин у житті людини є складною міждисциплінарною проблематикою, що охоплює як природничі, так і соціогуманітарні науки. Тварини постають не лише як біологічні істоти, але й як предмет соціокультурних явищ, що відіграють значну роль у формуванні соціальних практик, культурних наративів та екологічних систем. У науковому дискурсі ця тема досліджується на перетині етології, антропології, екології, соціології, психології та історії.

Щодо внеску іноземних науковців зазначимо наступних авторів: американський біолог і екофілософ Едвард Вілсон (E. O. Wilson) увів поняття *біофілія*, пояснюючи природну потребу людини у контакті з іншими живими істотами [96]. Британський етолог Джон Серпелл (J. Serpell) у своїй фундаментальній праці *In the Company of Animals* 1996 року дослідив соціокультурні та психологічні аспекти ставлення людини до тварин.

В Україні увагу до цього напряму привертали праці Т.В. Скрипник, Л.М. Карамушки та інших, які акцентували на психокорекційних можливостях взаємодії з тваринами у роботі з дітьми та людьми з особливими потребами.

Взаємозв’язки між тваринами та людиною в контексті впливу домашніх улюбленців на соціальне життя і психічне здоров’я власника досліджуються науковцями Джеймсом Серпеллом та Елізабет Пол.

Проблему психічного здоров’я людини досліджували як зарубіжні, так і вітчизняні науковці. А. Маслоу розглядав психічне здоров’я через призму самоактуалізації та ієрархії потреб; Дж. Роттер висунув концепцію внутрішнього контролю як чинника психологічного благополуччя; М. Селлігман досліджував позитивну психологію та роль оптимізму у

підтриманні психічного здоров'я; Е. Еріксон наголошував на значенні психосоціальних стадій розвитку для формування стійкості особистості.

Серед українських дослідників Турчан аналізував психічне здоров'я студентів у контексті академічного стресу; О. Коваль підкреслювала значення соціальної підтримки та професійної самореалізації; Л. Руденко досліджувала психоемоційні аспекти адаптації дітей до навчального середовища; Ю. Костюк висвітлював психічне здоров'я дорослих і механізми стресостійкості; Березка та О. Мізерна вивчали психічне здоров'я підлітків.

Таким чином, уявлення про психічне здоров'я необхідно використати в контексті системи людина/тварина і розглянути можливий зв'язок між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника.

Об'єкт – психічне здоров'я власника домашніх тварин

Предмет – зв'язок між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника

Мета – дослідити і підтвердити зв'язок між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров'ям власника

Гіпотеза дослідження: передбачаємо, що існує позитивний зв'язок між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров'ям власника.

Завдання:

- дослідити стан наукової розробленості питання зв'язку між прихильністю до домашньої тварини і психічним здоров'ям власника;
- надати теоретичні уявлення щодо прихильності власника до домашньої тварини;
- здійснити емпіричне дослідження з предмету цієї роботи.

Методи:

- теоретичні: опрацювання наукової літератури з обраної теми; діалектичний метод, системний та діяльнісний підходи; метод квантифікації; дисперсійний та кореляційний аналіз.
- емпіричні: Анкета власника домашніх улюбленців (авторська розробка); Субшкали «Опитувальника невротичних особистісних рис» KON-

2006 («астенія» та «почуття безпомічності»); Методика самооцінки емоційних станів (автори А. Уессман, Д. Рікс).

Наукова новизна полягає у в розгляді системи людина/тварина та наданні відповідної моделі.

Практична значущість полягає в розробці Анкети власника домашніх тварин та Опитувальника щодо відсутності порушень психічного здоров'я в аспектах астенії та почуття безпомічності.

Структура кваліфікаційної роботи. Складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел із 97-ми найменувань і додатку на 9-ох сторінках. Загальний обсяг основного тексту – 80 сторінок. Робота містить 10 таблиць і 4 рисунка.

РОЗДІЛ 1
СТОСУНКИ ЛЮДИНИ З ТВАРИНАМИ ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА

1.1 Тварини в житті людини як предмет наукових досліджень

В історіографічній перспективі проблематика тварин у житті людини має кілька взаємопов'язаних пластів. Перший – це прикладні дослідження, які виникли в межах ветеринарної науки та зоотехніки, – спрямовані на оптимізацію утримання, розведення та лікування тварин з огляду на економічну ефективність і здоров'я популяцій. Другий пласт пов'язаний із гуманітарними інтерпретаціями: етнографічні та історичні студії показали, що тварини були невід'ємною частиною ритуалів, міфологій та систем соціальної пам'яті; третій пласт – міждисциплінарні підходи (антрозоологія, human-animal studies), що фокусуються на етичних, соціальних й культурних аспектах людсько-зоологічних зв'язків [11].

Взаємини між людиною та тваринами є складним і багатогранним феноменом, який охоплює як практичні аспекти використання тварин у господарстві, так і символічні, культурні та етичні виміри. Тварини супроводжували людство від найдавніших етапів його існування – від мисливсько-збиральних культур кам'яної доби до високотехнологічних суспільств XXI століття. У процесі розвитку цивілізацій вони ставали не лише джерелом їжі, сировини чи робочої сили, але й предметом духовних практик, об'єктом наукового пізнання, а також етичних дискусій щодо прав та благополуччя живих істот.

Тому необхідно спрямувати дослідницьку увагу на саме наукові спроби осмислення цього явища.

Протягом XX–XXI століть науковий інтерес до тварин значно розширився, охопивши не лише біологічні та зоотехнічні аспекти, а й гуманітарні підходи — антропологічний, соціологічний, культурологічний та

правовий. Саме в ці часи і з’явився згаданий міждисциплінарний напрям – *animal studies*, який розглядає тварин як активних суб’єктів у системі людсько-тваринних відносин [60, 4]. У цьому контексті тварини перестають бути «мовчазним тлом» людської історії, натомість стають співучасниками та іноді навіть ініціаторами змін у природному та соціальному середовищі.

Питання підходів у вивченні зазначеного явища є дуже важливим з огляду дослідницького інструментарію, що складає теоретико-методологічні засоби.

Історично наукове вивчення тварин у житті людини було зосереджене переважно на їхній ролі в сільському господарстві, ветеринарії та екології. Проте з розвитком гуманітарних та міждисциплінарних підходів розширилось розуміння значення тварин у культурі, мистецтві, релігії, та соціальній поведінці. Зокрема, антрозоологія як галузь досліджує взаємини людини і тварини у соціальному контексті, включно з етичними аспектами таких взаємодій [19].

Одним із напрямів у відповідних дослідженнях є вивчення символічної функції тварин у міфах, легендах, ритуалах та традиціях, що формують ідентичність різних спільнот. Такі дослідження ґрунтуються на етнографічних методах і дозволяють краще зрозуміти значення тварин як культурних кодів та медіаторів між людиною і природою [45].

Необхідно зазначити, що культурні настанови певним чином визначають буття у формі усталених соціальних практик.

Такі дослідження, як зазначає Т.М. Козак, підкреслюють необхідність збереження культурної спадщини як засобу підтримки біорізноманіття та екологічної стійкості, оскільки традиційні знання формують практики відповідального ставлення до природи [16].

Тож важливим напрямом досліджень є аналіз символічної ролі тварин у культурних практиках та соціальних інститутах. Тварини виступають не лише як об’єкти господарської діяльності, а й як носії смислів, що формують соціальні норми, традиції та ідентичності спільнот. Зокрема, у фольклорі,

міфології та релігійних обрядах тварини часто символізують різноманітні аспекти людського досвіду – від захисту і сили до трансформації і відродження. Як зазначає Н.В. Сидоренко: «Тварини в українській культурі відіграють роль мосту між матеріальним і духовним світом, слугуючи посередниками у ритуалах та обрядових практиках» [45, 115].

Така міфологічна функція тварин немов би утворює передумови для динаміки ставлення людини до домашніх тварин.

Сучасні наукові дослідження тварин не можна розглядати ізольовано – вони інтегруються в ширші дискурси сталого розвитку, біоетики та міжвидової комунікації. Як зауважує Л. Каллат, «людство перебуває на етапі, коли виживання залежить від здатності зберігати біорізноманіття і визнавати цінність усіх форм життя, а не лише тих, що мають економічну вигоду для людини» [70, 13]. Ця парадигма стає дедалі впливовішою у світовій науці та закладає основу для нових підходів до взаємодії з тваринним світом.

Отже, можна простежити певний дрейф від утилітарного ставлення людини до тварин – до більш культурних контекстів, котрі постають як предмети наукових досліджень у новітні часи.

Дослідження взаємозв’язків між тваринами та людиною також охоплюють вплив домашніх улюбленців на соціальне життя і психічне здоров’я. Так, Дж. Сепрел з колегами зазначає, що «наявність домашніх тварин пов’язана з підвищенням рівня соціальної підтримки та зниженням стресу» [92, 128].

Таким чином, важливим напрямом сучасних досліджень є вивчення ролі тварин у психологічному та соціальному розвитку людини. Психологічні та етологічні дослідження доводять, що взаємодія з тваринами має позитивний вплив на емоційний стан, знижує рівень стресу та тривожності [59, 234]. Це знайшло практичне застосування у таких сферах, як анімалотерапія, каністерапія, іпотерапія тощо (використання собак та коней).

У світовій практиці залучення тварин до соціально-психологічної роботи з людьми має назву «людино-тваринна взаємодія» (ЛТВ), яка передбачає «залучення тварин до лікувальної, навчальної та соціальної роботи з метою досягнення в людей терапевтичних змін. Цей метод використовується особами, які мають знання про особливості залучених до такої роботи людей та тварин. Метод людино-тваринної взаємодії реалізується групою людей з тваринами у таких видах роботи як Терапія з Твариною (ТТ), Навчання з Твариною (НТ), або за певних умов Активність з Твариною (АТ). А також включає Тренування з Твариною (ТрТ)» [1, 4]. В Україні цей метод також відомий як «анімалотерапія» з різними її підвидами залежно від типу тварин, які залучаються до такої роботи [38, 43]

Необхідно зазначити, що загалом взаємодія людини з тваринами набагато ширше, ніж анімалотерапія, котра постає саме як соціальна практика, хоча й спирається на наукове обґрунтування, переважно емпіричного характеру. Тим не менш, у сучасному українському контексті дослідження взаємодії людини з тваринами виявляють стійке зростання саме в напрямах анімалотерапії, іпотерапії та пет-терапії.

Науковці Є. Романенко та Н. Коляденко у публікації 2021 року теоретично обґрунтовують зоотерапевтичні втручання щодо покращення психоемоційного стану особистості [42, 425–436]. Насамперед важливим є застосування ними терміну для тварини у зв’язку з її роллю в цьому процесі: «зоотерапія – особливий напрямок медико-психологічної допомоги, що здійснюється завдяки фізіологічному та психологічному впливу тварин-асистентів» [42, 425].

На нашу думку, термін «тварина-асистент» є дуже доречним і таким, що має трохи ширший сенс, ніж участь у спеціально організованих терапевтичних заходах.

Отже, доречно окреслити деякі поняття, дотичні до розглядуваного предмету. Зокрема: «Зоотерапія – особливий напрямок медико-психологічної допомоги, що здійснюється завдяки фізіологічному та психологічному впливу тварин-асистентів» [22].

Важливим є і те, що психотерапевтичні ефекти взаємодії людини з тваринами розглядаються з точки зору сприяння задоволенню базових особистісних потреб [77]. Тож Є. Романенко та Н. Коляденко у наведеній вище публікації надали список відповідних потреб, які можуть бути задовільненими в контакті з тваринами:

- потреба в реальному захисті або психологічній захищеності;
- потреба бути захисником;
- потреба в русі та активному способі життя;
- потреба в спільній активності;
- потреба в функціональних взаємодіях;
- потреба в домінуванні (рідше – в підпорядкуванні);
- потреба в проявах емоцій, в почуттях, а також естетичні потреби;
- потреба в спілкуванні;
- потреба в соціальних контактах (включаючи і відносини з господарями інших тварин);
- потреба в пізнанні специфіки іншого виду;
- потреба в самоствердженні (за різними критеріями) [42, 428].

Бачимо, що надано неструктурований перелік, в який потрапили різнорівневі утворення, а саме – біологічні, психологічні, соціальні. Загалом це може розцінюватися як свідчення, що спілкування з тваринами дозволяє охоплювати подолання широкого поля проблем людини.

Також надається короткий огляд своєрідних напрямів участі тварин у житті людей саме за ознакою тварини-асистента, а також узагальнені обриси тих позитивних ефектів, які можуть виникати від контактів з певними видами тварин-асистентів.

Загалом йдеться про те, що, наприклад, «Американські вчені виявили, що сім'ї, в яких є домашні тварини, легше долають сімейні кризи і вирішують конфлікти, утримання тварини дає можливість більш близького спілкування, сприяє виникненню спільних інтересів. Крім того, багато людей «обговорюють» свої проблеми з вихованцями, не боячись осуду» [42, 429].

Бачимо, що вирішувані таким чином проблеми пов’язані з психологічними та соціальними потребами людини.

Щодо конкретних тварин-асистентів йдеться наступне.

Автори зазначають: «Психологи вважають, що собака, виражаючи відданість господареві, надає йому неоціненну психологічну підтримку, порівняну з присутністю близької людини, а присутність собаки допомагає впоратись із завданням» [42, 429].

Далі йдеться про наступне, з наведенням відповідного джерела: «З’ясовано, що спів канарок знімає напругу, заспокоює нерви і підвищує настрій [79].

Власне ж автори статті стверджують: «При неврозах, депресії, гастриті, виразці шлунка корисно просто сидіти біля клітки, слухати мелодійні трелі і спостерігати за птахами. А щебетання хвилястих папужок полегшує болі в серці» [42, 429]. Тут вочевидь йдеться про контекст біологічних та психологічних потреб.

Інший комплекс ефектів розгорнуто у наступний перелік, також спрямований на схожий сорт потреб, до яких ще додано соціальні: «Заводити гризунів рекомендують невпевненим в собі людям: спілкування з цими тваринами допомагає подолати замкнутість і комплекси. Тактильний контакт із ними розслабляє дрібну мускулатуру, знижує тривогу і агресію. Дітей вони вчать дбайливому відношенню, сприяють вихованню відповідальності» [42, 429].

У матеріалі Я.М. Петінова, де подано теоретичний аналіз дотичної предметної сфери, йдеться про напрямки цілеспрямованого використання тварин з посиланнями: «Серед завдань, які ставлять перед собою науковці та практики, котрі використовують людино-тваринну взаємодію (ЛТВ), є:

– фізичні (розвиток навичок дрібної та грубої моторики [61]; розвиток навичок вправляння з візком для людей з інвалідністю [58]; розвиток навичок підтримання рівноваги тіла [75]);

– психічні (розвиток вербальної взаємодії у групі [95]; розвиток уваги [66]; розвиток навичок рекреаційного дозвілля [80]; розвиток впевненості у собі [89]; зниження рівня тривожності [84]; зниження почуття самотності [68]);

– навчальні (розвиток лексичного запасу [67]; розвиток короткострокової та довгострокової пам'яті [85]; розвиток навичок читання, мислення [65]);

– мотиваційні (розвиток мотивації до групової діяльності; розвиток соціальної взаємодії [94]; розвиток взаємодії з персоналом установ [72]; розвиток мотивації до виконання вправ [57])» [42, 43].

Бачимо, що зроблено розподіл за рівнями, відповідними окресленими вище, при цьому соціальний рівень представлений двома складниками – «навчальним» та «мотиваційним». Таке розподілення є цікавим ще з тієї точки зору, що закладає передумови окреслення не тільки терапевтичної функції людино-тваринної взаємодії. Тобто, має йтися на термінове, «ургентне» застосування тварин-асистентів; а поряд з ним – більш тривале у часі, регулярне застосування. Це питання потребує вирішення за допомогою доладних теоретико-методологічних засобів.

Огляд матеріалів, присвячених розгляду предметів, дотичних до теми нашої роботи, висвітлює наявність більшого акцентуванні на перших контекстах в межах різних соціальних практик, а значно менший акцент припадає на теоретико-методологічні роздуми щодо ЛТВ та контекстам, які являють певну антитезу терапії як дещо профілактичне.

Про це деякі дослідники говорять напряму – так, за свідченням О.В. Ткаченка, «значна увага приділяється дослідженню терапевтичної ролі тварин, зокрема в рамках animal-assisted therapy (терапії за участі тварин), яка має позитивний вплив на психічне здоров'я і соціальну адаптацію пацієнтів з різними захворюваннями. … Емпіричні дані свідчать, що взаємодія з терапевтичними тваринами сприяє зниженню рівня тривожності та депресії, а також покращує соціальні навички у пацієнтів» [51, 72].

Про це свідчить і спрямованість матеріалів, наявних у прямому доступі, та їхня спрямованість. Наведемо кілька прикладів, що ілюструють це положення.

В Україні проводяться наукові дослідження в галузі анімалотерапії, які демонструють усе більшу її ефективність у різних сферах психотерапевтичної допомоги. Також відбуваються заходи з популяризації анімалотерапії з елементами наукового теоретико-практичного обміну досвідом; впроваджуються практичні форми застосування анімалотерапії.

Можна навести деякі приклади того, як анімалотерапія набуває розповсюдження в Україні недавніми часами.

Стосовно наукових досліджень можна навести, зокрема, наступний приклад – робота «Анімалотерапія як напрямок психотерапевтичної допомоги під час пандемії COVID-19» [10], в якій досліджено вплив анімалотерапії на психічний стан людей під час пандемії.

У теоретичній частині там розглянуто детермінанти, особливості її застосування як методу терапії. Також розглянуто анімалотерапію як окремий метод лікування психічних та фізичних вад. Описано функції та психотерапевтичні можливості анімалотерапії.

В емпіричній частині наведено практичне дослідження впливу анімалотерапії на психічні стани людини. Зокрема проаналізовано, як анімалотерапія впливає на жителів великих міст та сільської місцевості. На основі опрацювання теоретичних та практичних матеріалів зроблені відповідні висновки.

Так, зокрема, емпірична частина дослідження показала, що анімалотерапія позитивно впливає на психічне здоров’я як мешканців великих міст, так і сільської місцевості, сприяючи зниженню рівня стресу та покращенню загального психоемоційного стану. В нашому дослідженні доречно буде порівняти результати емпіричної частини із тими висновками.

Загалом наукова робота в предметній сфері анімалотерапії стає предметом обговорення серед дослідників, і основна форма такої

комунікації, як відомо, – це наукові конференції. Наведемо деякі приклади обміну науковим досвідом в режимі таких конференцій.

1. Завдяки організаторам із Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Ґжицького, 24–25 лютого 2024 року відбулася Всеукраїнська науково-практична конференція «Анімалотерапія (людино-тваринна взаємодія) для зміцнення здоров'я, профілактики та реабілітації людей у складних життєвих обставинах: проблеми, пошуки, перспективи». Повідомлення про її проведення викладене у мережі Інтернет [41]. Конференція об'єднала фахівців з Києва, Харкова, Львова, Одеси, Вінниці, Миргорода, Полтави, Луцька, Житомира, Рівного, а також з Чехії, Японії, Словаччини, Австрії, Болгарії. Серед активних учасників були й представники факультету ветеринарної медицини НУБіП України.

2. Флеш-семінар «Зоопсихологія з основами анімалотерапії»: новий цікавий досвід та перспективи імплементації: доценткою кафедри нормальної та патологічної морфології і фізіології Світланою Ліщук, було підготовлено та проведено міжфакультетський флеш-семінар із здобувачами вищої освіти спеціальності 053 «Реабілітаційна психологія» [54].

Учасники заслухали змістовні доповіді про специфічні аспекти зоопсихології різних видів, з практичними поясненнями, як розвиваються емоції та комунікативні здібності у різних видів, а також які чинники впливають на їхню поведінку. Особливу увагу приділили тому, як науково досліджується і вирішується поведінка тварин, зокрема собак, котів, коней, дельфінів та інших видів і як останніх використовують для психологічної реабілітації.

Один із основних висновків семінару виявляється в тому, що анімалотерапія – це науково обґрунтований метод, який успішно використовується в психологічній практиці та соціальній адаптації.

3. Дослідження «Каністерапія в роботі з дітьми з особливими потребами» [5]: проведено спеціальний захід, який відбувся в рамках

викладання курсу «Анімалотерапія в психологічній практиці» для студентів 4 курсу спеціальності «Реабілітаційна психологія».

Під час онлайн-зустрічі, організованої Прикарпатським національним університетом імені Василя Стефаника, фахівчиня з каністерапії Антоніна Гошовська поділилася досвідом використання цього методу в роботі з дітьми, які мають синдром Дауна, розлади аутистичного спектра та затримку мовного розвитку. Було наголошено на терапевтичних можливостях каністерапії та необхідності проведення подальших наукових досліджень у цій галузі.

Щодо теоретико-методологічних розвідок, можна навести, зокрема, дослідження «Сполучене застосування ігрової та анімалотерапії у дітей з ранньою затримкою психічного розвитку», проведене на базі Центру психосоціальної реабілітації дітей та підлітків «Фельдман-Екопарк» (Харків) [29] науковцями з Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна, яке показало, що поєднання ігрової терапії з анімалотерапією сприяє розвитку емоційно безпечного середовища для дітей із затримкою психічного розвитку. Це середовище допомагає дітям у розвитку самоповаги, усвідомленні свого тіла та підвищенні почуття власної гідності. Це дослідження має виражене практичне спрямування, поєднуючи теоретико-науковий контекст із практично-дослідницьким.

Підсумовуючи, слід зазначити, що «людино-тваринна взаємодія» (ЛТВ) як об’єктно-предметна галузь наукових досліджень мають багатогранний характер, що охоплює біологічні, психологічні, культурні, соціальні та економічні аспекти. Це відкриває широкі можливості для подальших досліджень і практичного застосування, з урахуванням сучасних викликів та потреб суспільства. Вочевидь, теоретико-методологічного прогресу в таких розвідках можливо досягти у разі використання доладного дослідницького інструментарію, про що необхідно зазначити у відповідній частині цієї роботи.

Врешті-решт, роль тварин у житті людини є багатовимірною і постійно змінюється у відповідь на соціальні, економічні, культурні та екологічні виклики сучасності. Наукові дослідження у цій галузі не лише поглиблюють розуміння цих процесів, а й формують основу для розробки ефективних практик і політик, що забезпечують гармонійне співіснування людини і тварин.

1.2 Психічне здоров’я людини в контексті психічних станів

Питання психічного здоров’я упродовж десятиліть перебуває в центрі уваги філософів, медиків, психологів і педагогів. У різних наукових традиціях воно трактується по-різному – від акценту на відсутності патології до підкреслення активної здатності людини гармонійно взаємодіяти із середовищем і реалізовувати власний потенціал.

Проблематика психічного здоров’я людини займає одне з провідних місць у сучасних наукових дослідженнях. Це пояснюється тим, що саме психічна сфера визначає можливість гармонійного розвитку особистості, її здатність до навчання, праці, творчості та взаємодії з іншими людьми.

Вочевидь, було б доречно орієнтуватись на загальноприйняті визначення психічного здоров'я, і звернутися до визначень Всесвітньої організації охорони здоров’я (ВООЗ).

Якщо поглянути на визначення різних років, то стане помітною певна динаміка.

Ще у середині ХХ століття ВООЗ надала визначення: «Здоров’я – це стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб чи фізичних вад» [97, 1]. За визначенням ВООЗ 2004 року, психічне здоров’я – це «стан благополуччя, при якому індивід усвідомлює власні можливості, здатний справлятися зі звичайним стресом життя, ефективно працювати та продуктивно взаємодіяти в суспільстві» [86, 12].

А вже 2018 року психічне здоров'я визначається як «стан благополуччя, за якого індивід може реалізувати власний потенціал, справлятися зі стресовими ситуаціями, продуктивно та плідно працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти» [82, 7]. Це визначення підкреслює багатовимірність феномену, який охоплює емоційні, когнітивні та поведінкові прояви людини, а також має суттєву соціальну спрямованість; при цьому питання усвідомлюваності свого потенціалу виведено із цього визначення і не присутнє в ньому. Можливо, це наслідки тієї думки, що гіпотетично може бути наявною ситуація, коли не дуже усвідомлюваний індивід веде «просте життя» без особливих стрес-факторів, разом з тим достатньо реалізуючись у соціальній площині. Тобто вже не йдеться про «усвідомлюваність», а соціальність набуває альтруїстичної спрямованості – як ознаки, власне, визначеного поняття. Насамперед констатуємо, що так чи інакше родовою ознакою постає «стан».

Надалі поняття конкретизувалося у численних публікаціях міжнародних експертів та вітчизняних дослідників, які наголошували на ролі особистісної цілісності, стресостійкості, соціальної інтеграції тощо. Центральним місцем у цій предметній сфері ставало не так визначення самого явища, як знаходження його найрізноманітніших детермінант та способів і методів досягнення і підтримки психічного здоров'я.

Американський психолог М. Яхода у своїй класичній праці 1958 року запропонувала низку критеріїв «позитивного психічного здоров'я», серед яких – адекватне сприйняття реальності, автономія, позитивне ставлення до себе, здатність до саморозвитку та досягнення життєвих цілей [69, 6]. Її концепція відіграла провідну роль у формуванні сучасного розуміння цього феномену.

Згодом К. Ріфф розвинула цю ідею, створивши «модель психологічного благополуччя», що включає шість вимірів: позитивні відносини з іншими, автономія, керування середовищем, особистісне зростання, цілі в житті та самоприйняття [88, 1072]. Ця «модель» іноді використовується у сучасних

емпіричних дослідженнях, оскільки на її основі створено діагностичну методику.

У вітчизняній психології питання психічного здоров'я розроблялося насамперед у зв'язку з проблемами особистісного розвитку й соціалізації. Так, Т.М. Титаренко зазначає: «Психічне здоров'я – це гармонійна єдність переживань, ставлень і дій особистості, яка забезпечує її цілісність та адаптивність у різноманітних життєвих обставинах» [50, 33]. Бачимо, що зазначена єдність виступає певною диспозицією, яка стає інструментом самозбереження суб'єкта. Примітним є те, що в принципі родовою ознакою є майже те, що і стан, але немов би «продовжений у часі», що достатньо вдало, на нашу думку, позначено словом «єдність» із загальнонаукового тезауруса.

Ще більше акцентовано на проявах суб'єкта в соціальних контекстах у твердженні С.Д. Максименка, який підкреслює значення діяльнісного підходу: «Психічне здоров'я виявляється у здатності особистості організовувати власну життєдіяльність, забезпечуючи розвиток і самореалізацію в соціумі» [24, 112].

Ще більший акцент у соціальних контекстах і суб'єктності бачимо у Г.С. Костюка, який в рамках діяльнісного підходу відзначав: «Здоровий психічний розвиток полягає у поступовому становленні системи відносин особистості зі світом, що виявляється в активному засвоєнні соціального досвіду» [17, 29].

Далі, І.Д. Бех розглядає психічне здоров'я наступним чином: «Особистість, яка не втрачає здатності керувати власними вчинками та співвідносити їх із загальнолюдськими моральними нормами, демонструє високий рівень психічної зрілості та стійкості» [2, 57]. Тут акцентовано на власне суб'єктності людини та здатності до її прояву доладним чином у різноманітних соціальних контекстах.

Таким чином, вітчизняні науковці у цьому питанні спиралися на доладну теоретико-методологічну базу – діяльнісний підхід, який хоча і був започаткований і сформований за радянської доби, виявився ефективним інструментарієм як в теоретичному, так і в практичному плані.

Отже, в загальному пізнавальному контексті йдеться про те, що вивчення будь-яких явищ потребує доладних інструментів, серед яких в науковій методології виділяються підходи – вони лежать в руслі більш загальних пізнавальних установок: парадигм, концепцій, теорій [28]. Зазвичай найбільш інструментальним засобом виступає підхід, котрий інтегрує в собі надбання певних наукових галузей. Щодо розгляду психічного здоров'я існує декілька усталених підходів, що відповідають саме такому баченню. Одні підходи акцентують роль індивідуально-психологічних ресурсів – емоційної стійкості, саморегуляції, цілісності «я»; інші підкреслюють соціальні детермінанти: стосунки, соціальну підтримку, працевлаштування та соціальну інтеграцію; також розглядаються біологічні детермінанти у розглядуваному явищі.

Саме через розгляд чинників психічного здоров'я постає його розуміння в рамках окреслених нижче підходів.

1. **Біологічні** та функціональні показники – базуються відповідно на біологічному підході. Йдеться про те, що стан нервової системи, відсутність органічних уражень, адекватна соматична функція – базові компоненти, які задають фізіологічну основу психічного благополуччя. Медичні моделі фокусуються на діагностиці і лікуванні порушень, однак вони не охоплюють позитивного боку здоров'я – здатності до самореалізації.

2. **Психологічні ресурси.** Сюди відносяться емоційна регуляція, когнітивна гнучкість, самоповага, емоційна зрілість. М. Яхода сформулювала критерії «позитивного психічного здоров'я», які включали адекватне сприйняття реальності, самостійність, цінні життєві цілі й здатність до особистісного зростання [69].

3. **Соціальні** показники. Наявність продуктивних соціальних ролей, якість міжособистісних стосунків, соціальна підтримка і інтеграція в громаді; здатність адекватно проявляти свою суб'єктність у соціумі (зокрема, К. Ріфф, а також низка вітчизняних дослідників).

Отже, психічне здоров'я має розглядатися як багатовимірне явище, яке формується на перетині біологічних, психологічних і соціальних чинників. Біопсихосоціальна модель, що набула поширення у сучасній науці, пояснює складну взаємодію цих чинників як системних рівнів [63, 132]. Йдеться про те, що біологічні чинники містять генетичну схильність, функціонування нейромедіаторних систем, особливості роботи головного мозку. Психологічні чинники охоплюють індивідуальні особливості особистості, стиль мислення, емоційні реакції, а також когнітивні й поведінкові стратегії подолання труднощів. Соціальні ж фактори стосуються умов життя, економічної стабільності, міжособистісних відносин та культурного контексту [73].

Психічне здоров'я людини постає як багатовимірне явище, яке треба розглядати також і у двох наступних теоретико-методологічних аспектах – статичному та динамічному.

В **статичному** має йтись про зазначені складники – біологічний, психологічний, соціальний, котрі відповідають структурним рівням у комплексному суб'єкті [28]. Якраз біологічний складник постає як фундаментальний рівень – у вивченні загальної психології кожне психічне явище розглядається і у контексті його фізіологічних основ.

Тож не дивно, коли науковці наголошують, що психічне здоров'я не може розглядатися ізольовано від соматичного. Аргументи для цього знаходяться здебільшого медичні – як свідчать дослідження у сфері психосоматичної медицини, порушення у психічній сфері часто призводять до соматичних захворювань, і навпаки – хронічні фізичні страждання негативно впливають на емоційний стан і можуть спричиняти розвиток депресії чи тривожних розладів [83, 901].

Визнання єдності психічного та фізичного здоров'я іноді вважається продуктом так званого інтегративного підходу. Також суттєвим є те, які акценти у психічному житті людини знаходяться ключові індикатори психічного здоров'я. Можна було б припустити, що цей акцент знаходиться в

емоційній сфері людини. Але дослідники висловлюються більш в широкому контексті. Так, Корі Кейс у 2007 році зазначав у контексті інтеграції когнітивних і емоційних процесів, що «людина з високим рівнем психічного здоров'я здатна не лише аналізувати та оцінювати події, а й ефективно керувати своїми емоціями, встановлювати значущі міжособистісні зв'язки та досягати особистісних цілей» [74, 76]. Таким чином, психічне здоров'я тут розглядається як баланс між адаптивними когнітивними функціями, емоційною стабільністю і соціальною ефективністю.

Важливим аспектом осмислення психічного здоров'я є також і його зв'язок із загальним поняттям «якість життя». У психології та соціальних науках відзначається, що висока якість життя неможлива без внутрішнього відчуття емоційного благополуччя, задоволення від соціальних зв'язків і власної діяльності. Зокрема, Н. Чепелєва підкреслює, що здатність людини будувати гармонійні стосунки із соціальним середовищем, підтримувати позитивну ідентичність і здійснювати життєві проекти є ключовим критерієм збереження психічного здоров'я [55, 24].

На противагу структурному погляду, в якому доречно виділяти складники та навіть рівні розглядуваного явища, дослідники ведуть мову про динамічний аспект, в чому сягають альтернативного протиставлення.

Існують сучасні дослідження, автори яких намагаються довести, що психічне здоров'я є не статичним станом, а динамічним процесом, котрий формується у взаємодії індивіда з соціальним і природним середовищем. Зокрема, Т. Титаренко акцентує увагу на ролі «життєвої перспективи, яка створює у людини відчуття майбутнього, сенсу та цілеспрямованості. Втрата життєвої перспективи веде до деструктивних змін у психічному стані особистості» [50, 33].

Вочевидь, необхідно уявляти суть явища як динамічну картину взаємодії в часі структурних його складників із мінливим середовищем. Ця теоретико-методологічна теза, що може являти собою інструментальний засіб системного підходу, може знаходити підтвердження (або свідчення

чинності) якимось своїм компонентам чи складникам чи навіть просто ідеям у доробках різних дослідників.

Чи достатньо цих роздумів щодо наукових уявлень про психічне здоров'я, щоб утворити достатньо адекватну картину цього явища? Припускаємо, що для цього в якості дослідницького інструментарію доречно скористуватись ідеєю, плідно застосованою в дисертаційному дослідженні В.М. Сергієнка [44]. Вона полягає в тому, що у суб'єкта є певні **диспозиції**, котрі визначають його **прояви** у формі причинно-наслідкового ланцюжка. До цього доречно додати передумови формування диспозицій, і тоді «ланцюжок» має поставати у такій формі: передумови → диспозиції → прояви.

Тоді доречно вести мову про те, що психічне здоров'я постає як певна диспозиція суб'єкта, його атрибут, який, з одного боку, сформований передумовами, а з іншого – визначає його певну якість у подальший проявах.

Важливим є також і те, що як передумови, так і прояви постають, як ми бачили, у формі системного утворення, де наявні принаймні такі складники як «біологічне, психічне, соціальне» в атрибуції суб'єкта, а питоме явище, відповідно назві, немов би знаходиться у одному з них – психічному. Це достатньо адекватно відповідаю світоглядним основам психологічної науки, основою якої вважається теорія психічного відображення. Тому доречно прийняти ідею про те, що передумови інтегруються певним чином у психіці суб'єкта, а також і те, що саме психіка визначає його прояви саме відповідно до його «психічного здоров'я», котре у певний відтинок часу постає як «стан» (який, власне, і фігурує у численних визначеннях різного авторства).

Також постає питання, чи доречно використовувати розширену до чотирьох рівнів модель суб'єкта. У відповідному матеріалі йдеться про те, що таке уявлення про суб'єкт діяльності є «достатньо новітнім в плані введення в його структуру типологічного рівня, котрий розширює відому тріаду психолого-педагогічного принципу розвитку «психічне є результатом конвергенції двох чинників – біологічного та соціального». Цей загальний

принцип тепер має додаватись тим, що така «конвергенція» постає як типологічно опосередкована» [28, 7].

Відповідь має полягати в тому, що натепер невідомі дослідження, в яких би йшлося про типологічну детермінацію психічного здоров'я, хоча, вочевидь, час таких розвідок має настати. Тож скористаємось відомими складниками явища, які позначені, зокрема, і у наведених вище матеріалах – там, де йдеться про «біопсихосоціальну модель».

Задача полягатиме в тому, щоб окреслити місце і роль зазначених складників і спробувати надати власну модель розглядуваного явища, яка б спиралася на проаналізовані джерела з цього питання.

Спробуємо надати схематизоване зображення складників явища та зв’язків між ними, як зазвичай відповідає використанню системного підходу, про що йтиметься у відповідному пункті цієї роботи. Отже, в якості основних складників мають поставати «біологічний» і «соціальний» насамперед – як чинники, передумови диспозицій. Далі психологічний складник має внутрішню структуру – відповідно до розглянутих вище положень там мають міститися емоційний та когнітивний складники, про які зазначалось, що вони мають перебувати у гармонійному балансі. Якщо додати до системи ще й типологічний складник, то треба розуміти його у двох його функціях:

1) по-перше, як своєрідного «фільтру» для зовнішніх сигналів – будь то соціум чи навіть організм – саме типологічна сутність індивіда вибудовує систему пріоритетів у селекції тих сигналів як надання своєрідної ціннісної ваги кожному з них (що з них можна ігнорувати, чи відкладати на потім, що є важливим, а що потребує невідкладної адекватної реакції);

2) по-друге, як такого ж «фільтру» при видачі будь-яких реакцій на сигнали – невідкладні, відтерміновані, змістовно обрані.

Зрештою, модель психічного здоров’я виглядає як зображено на схемі (рис. 1.1).

Таким чином, соціальне середовище і організм виступають певними чинниками при формуванні психічного здоров’я, а також дають внесок у все

явище як динамічний процес, тривалий у часі. Також правою стрілкою символізується активність суб'єкта, яка спрямовується у навколишній соціум, про що йдеться у багатьох вітчизняних науковців.

Також позначено те, як типологічна оболонка опосередковує як вплив соціальних і органічних чинників, так і прояви суб'єкта назовні.

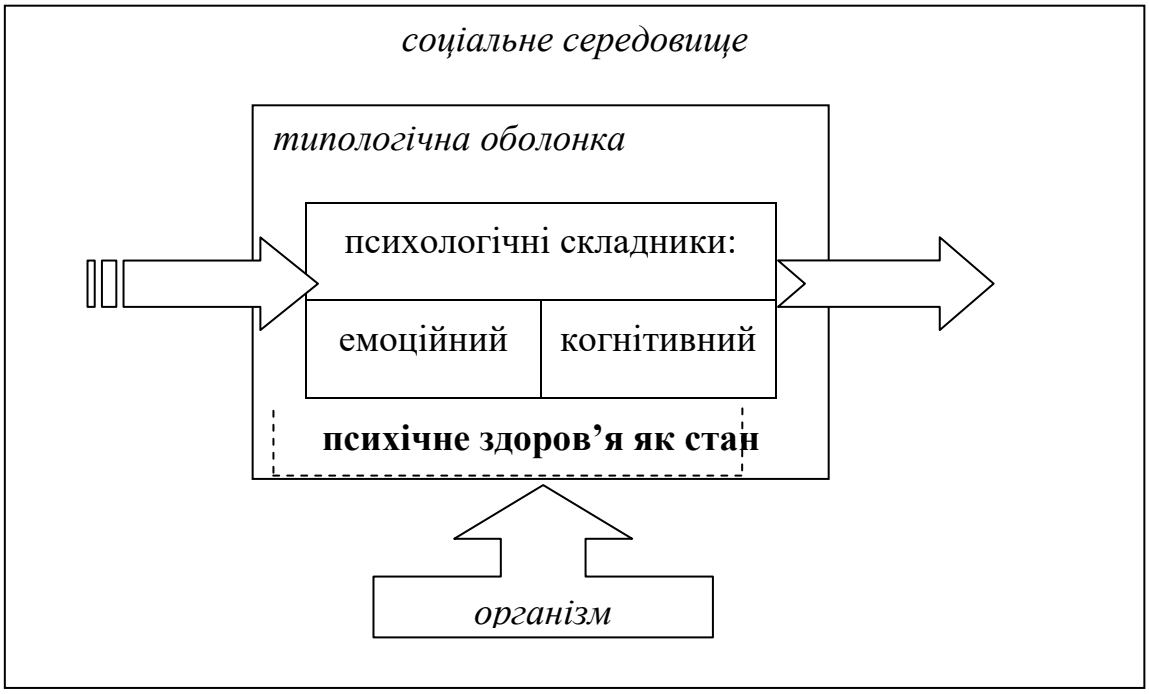


Рисунок 1.1 – Модель психічного здоров'я

Важливо зазначити, що психічне здоров'я фахівці розглядають не як тотожне відсутності психічних розладів; воно включає активні процеси саморегуляції, когнітивної і емоційної адаптації до соціальних та фізичних умов життя [74, 45]. В цьому твердженні міститься вказівка на те, що власне психічному складнику притаманна своя функція саморегуляції. Але співвідношення психічного здоров'я з деструктивними чинниками, звідки б ті не походили, постає як достатньо складне утворення. Можна припускати, що в умовах несприятливої ситуації суб'єкт з достатнім рівнем стійкості продовжує зберігати психічне здоров'я як таке попри навіть емоційну пригніченість та когнітивну розгубленість, але вочевидь прояв саме психічного здоров'я постає в цьому випадку як збереження оптимізму, що

все буде добре. Натомість суб’єкти з низьким рівнем психічного здоров’я відчувають пригніченість навіть без впливу достатньо інтенсивних деструктивних факторів.

Щодо власне «психічних розладів», то їхні різновиди та рівні вираженості утворюють неабиякий перелік, зокрема – й у формалізованому вигляді як Діагностичний і статистичний посібник з психічних розладів (англ. Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders – DSM). Це посібник з діагностики і статистики – «довідники, розроблені Американською психіатричною асоціацією (APA/APA). Вони містять реєстри і опис психіатричних діагнозів, аналогічні керівництвам Міжнародного класифікатора хвороб (МКХ). Остання версія класифікатора — DSM-5 2013 року, оновлена у 2022 році під назвою DSM-5-TR» [9].

Необхідно все ж окреслити протилежність «психічне здоров'я/психічні розлади».Попри наведені твердження доречно вважати дійсними стани відсутності психічних розладів як індикатори психічного здоров’я. Про це йдеться і у доробку дослідників: «Важливою складовою якості життя є психологічне благополуччя, загрозу для якого становить характерний для сьогодення значний вплив негативних середовищних факторів. Такий вплив у поєднанні з конституціональними особливостями індивіда часто призводить до виникнення психологічних труднощів різного походження, зокрема – надмірно високого рівня невротизації, неврозу» [34, 14].

Бачимо, що про психічне здоров’я автор веде мову, використовуючи не такий категоричний термін «психічне благополуччя», і до того ж – окреслює його антитезу: невротизація та невроз. Таке протиставлення виявляється доладним в контексті нашого дослідження, оскільки діагностичні засоби, присвячені такій антитезі психічного здоров’я, представлені в дослідницькому арсеналі психологів достатньо широко.

У наведеному дисертаційному дослідженні зазначається, що «на сьогоднішній день розроблено безліч теорій невротизації в рамках основних психологічних напрямів – психодинамічних, когнітивно-поведінкових,

екзистенційно-гуманістичних, трансперсональних. Загальною гіпотезою психодинамічних течій є припущення того, що психічна діяльність людини визначається взаємодією певних несвідомих психічних вимірів, а психічний розлад є наслідком їх зіткнення» [34, 35].

Не заглиблюючись в розгляд зазначеного явища, погодимося з тим, що його природа складна, і зрештою воно постає як результат найрізноманітніших деструктивних впливів, яким протистоять диспозиції, що пов'язані зі здатністю підтримувати психічне здоров'я суб'єкта.

Щодо власне сутності явища – у наведеному дисертаційному дослідженні автор пропонує розмежувати поняття «невротизація» та «невроз» наступним чином: «Перше поняття можна розглядати як особистісну властивість, неадаптивну психологічну предиспозицію, а друге – як гостру неадаптивну реакцію» [34, 34]. Тобто, на думку дослідника, диспозиція індивіда може бути такою, що не припускає психічного здоров'я, оскільки є «не адаптивною». Але як би то не було, бачимо і тут розмежування диспозицій і проявів, а про їх ґенезу начебто не йдеться.

Ще одним доладним моментом у наведеній цитаті є фіксація термінів для відповідних явищ, І також можна припустити, що психічне самопочуття може мати динаміку в залежності від зовнішніх факторів, а також на тлі певної міри усталених диспозицій індивіда щодо подолання деструктивних впливів середовища чи організму.

Тобто, психічне самопочуття і психічне здоров'я не тотожні – якщо перше є ситуативно мінливим, то друге – усталена характеристика індивіда, завдяки якій, власне, і відбувається протидія деструктивним впливам.

З цього висновку випливає один важливий момент, пов'язаний з діагностикою психічного здоров'я, а саме – труднощі в його виявленні. Це виглядало б як запитання «а що саме у вас не болить?». Вважаємо, що численні методики виявлення «відсутності» або «зниження» психічного здоров'я реалізовані через виявлення відхилень від нього (що позначається узагальнено як «розлад») – ситуативних чи тривалих – в якісних та кількісних вираженнях.

Довідкове видання надає доволі узагальнене визначення: «Неврастенія – психічний розлад з групи неврозів, серед проявів якого підвищена подразливість, стомлюваність, втрата здатності до тривалого розумового й фізичного зусилля. Уперше її описав американський лікар Георг Бірд 1869 року» [33]. Примітним є те, що в цій статті відсутнє позначення суб'єкта як носія розладу, натомість надається посилання на іншу статтю, де, власне, і наводиться визначення, але трохи в іншій предметній сфері: «Неврастенік (амплуа) – сценічне амплуа; актор, що виконує ролі хворобливо-нервових, неврівноважених, безвільних людей, які легко підпадають під різні впливи й настрої, перебувають у стані гострої душевної кризи» [32].

Тобто, таким чином надається картина розладів, що постає як антитеза психічному здоров'ю, і вочевидь це має стати орієнтиром для обрання засобів для емпіричної частини нашого дослідження.

Автор наведеного дисертаційного дослідження О.В. Орлов зазначає: «Сучасні психологічні теорії невротизації носять інтегративний характер та пояснюють це явище комплексною дією несприятливих факторів, основними з яких є специфіка протікання психічних процесів, особливості ранніх етапів розвитку та умов виховання, наявні конфлікти між потребами та вимогами середовища тощо. Високий рівень невротизації … виражається в порушенні зовнішніх (поведінка) та внутрішніх (емоції та когніції) аспектів функціонування особистості, можливих неадекватних психосоматичних реакціях» [34, 36].

Тобто, за такого погляду маємо позначення певного рівня втрати психічного здоров'я суб'єкта, а також узагальненого окреслення чинників цієї втрати.

Медико-біологічні дослідження підтверджують, що домашні улюбленці можуть мати і профілактичний ефект – зокрема, у запобіганні серцево-судинним захворюванням, сприяти підвищенню фізичної активності та зниженню рівня депресії [81, 1230]. Ці висновки стали підґрунтям для розвитку галузі анімалотерапії, яка набуває дедалі більшого поширення і в Україні.

Висновки до першого розділу.

Розгляд наукових поглядів, дотичних до предмету нашого дослідження, дає первинні уявлення як щодо місця й ролі тварин в житті людини, так і про засадничі положення щодо психічного здоров'я.

Щодо місця тварин в житті людини простежується бачення його певної еволюції від утилітарних потреб до більш цивілізованих – через символічні аж до певним чином партнерських, – для чого залучаються поняття соціокультурних, етичних та психотерапевтичних контекстів.

Йдеться про узагальнювальний термін «людино-тваринна взаємодія» (ЛТВ), котрий стосується певного аспекту в більш широкому контексті. Такий контекст може поставати як системне осягнення цілісного явища, і це потребує застосування відповідного теоретико-методологічного інструментарію, яким і є системний підхід.

Зокрема, апофеозом історичного розвитку в поглядах на роль тварин у житті людини є виникнення такого явища як анімалотерапія – цілеспрямоване використання деяких спеціально підготовлених тварин для таких взаємодій з людиною, котрі призводять до психотерапевтичного ефекту (і навіть соматичні ефекти при деяких видах реабілітації).

Тож зрештою психологічний вимір взаємодії з тваринами набув широкого визнання на теперішній час. Тварини розглядаються як джерело емоційної підтримки та регуляції стресу, особливо в умовах кризових ситуацій. Анімалотерапія використовується у роботі з ветеранами бойових дій, людьми з посттравматичним стресовим розладом і дітьми з особливими освітніми потребами, а також дітьми із порушеннями розвитку. Українські реабілітаційні центри успішно впроваджують програми іпотерапії та каністерапії, що підтверджує універсальність позитивного впливу тварин на психіку людини.

Розгляд психічного здоров'я заподіяний тут якраз для уточнення того, з чим може бути у позитивному ключі взаємодія з тваринами. Надано узагальнене розуміння цього явища, створено його модель у вигляді схеми.

РОЗДІЛ 2
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗГЛЯДУ СТОСУНКІВ ЛЮДИНИ З ТВАРИНАМИ

2.1 Положення системного та діяльнісного підходів для розгляду предмета цього дослідження

Тварини в житті людини виступають багатовимірним об’єктом наукового дослідження, що поєднує методологічні підходи природничих, суспільних та гуманітарних наук. Предметне поле цих досліджень охоплює комплекс феноменів: від практичних взаємин, пов'язаних із господарською діяльністю та медициною, до культурних і символічних уявлень, які формують суспільні практики та інститути. У межах сучасної академічної парадигми питання тварин у житті людини аналізують з позицій антрозоології, етології, екоантропології, історичної антропології, соціальної психології та інших дисциплін, що дозволяє отримати інтегративний образ предмета дослідження [31; 37].

Системне вивчення психічного здоров’я людини також передбачає врахування цілого комплексу різноманітних чинників. Міждисциплінарні підходи дозволяють досліджувати психічне благополуччя через призму згадуваної в попередньому розділі біопсихосоціальної моделі, що інтегрує біологічні, психологічні та соціальні складові [63, p. 129].

В якості основних теорій, котрі пояснюють вплив людино-тваринних відносин (ЛТВ) на стан та переживання особистості, Я.М. Петінов позначає такі: теорія біофілії, теорія антропоморфізму, теорія взаємодії та набуття досвіду, мотиваційна теорія, фізіологічна теорія, теорія соціальної підтримки і соціальної прив’язаності та теорія переключення уваги [38, 43].

Бачимо, що зазначені теорії постають як певні складники чи ідеї в рамках психологічної науки – усі з переліку, окрім «соціальної підтримки і

соціальної прив'язаності», котрі входять до предмету соціальної психології. Якщо для розгляду певного предмету застосовуються різні підходи, то в такому випадку отриманий підхід може вважатись міждисциплінарним.

Отже, поєднання дослідницьких засобів має здійснюватись доладним чином. Найдоречнішим інструментом для цього має стати системний підхід. Вживаючи одне з його визначень, зокрема, в психолого-педагогічній об'єктно-предметній сфері, будемо розуміти його як загальнонауковий напрям методології, застосування якого призводить до розробки методів дослідження і конструювання складних предметів як систем. «Системний підхід у педагогіці спрямований на розкриття цілісності педагогічних об'єктів, виявлення в них різноманітних типів зв'язків та зведення їх в єдину теоретичну картину» [6, 305].

Базові положення системного підходу постають як комплекс принципів. Три з них можна вважати достатніми для того, щоб системний підхід виглядав як метод, готовий до використання. Про це говориться у спеціальному матеріалі про методологію для гуманітарних досліджень [28]:

- система складається з **компонентів**, які перебувають між собою в певних **відношеннях**. Таке бачення системи надає підстави для т.зв. «компонентно-структурного аналізу»;

- специфіка відношень між компонентами системи призводить до того, що система постає як **ціле** – з такими властивостями, котрі «не зводяться до простої суми властивостей компонентів». Це положення є підставою для поняття «**нова системна якість**», котре виникає при поєднанні компонентів у систему;

- відношення постають як «горизонтальні» і «вертикальні», при цьому особливу роль отримують саме вертикальні, що стає основою для ідеї про «**ієрархічні системні рівні**». Вони можуть розглядатися як дендритна розгалужена схема, або як модель з наявністю **вкладеності** рівнів. Власне, вкладеність системних рівнів дає основу для термінів ***надсистема/підсистема***. При цьому підсистеми виглядають як компоненти системи, а ті, що вже не мають підсистем, позначаються як *елементи*.

Таким чином, погоджуємося з тим, що системний підхід являє собою достатньо універсальну загальнонаукову методологію.

Натомість, **діяльнісний підхід** постає як окремонаукова методологія. Він застосовується в царині предметних сфер педагогіки, психології, соціології тощо.

Так, у педагогічному словнику ***діяльність*** визначається як «спосіб буття людини в світі, здатність її вносити в дійсність зміни. Основні компоненти *діяльності*: суб'єкт з його потребами; мета, відповідно до якої перетворюється предмет в об'єкт, на який спрямовано *діяльність*; засіб реалізації мети; результат *діяльності*. ...Універсальним предметом *діяльності* є природа й суспільство, а її загальним наслідком – олюднена природа» [6]. А за визначенням І. Зязюна, діяльність завжди передбачає певне підпорядкування суб'єкта та об'єкта діяльності, тобто знаходиться в рамках системи [36, 15].

Отже, достатньо узагальнена і всеохоплююча структура повинна містити компоненти, серед яких і власне процес діяльності, та її активний суб'єкт, і те, на що вона спрямовується, і де та в яких умовах здійснюється.

Структура діяльності, що містить такі складники достатнього рівня загальності, надана І.Ю. Литвиненком у відповідній статті [20], де враховуються також запозичені ідеї щодо системних компонентів діяльності (СКД), котрі постають як сторони процесу (рис. 2.1).

Ці складники в структурі діяльності такі:

- діючий ***суб'єкт***;

- ***об'єкт***, на який спрямована діяльність (або у випадку суб'єкт-суб'єктної взаємодії – ***другий суб'єкт***);

- сам ***процес*** діяльності, спрямований від суб'єкта, котрий іноді трактується у вузькому розумінні як власне *діяльність*;

- просторово-часовий континуум, що виступає як рівноправний компонент в структурі діяльності і трактується іноді як навколишнє ***середовище*** – природне чи соціальне.

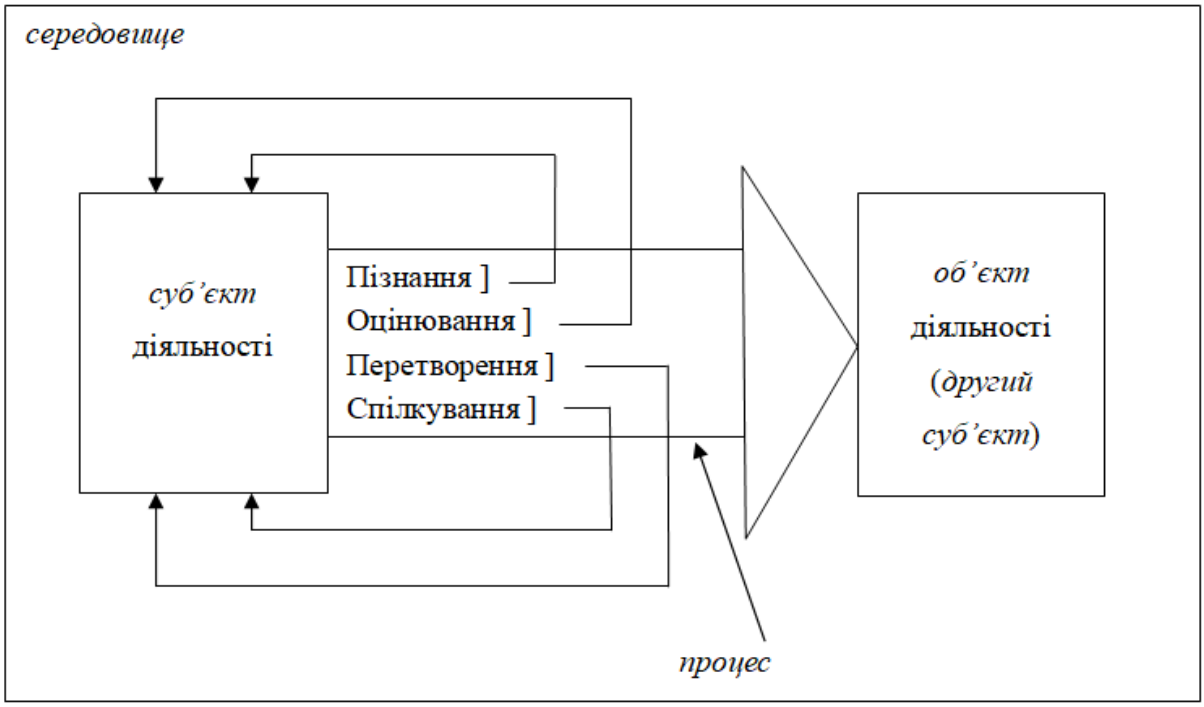


Рисунок 2.1 – Структура діяльності

Системні компоненти діяльності (які характеризують, скоріше, сторони *процесу*) отримані шляхом співвіднесення суб'єкта і об'єкта (табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Системні компоненти діяльності

Співвіднесення суб'єкта і об'єкта	Назва відповідної «діяльності»
С → О	Перетворювальна
С ↔ С	Комунікативна (Спілкування)
О ↔ О	Пізнавальна
С ← О	Оцінювальна (Ціннісно-орієнтаційна)

Таке співвіднесення дало можливість автору запозиченої ідеї зробити висновок про їхнє змістовне наповнення, котре виглядає наступним чином (наведено за [28]):

- *перетворювальна* діяльність (спрямована від суб'єкта на об'єкт): зміна існуючого та створення нового (насамперед – в матеріальному світі). Особливий випадок – спрямування перетворень якимось індивідом на нього самого, на його «Я», задля певного самовдосконалення;

- *пізнавальна* діяльність (встановлення відношень між об’єктами): полягає в пізнанні природи, суспільства, людини чи самого суб’єкта;

- *оцінювальна* або *ціннісно-орієнтаційна* діяльність (спрямована від об’єкта на суб’єкт): цінність об’єкта встановлюється безпосередньою реакцією суб’єкта у відповідності до життєвого досвіду цього суб’єкта; до того, яке ставлення до себе він викликає, як він емоційно переживається;

- *комунікативна* діяльність (або *спілкування*) встановлюється між суб’єктом та другим суб’єктом: має місце тоді, коли людина, що вступає в контакт з іншою людиною, вбачає в ній собі подібного й собі рівного, тобто суб’єкта ж, і розраховує тому на активний зворотній зв’язок (а не на однобічне відправлення сингалу або зняття його, як це відбувалося б з об’єктом).

Завдяки досягненням теорії інформаційного метаболізму стало можливим співвіднести особливості кожного СКД з певним набором інформаційних аспектів (ІА), як це було здійснено, зокрема, у [28]. Не позначаючи власне аспектів, наведемо змістовне наповнення для кожного з СКД, отримане з їх допомогою. Таке наповнення постає як більш розширене і конкретне.

Отже, СКД ***перетворення*** має виглядати наступним чином.

1. Об’єкт, на котрий спрямоване перетворення – прояви, підтримка й дозування вольових зусиль для управлінського чи виробничого процесу.

2. Власне дії та рухи: зокрема – надання форми будь-чому в матеріальному світі; застосування технологій, виконання виробничих операцій; здійснення управлінських актів; отримання результату).

3. Встановлені правила, інструкції, технології, а також параметри для виміру і контролю; системи управління та прописані функціональні обов’язки.

4. Чуттєвість управлінського процесу до умов здійснення, зокрема – вдосконалення механізмів зворотнього зв’язку, підвищення чуттєвості контролюючих пристроїв, створення комфортних умов праці.

Аспектна структура ***оцінювання*** наступна.

1. Форма об’єкта оцінки, зовнішність, в більш узагальненому розумінні – будь-яка система як ціле, котра впливає на суб’єкт.

2. Момент впливу об’єкта на суб’єкт – відчуття оцінюваних форм за допомогою органів відчуттів, піддання впливові.

3. Небайдужа реакція суб’єкта як безпосередня ситуативна емоція – емоційний відгук на об’єкти та процеси, осередок естетичного почуття чи навпаки – відчуття відрази.

4. Результат оцінки відомих об’єктів і процесів як загалом привабливих чи відвертаючих – ставлення, що виражається у більш-менш розгорнутих оціночних судженнях (добре/погано і т.д.), ціннісні орієнтації, етика.

Комунікативний СКД має наступну аспектну структуру.

1. Стійкі якості другого суб’єкта – характер, здатності комуніканта).

2. Емоційні процеси – емпатія як адекватне співвіднесення емоційного стану комуніканта з власним настроєм на основі пристрасного сприйняття; створення потрібного настрою; в більш загальному контексті та в комплексі з попереднім аспектом – наділення об’єктів навколишнього світу реальною чи удавною суб’єктністю, «олюднення».

3. Стійке небайдуже ставлення до знайомих суб’єктів – симпатії/антипатії як до всього другого суб’єкта, так і до його окремих якостей; творче формування людських стосунків у їх нюансах; виховання.

4. Зміна людських стосунків у часі, бачення їх перспектив.

СКД ***пізнання*** виглядає наступним чином.

1. Об’єктивні відношення між предметами – закономірності, правила.

2. Будова та якості досліджуваних об’єктів – осягнення змісту й суті об’єктів, котрі визначають відношення між ними; знаходження й породження смислу в будь-чому.

3. Робота з дослідження функціонування складноорганізованих систем – дослідницькі та впроваджувальні експерименти; породження нових алгоритмів пізнання.

4. Бачення процесів у часі, мінливість і суперечливість їх розгортання – побудова подумки перспектив розвитку процесів, новаторство й нетрадиційні підходи в дослідженнях.

Таким чином, стрілочки з кожного рядка таблиці (див. табл. 2.1) отримують свою інтерпретацію через особливості кожного з СКД.

Якщо вважати, що СКД позначають відповідні сторони *процесу* діяльності, то в реальних діях мають бути присутні всі СКД. Питання полягатиме тоді в тому, яким чином вони там представлені. Тож надані теоретико-методологічні засоби мають бути застосовані до розгляду ЛТВ як специфічного явища.

Також слід зазначити, що сукупність СКД, котра постає як своєрідний базис, може використовуватись для всіляких явищ – при цьому дослідник здійснює процедуру «постановка у відповідність». Таким чином кожен з СКД постає як певний взірець чи еталон у справі такої постановки; зрештою, можна отримувати сукупність сторін явища у цілковитій незалежності й повноті їх набору, що постає як змістовний базис.

Тому зазначимо, що і для розгляду зв’язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров’ям власника це може бути достатньо доладним та ефективним.

2.2 Прихильність до домашньої тварини та психічне здоров’я власника в контексті діяльнісного підходу

Предметні сфери гуманітарних наук припускають зазвичай застосовування так званих комплексних підходів, де поєднуються біологічні, соціальні, культурні аспекти тощо. Стосовно предмету нашого дослідження можна навести твердження дослідників про те, що «інтердисциплінарні дослідження допомагають краще зрозуміти складні взаємодії між людиною і тваринами» [60, 50].

Синтез гуманітарних і природничих підходів начебто дозволяє сучасній науці не лише описувати тварин і їхні функції в житті людини, а й розуміти глибинні механізми взаємодії. Вочевидь, такий дослідницький інструментарій посідає проміжне місце між загальнонауковою і окремонауковою методологією – з урахуванням нюансів дослідницьких задач в рамках цих окремих наук. Принаймні, «біопсихосоціальну модель» можна розглядати як результат застосування такого підходу в зазначених «інтердисциплінарних дослідженнях». Успішність її застосування, з розширенням через додавання типологічного рівня, було показано при розгляді предмету психічного здоров'я.

Застосування зазначених у попередньому підрозділі системного та діяльнісного підходів може, на нашу думку, впорядкувати наукові уявлення щодо людино-тваринної взаємодії, котра потребує насамперед термінологічного впорядкування. Справа в тому, що поняття «взаємодія» за своїм значенням суттєво вужче, ніж увесь комплекс відношень людини і тварини. Такий висновок виходить навіть із соціально-психологічних уявлень про спілкування, в якому теоретично виділяються «сторони» чи «аспекти» – серед яких той, що позначається як «інтерактивний» і відповідає у вузькому розумінні виконанню якихось дій у спілкуванні.

З часів підручника з соціальної психології радянської доби про ці сторони говориться у різноманітних джерелах і дослідницьких роботах. Так, на академічному ресурсі [28] переповідається про це, зокрема, наступним чином.

1) Комунікативна сторона – обмін інформацією, … обмін повідомленнями, … пов'язана зі збагаченням одне одного за рахунок накопичення кожним запасу знань.

2) Інтерактивна сторона – вироблення єдиної стратегії взаємодії. … полягає в організації взаємодії між людьми, тобто в обміні не тільки знаннями й ідеями, але і діями. … у ній виявляється здатність партнерів співробітничати, допомагати одне одному, координувати свої дії, погоджувати їх.

3) Перцептивна сторона – сприйняття одне одного партнерами зі спілкування і встановлення на цьому ґрунті взаєморозуміння.

Слід зазначити, що цьому питанню приділяли увагу різні науковці, більшість яких працювали саме за радянської доби або надавали російськомовний продукт, тому при начебто забороні посилатись на відповідні джерела ми позбавлені можливості навести порівняльну таблицю, де застосовуються різні терміни для позначення схожих явищ. Але як би там не було, узвичаєна структура спілкування, схожа на подану у наведеному ресурсі, має відчутні вади, якщо до неї застосувати підхід із використанням системних компонентів діяльності (СКД). При цьому постає наступна картина.

Позначена першою «комунікативна сторона» в сутності відповідає *пізнавальному* СКД; «інтерактивна» – *перетворювальному* СКД; «перцептивна» – *комунікативному* СКД. Бачимо, що тут не тільки наявна термінологічна плутанина, але й не вистачає «сторони», котра відповідала б *оцінювальному* СКД.

Таким чином, те, що складає відношення між людиною і твариною, не зводиться до однієї із сторін, що має усталену назву «інтерактивна» і перекладається якраз як «взаємодія» і відповідає одному СКД – *перетворювальному*. Тому постає окрема задача – розглянути систему «людина – тварина» у всій повноті, яка містила б усі складники, що відповідають системним компонентам діяльності. Для цього необхідно в структурі цієї системи віднайти те, що відповідає змістовному наповненню СКД, наданому в попередньому підрозділі. Таку процедуру здійснимо для уточнення моделі, що схематизувала б усю **систему «людина – тварина»**.

Після первинного розгляду необхідно взяти цей термін, позначивши його абревіатурою СЛТ, замість «людино-тваринна взаємодія» – ЛТВ.

За основу для цього візьмемо структуру діяльності, запропоновану в попередньому підрозділі (див. рис. 2.1). Будемо вважати її базовою моделлю і надавати специфіку її складникам у зв’язку з особливостями розглядуваного предмету.

Почнемо розгляд із першого ***суб'єкта***, в якості якого доцільно взяти людину. В контексті предмету нашого дослідження у цього суб'єкта є немов би «дві діяльності» – бути комунікантом з твариною, а також набувати психічного здоров'я і зберігати його. У формулюванні теми нашого дослідження він позначений як «власник» тварини. Можна вважати, що це його певною мірою фінальний статус, оскільки колись він не був власником. Тож набуття цього статусу необхідно буде відобразити при розгляді одного з наступних складників діяльності, а саме – *процесу*. Тож в подальшому називатимемо цього суб'єкта так, як і позначено у назві – власник тварини. Його властивості, значущі для розгляду предмета, полягають у тому, чи наявні і в якій мірі у нього диспозиції для набуття й підтримки свого психічного здоров'я як взагалі, так і завдяки його перебуванню в системі «людина – тварина».

Необхідно також зазначити, що усі компоненти структури його відповідних диспозицій – біологічні, психічні, типологічні, соціальні – постають в контексті нашого предмета як такі, що інтегруються у психологічному, з набуттям певного результату – міри психічного здоров'я (див. рис. 1.1).

Розглядаючи другий складник системи «людина – тварина» в контексті базової моделі, зазначимо, що «тварина» як один із системоутворювальних складників постає у специфічній якості – вона може виконувати як функції ***об'єкта***, так і ***другого суб'єкта***. Тож постає питання – якою стороною і за яких умов «тварина» постає в зазначених статусах.

Звернімо увагу на певну ґенезу насамперед в історичному масштабі: від *об'єкта*, що потребує догляду та потім задовольняє утилітарні потреби людини, – до певною мірою партнерських відносин; тобто «тварина» починає набувати статусу *другого суб'єкта*. Позначимо цей контекст як «філогенетичний». Доречно припустити, що у свідомості одиничної «людини» із СЛТ відбувається щось подібне протягом життя, і тоді доречно вести мову про «онтогенетичний» контекст. Зрештою, статус «тварини»

залежить від того, чи «людина» стане наділяти її «другою суб'єктністю», чи залишить у статусі «об'єкта».

Тож первинний зв'язок із твариною виглядає як такий, що наділяє її властивостями об'єкта. А з об'єктом у суб'єкта є два варіанти зв'язку, які відповідають СКД (рис. 2.2).

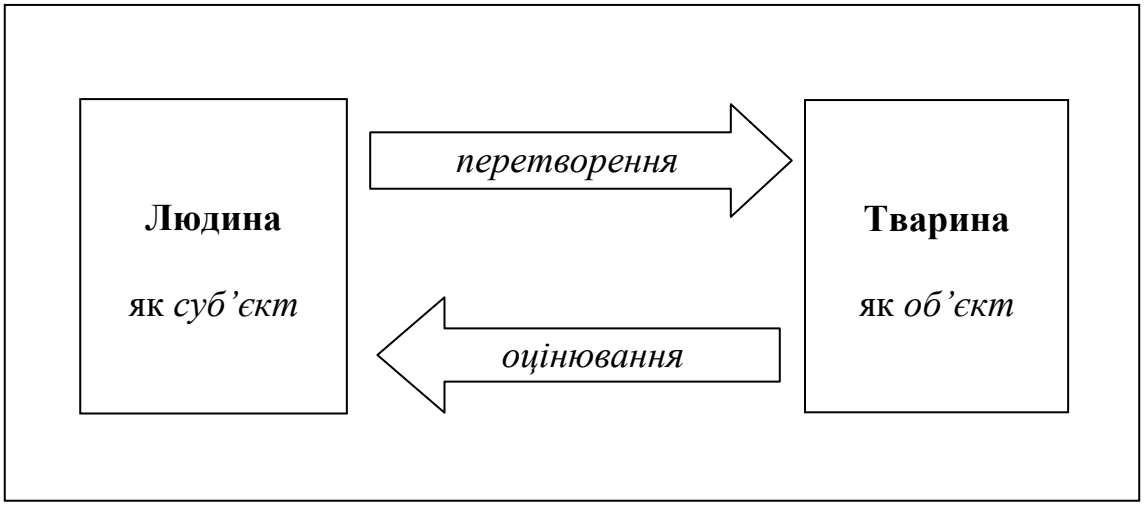


Рис. 2.2 – Суб'єкт-об'єктні відношення людини і тварини

Реальні прояви таких зв'язків можуть полягати в наступному.

У філогенетичному контексті *перетворювальному* СКД відповідає одомашнення тварин, догляд за ними, отримання продуктів тваринництва. В онтогенетичному контексті це може бути рішення завести собі домашню тваринку, піклуватися про неї.

Щодо *оцінювального* СКД: у філогенетичному контексті – це отримання користі від тваринництва; в онтологічному контексті – отримання задоволення від спілкування з домашньою твариною, яку в зв'язку з цим доречно позначати термінологічно як «улюбленець». Саме в цьому пункті лежать підвалини збереження і підтримки психічного здоров'я власника тварини-улюбленця. Також зазначимо, що саме ця частина в системі «людина – тварина» складає основу того, що має трактуватися як «прихильність», про яку йдеться у назві цієї роботи. Зрештою, необхідно буде отримати наукове визначення для цього терміну.

Тепер необхідно окреслити те, що постає як наділення тварини якостями «другого суб'єкта». Розгляд наукових поглядів певних аспектів предмету нашого дослідження свідчить, що ставлення до тварин змінюється залежно від культури, економічного стану та рівня урбанізації. Зокрема, українські науковці відзначають, що «у великих містах формується нова культура «пет-персоналізації», коли тварини розглядаються як члени родини» [26, 56].

Для такого наділення складалися й розвивалися певні передумови – як соціокультурні, так і навіть наукові. Тож звернімося до положень, проголошуваних науковцями з дотичних питань – специфічні характеристики тварин, які є подібними до людських у сферах інтелектуальній, емоційній, соціальній. Так, у підручнику В.П. Москальця із зоопсихології йдеться, зокрема, про те, що «Вершиною розвитку тварин є інтелектуальна поведінка, що притаманна вищим хребетним, насамперед приматам (але не лише їм, як свідчать результати останніх досліджень), і виявляється в індивідуальному накопиченні досвіду, є особливою, якісно відмінною категорією навчення, що має найбільший пристосувальний ефект» [30, 381].

Більш того, щодо розуміння тваринами людської мови теж наявні наукові свідчення, отримані в результаті досліджень. У тому ж підручнику йдеться про т.зв. «Лінгвістичні проекти» – серію досліджень, під час яких «тварин, головним чином людиноподібних мавп, дельфінів та папуг, навчали розуміти й користуватись елементами людської мови. Результати цих проектів показують, що між психікою людини і тварин немає «прірви» – радикальних якісних відмінностей, а є лише істотні відмінності рівнів психічної організації» [30, 194].

Найсуттєвішим моментом, який навіть поєднує контексти двох часових масштабів, є твердження з того ж підручника: «У процесі одомашнення тварина розвиває емоційну прихильність і навіть відданість людині, вчиться новим засобам комунікації з людиною, розуміти жести, погляди, слова та використовувати ці соціальні сигнали в процесі спілкування» [30, 35].

Наявні й прикладні дослідження в контексті переосмислення когнітивних здібностей тварин в новітні часи. Дослідження приматів, дельфінів, воронів і навіть окремих видів риб продемонстрували наявність у них складних форм мислення, планування, використання знарядь та здатності до соціального навчання (зокрема [62, 1904]).

Також дослідницька увага приділяється вивченню комплексу когнітивних і емоційних аспектів життя тварин. Іноземні дослідники підкреслюють, що «вивчення інтелекту та емоцій у тварин відкриває нові горизонти для розуміння їхніх потреб і способів взаємодії з людиною» [71, 229].

Окреме місце посідає так званий антропоморфізм – тенденції приписувати будь-чому, зокрема й тваринам, – людські риси. З точки зору СКД ця тенденція саме й полягає в тому, щоб суб'єкт вбачав навколо себе других суб'єктів; а природа такої схильності може мати типологічні основи. У філогенетичному контексті можемо також вести мову про схожі тенденції ставитись до тварини з такою установкою, щоб поважати її індивідуальність і враховувати навіть у тваринництві задля підвищення як комфортності співіснування, так і результативності господарювання.

Можливо, критичне накопичення таких індивідуальних ставлень відбувалося давно, оскільки носії такої типологічної установки завжди присутні навіть у невеликій популяції. А свідченням цього є усна народна творчість, де тварини виступають не просто носіями характерів і суб'єктами діяльності, а ще й виступають певною мірою антропоморфізованими. Вочевидь, науковці мають на увазі саме це, досліджуючи соціокультурні чинники в динаміці системи «людина – тварина».

Тобто, констатуємо достатні передумови для того, щоб не тільки у філогенетичному контексті, але й в онтогенетичному, статус тварини переводився з *об'єкта* у *другий суб'єкт*. При застосуванні базової моделі діяльності необхідно вести мову про те, що таке «переведення» суб'єкт здійснює у *процесі* діяльності.

Таким чином, розгляд ***процесу*** в системі «людина – тварина» необхідно починати з усвідомлення, що він має немов би «подвійну динаміку» – власне процесуальність у виконанні дій, та певну ґенезу по зміненню ставлення до того, на кого спрямована діяльність.

Створюючи діяльнісну модель системи «людина – тварина» в контексті дослідження зв'язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника, спиратимемось на зазначені особливості (рис. 2.3):

- людини як *суб'єкта*;

- тварини, яка постає у складному статусі – і *об'єкта*, і *другого суб'єкта*;

- *процесу*, який має два динамічних контексти – історичний (який позначимо як «філо-», та реальних одиничних кейсів, який позначимо як «онто-»;

- *середовища*, котре постає як варіанти сучасного утримання тварин (міська квартира; садиба в селі чи в місті).

Щодо особливостей складника «тварина» слід наостанок зазначити, що переведення її статусу з *об'єкта* в *другий суб'єкт* є ключовим, а також певною мірою складним. По-перше, як і зазвичай усталено в подібних наукових розвідках, констатуємо, що онтогенетичний розвиток явища повторює концептуальні моменти філогенетичного. По-друге, переходячи в статус *другого суб'єкта*, тварина продовжує зберігати риси *об'єкта*, – в тій частині, де проявляються *перетворювальний* та *оцінювальний* СКД.

Продовжуючи розгляд процесу в цьому явищі, почнемо з того, що на схемі його розділено на дві частини, котрі позначено відповідно до динамічних контекстів.

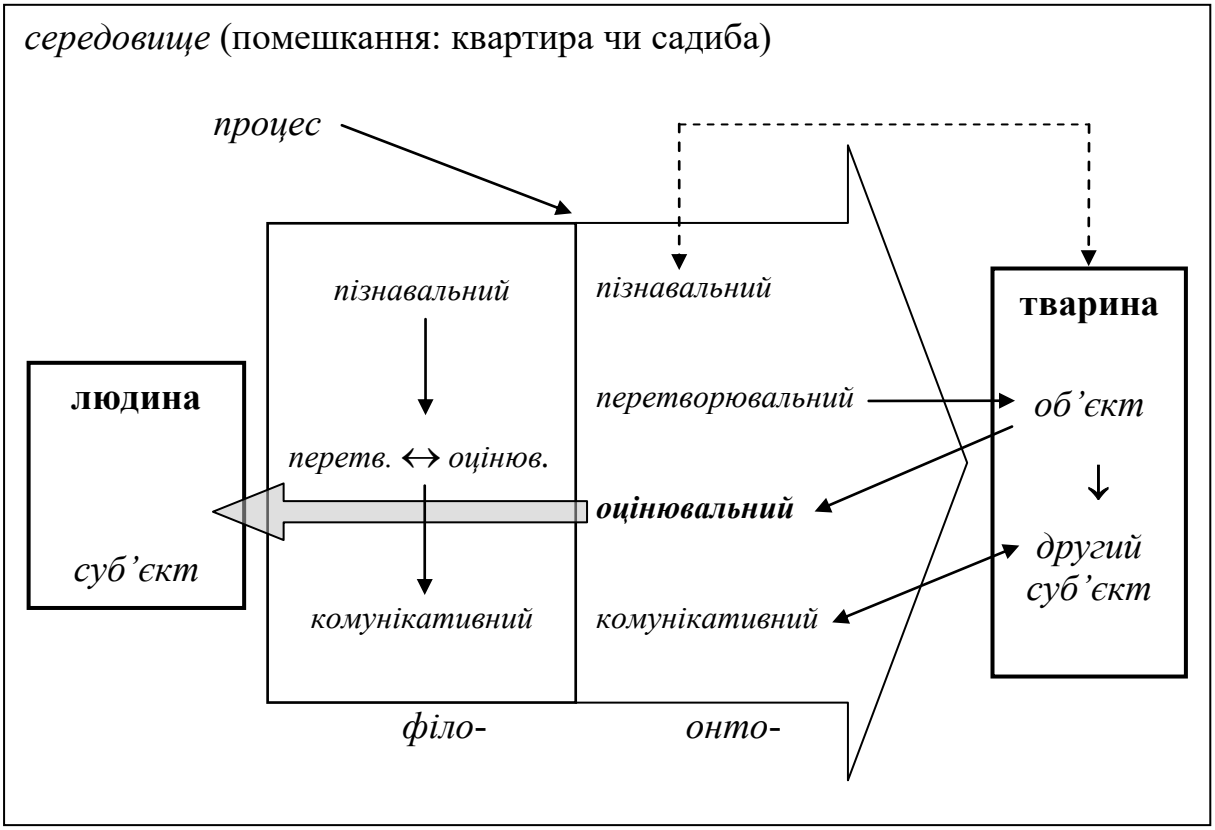


Рисунок 2.3 – Модель системи «людина – тварина»

Отже, ліва частина процесу відповідає контексту «філо-». Тут динаміка ілюструється «рухом» зверху вниз, і змістовно це виглядає наступним чином. Первинні знання про тварин (*пізнавальний* СКД) призводять до думок їх використання, і пара СКД *перетвоювальний* ↔ *оцінювальний* позначає настання факту одомашнення (як у формі тваринництва, так і в інших утилітарних формах).

Наступний етап стає можливим з набуттям погляду на тварину як на *другого суб'єкта* насамперед, в міфологічному контексті, а також інших контекстах, котрі цьому сприяють (про що йшлося в першому розділі).

Таким чином окреслюються історичні передумови (які зазвичай розглядаються як соціокультурні) для сучасних кейсів створення одиничних систем «людина – тварина». Цьому якраз і відповідає права частина *процесу* на схемі. Зрештою він спрямовується на «*об'єкт – другий суб'єкт*», який тут постає як «улюбленець».

Складники цієї частини *процесу* виглядають наступним чином у їхній відповідності СКД.

1. *Пізнавальний* СКД відповідає передумовам рішення «завести тварину» – зокрема, наприклад: збір інформації про тварин: загальні відомості про породи; пошуки джерела придбання, вибір саме цього екземпляра. Навіть коли йшлося би про спонтанне «підбирання бідолаги на вулиці», можна стверджувати, що пізнавальний етап у цьому *процесі* у цього *суб'єкта* вже відбувся. Також необхідно зазначити, що протягом володіння улюбленцем *суб'єкт* продовжує його вивчати – його звички, режими доглядання тощо, тому цю сторону процесу позначимо пунктиром зі стрілочками між цим СКД в *процесі* та «твариною».

2. *Перетворювальний* СКД відповідає особливостям догляду за твариною: годування, вигул, ветеринарні заходи, тощо. Цей складник позначено стрілкою, спрямованою від цього компонента, як це і закладено концептуально у сутність *перетворення*.

3. *Оцінювальний* СКД також позначено стрілкою в такому ж ключі, але спрямованою від *об'єкта*, у повній відповідності з теоретико-методологічними засадами для нього. Саме він постає не просто як аспект отримання радості й задоволення, набуття прихильності до улюбленця в *процесі*, але й має розглядатися як суттєвий чинник підтримки й збереження психічного здоров'я, що позначено сірою об'ємною стрілкою, спрямованою від цього СКД на *суб'єкт*.

4. *Комунікативний* СКД на схемі поєднується з тією частиною в «тварині», де вона постає як *другий суб'єкт*; і також у відповідності з теоретико-методологічними засадами, позначається двонаправленою стрілкою. Слід зазначити, що наданий порядок розгляду складників процесу відповідає тому, як вони актуалізуються в одиничних кейсах для суб'єктів. Цей складник позначено в кінці як певним чином фінальний з тієї причини, що наділення тварини рисами суб'єктності складається поступово, по мірі того, як вона проявляє свою індивідуальність. Але отримання задоволення

від спілкування з нею встановлюється раніше, ніж настає зазначене положення.

Таким чином виглядає система «людина – тварина» в контексті зв'язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника. Необхідно додатково зазначити, що тут не позначені контексти, які спрямовані від складників *процесу* на *суб'єкта*, як це зроблено у базовій моделі (див. рис. 2.2). Але це вочевидь необхідно припускати – в процесі володіння улюбленцем *суб'єкт* набуває багато чого, пов'язаного із кожним із СКД:

- стає обізнаним щодо тварин взагалі та свого улюбленця зокрема (*пізнавальний* СКД);

- вдосконалює навички взаємодії з улюбленцем (*перетворювальний* СКД);

- отримує радість від улюбленця, підтримує своє психічне здоров'я, що навіть окремо позначено на наданій схемі (*оцінювальний* СКД);

- розвиває свої гуманістичні якості, доброту, співчуття тощо (*комунікативний* СКД).

Таким чином, людино-тваринна взаємодія (ЛТВ) потає як складник певної надсистеми, котрий відповідає одному із СКД – *перетворювальному*. Ця над система складається із двох основних складників та специфічного зв'язку між ними, і має позначатися найзагальніше як система «людина – тварина» (СТЛ).

Перший її складник – людина, що в цій системі постає як **власник** тварини, основний *суб'єкт* цієї системи. Інший складник – тварина, яка постає як **улюбленець** завдяки входженню в цю систему. Зв'язок між ними якраз і полягає насамперед у специфічному ставленні людини до тварини, завдяки чому вона і постає як улюбленець; а також цей зв'язок розгортається у часі специфічним чином: як соціокультурні передумови, що склалися історично та певною мірою засвоєні *суб'єктом*, а також у формі реального *процесу* комунікації між складниками системи, що структурується через

комплекс системних компонентів діяльності (СКД). При цьому один із них, а саме – *оцінювальний* СКД, – постає як основа підтримки психічного здоров'я людини в цій системі.

Для надання центрального визначення звернімося спочатку до академічних варіантів:

- «Прихильність – почуття приязні, доброзичливості, симпатії і т. ін. до кого-небудь» [8, 449]. Подібне визначення надається і у більш сучасних виданнях (зокрема, [47, 273];

- «Прихильність – емоційно-позитивне ставлення до іншої людини, що виявляється у прагненні підтримувати з нею взаємини, переживанні радості від спілкування та суму при розлуці» [40, 242].

Бачимо, що у першому визначенні позначається комплекс почуттів. Натомість у другому експлікується зв'язок з емоційними ситуативними контекстами (*оцінювальний* СКД), а також позначається «прагнення підтримувати взаємини» (частково *перетворювальний* СКД).

Тож проблема при надання розуміння цього поняття може зокрема полягати в тому, чи воно має відповідати єдиному *оцінювальному* СКД, чи мати структуру з певною присутністю інших.

Звернімося до етимології власне цього слова. Первинно йшлося про процес опори об щось пряме й тверде, до чого слід прихилитися. Тобто, «прихильник» – той, хто визнає силу, правильність, зверхність когось чи чогось, що може надавати йому цю опору. Подальші контексти використання цього слова пов'язані із позитивним ставленням до певної ідеї чи спільноти, що може гуртуватися навколо неї, при цьому в пасивній позиції суб'єкт постає як просто «прихильник», в активній – як адепт.

Зрештою, ідея чи спільнота постають як предмет прихильності, до якого, власне, складається позитивне ставлення, в якому своєрідним чином поєднуються когнітивна та афективна сторони. Методологічно вони є рівноправними, але в індивідуальних випадках наявні перекоси в ту чи іншу сторони. Тобто, суб'єкт може мати віру в предмет прихильності, або може

мати позитивне розумове ствердження щодо прийняття ідеї як результату роздумів, раціонального доведення.

Форма такого позитивного ставлення в узагальненому понятті виражається як «переконаність» (рос. «убежденность», лат. credo), а в динамічному аспекті має йтися про це як про результат процесу формування.

Якщо ж вести мову про змістовну сторону того, до чого саме суб'єкт має прихильність, то має йтися про предмет прихильності. Спробуємо після таких попередніх роздумів надати визначення для ***прихильності до домашньої тварини***: складне психічне утворення, що постає як диспозиція суб'єкта, структура якої містить:

- передумови формування (соціокультурні за походженням) – обізнаність про тварин, домашніх улюбленців загалом та готовність тримати тварин у себе;

- форму існування (емоційно-ціннісну та світоглядно-когнітивну) – отримання задоволення від спілкування з твариною, надання їй статусу власне улюбленця аж до наділення її рисами другого суб'єкта;

- прояви – взаємодія з тваринами, піклування про них;

- мотиваційний чинник щодо відповідних проявів – установка завести домашню тварину та продовжувати й надалі співіснування з улюбленцями.

Довести вплив прихильності до домашньої тварини на психічне здоров'я власника є достатньо складною експериментальною задачею. Але можна дослідити зв'язок між зазначеними вище пунктами в системі «людина – тварина» (СТЛ), здійснивши емпіричне дослідження серед власників домашніх тварин. Гіпотеза для віднайдення позитивного зв'язку підтверджується результатами досліджень науковців щодо позитивного впливу спілкування з тваринами, що було розглянуто в першому розділі цієї роботи.

Висновки до другого розділу.

Розгляд предмету цього дослідження здійснено за допомогою теоретико-методологічних засобів, насамперед – системного та діяльнісного підходів.

Виділено систему «людина – тварина» (СЛТ), яка виявилася розширенням відомої «людино-тваринної взаємодії» (ЛТВ). Складниками СТЛ постають людина, яка конкретизується у поняття «власник домашньої тварини», власне домашня тварина, яка в цій системі постає як «улюбленець». Між ними розглядається специфічний системоутворюючий зв'язок, сутність якого уточнено за допомогою діяльнісного підходу.

Зрештою отримано бачення, за якої тварина в статусі улюбленця постає одночасно і як *об'єкт* для людини, і як *другий суб'єкт* – завдяки тому, що людина наділяє улюбленця суб'єктними рисами на основі проявів рис характеру особини.

При розгляді цієї системи як діяльності особливу увагу приділено процесу – він постає як складний, що містить в собі тривалий історичний контекст, в якому начебто зафіксовано результат одомашнення тварин взагалі та певних видів і порід зокрема – його позначено як «філо-»; а також контекст реальних кейсів, де власник як конкретний індивід вступає у відносини із особиною як улюбленцем – це позначено як «онто-».

Для розбудови моделі зазначеної системи використовувалась схему діяльності, котру вважаємо «базовою», і яка саме і містить загалом *суб'єкт*, *об'єкт* (або *другий суб'єкт*), *процес* і *середовище*; також процес в ній структуровано через системні компоненти діяльності (СКД). В розбудованій моделі, в складному *процесі* позначено СКД, відповідники до яких також перебувають у специфічних взаємозв'язках. Один з СКД – *оцінювальний* – відповідає передумовам психічного здоров'я людини в цій системі.

Надано визначення для прихильності до тварини.

РОЗДІЛ 3
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ МІЖ ПРИХИЛЬНІСТЮ ДО ДОМАШНЬОЇ ТВАРИНИ ТА ПСИХІЧНИМ ЗДОРОВ'ЯМ ВЛАСНИКА

3.1 Засоби емпіричних досліджень, доладних до застосування у сфері «людина/тварина»

Вивчення терапевтичного та психосоціального впливу контактів з тваринами на людину стає одним з важливих напрямів сучасних досліджень. Клінічні та когнітивно-поведінкові дослідження доводять, що спілкування з тваринами може покращувати психологічний стан пацієнтів різного віку та клінічного статусу: вони зменшують симптоми тривоги, депресії, сприяють соціалізації осіб з розладами спектру аутизму, полегшують реабілітаційні процеси після травм та інсультів [51; 7]. Фахівці зазначають, що оцінка ефективності таких програм передбачає застосування рандомізованих контрольованих досліджень, довготривалого спостереження та мультидисциплінарної інтерпретації результатів, включно з аналізом етичних ризиків та благополуччя тварин, що беруть участь у втручаннях [3].

Зазвичай в дослідженнях в предметних сферах гуманітарних наук в їх емпіричних розвідках вдаються до кількісних і якісних методів, що доречно поширити й на особливості наукового вивчення тварин як соціального феномена. Як зазначають науковці, кількісні підходи (насамперед – статистичні інструменти дослідження) дають змогу фіксувати масштаби взаємодії й встановлювати кореляції між присутністю певних видів і показниками здоров'я або благополуччя населення; якісні дослідження (інтерв'ю, контент-аналіз) визначають смисли, які люди надають цим взаємодіям [14; 45].

Таким чином, на сучасному етапі у сфері «людина/тварина» дослідження відзначаються використанням кількісних і якісних методів.

Кількісні дослідження, зокрема статистичний аналіз взаємодій людини з тваринами, дозволяють оцінити вплив присутності певних видів тварин на здоров'я та добробут людей. Якісні методи, серед яких інтерв'ю, спостереження допомагають з'ясувати смислові аспекти таких взаємодій та ставлення людей до тварин: «Соціальні наративи про тварин впливають на формування цінностей та поведінкових патернів у різних культурах» [14, 49].

В контексті мети нашого дослідження постає необхідність з'ясувати – як саме пов'язані психічне здоров'я і те, що людина є власником домашніх улюбленців. Найвищим очікуванням у цьому питанні було б те, що між спілкуванням з улюбленцями та психічним здоров'ям власника є причинно-наслідковий зв'язок, тоді б соціальні практики б збагатилися перевіреним інструментарієм для поліпшення й підтримки психічного життя людини. Доладно згадати побіжно, що спроби таких досліджень є наявними в царині анімалотерапії, про які йшлося в теоретичній частині. Але у предметних сферах гуманітарних наук встановлення саме причинно-наслідкових зв'язків між ознаками чи подіями є суттєвою задачею, і зазвичай дослідження кваліфікаційного рівня її не ставлять. Але, тим не менше, констатація зв'язку на кшталт кореляційного є цілком слушною і часто становить одну з головних задач емпіричної частини таких досліджень.

Отже, на такому дослідницькому рівні цілком можливо констатувати сумісний прояв окреслених явищ, і таке положення саме й вважається кореляційним: «Кореляція – співвідношення, взаємозв'язок між явищами, предметами чи величинами» [4, 541]. Також існує і більш динамічний аспект цього поняття, коли йдеться про зміни у явищах: «Кореляція – взаємозв'язок між показниками, коли зміни одного показника супроводжуються змінами іншого» [6, 41]. До останнього визначення було б доречно додати вислів «який не обов'язково є причинно-наслідковим».

Для виявлення питомого зв'язку необхідно діагностувати реальні прояви тих явищ, між якими цей зв'язок, власне, і встановлюється. Тож постає завдання діагностувати психічне здоров'я респондентів, котрі стануть

базою цього дослідження, а також якимось чином констатувати не тільки те, що вони – власники домашніх улюбленців, але ще й ставлення до них, яке гіпотетично припускається позитивним. Таким чином, один з «пунктів», між якими має констатуватись зв'язок, має поставати не просто як наявність домашніх тварин, а саме як те, що до них склалося певне позитивне ставлення – «прихильність», що й пропонується закріпити термінологічно, також окреслюючи таких домашніх тварин саме як «улюбленців».

Отже, ставлення власника до улюбленця є тим самим комплексом якісного і кількісного показника, про що йшлося на початку. Доречно навести дослідження, здійснене в рамках кваліфікаційної роботи О. Дубенської щодо анімалотерапії [10], де міститься достатньо розлога емпірична частина. Так, насамперед інтерес певним чином складає анкета для власників тварин. З урахуванням положень, які в ній містяться, складемо свій варіант анкети – «**Анкета власника домашніх улюбленців**», текст якої надано у Додатку А.

Саме в ній містяться так звані «анкетні дані», які будуть враховуватися при аналізі результатів дослідження. Також деякі з положень можна буде порівняти з результатами, отриманими в наведеній вище кваліфікаційній роботі.

Далі, необхідно визначитися із засобами емпіричного дослідження **психічного здоров'я**. Найадекватнішою антитезою «здорового психічного стану» дослідники позначають в якості «психічних розладів» так звану «невротизацію». Для її дослідження застосовуються різні засоби.

Так, українські дослідники діагностики невротизації особистості І.Ю. Лобанов та О.В. Орлов зазначають, що «сьогодні застосовуються структуровані клінічні інтерв'ю та психодіагностичні тести. В цьому контексті українському користувачу доступні тестові методики двох типів:

1) методики, що направлені на діагностику того чи іншого невротичного розладу;

2) методики, що направлені на оцінку тих чи інших характеристик особистості (включаючи невротизацію або нейротизм) [21, 102].

До першої групи ці автори відносять «Клінічний опитувальник для виявлення і оцінки невротичних станів (К. Яхін та Д. Менделевич) та клінічні шкали методики ОНР (адаптованого Г. Бакіровою опитувальника BVNK-300).

До другої групи належать такі методики, як EPQ та EPI (Г. Айзенк), УН (Б. Іовлев, О. Карпова, А. Вукс), УНП (І. Ласко, Н. Тонконогий), НЧЛ (Л. Вассерман та ін.), СМИЛ (адаптований варіант MMPI), 16-факторний тест Кеттелла (адаптація І. Палія, А. Капустіної, Л. Моргулець, Н. Чумакової), опитувальники акцентуацій характеру (К. Леонгард, Г. Шмішек), різні реалізації п'ятифакторного тесту особистості (наприклад, NEO PI-R в адаптації), особистісні шкали методики ОНР тощо» [21, 102].

В наданому переліку згадується насамперед опитувальник EPI, що отримав назву «Айзенка особистісний опитувальник» (Eysenck Personality Inventory), який було вперше опубліковано в 1963 р. – він складається з 48 питань, призначених для діагностики екстра/інтроверсії і нейротизму [49].

Далі, «Особистісний опитувальник EPQ» (Eysenck Personality Questionnaire), також відомий як PEN (Psychoticism, Extraversion, and Neuroticism) – четвертий особистісний опитувальник Айзенка. Є результатом «подальшої дослідницької роботи Ганса та Сібіли Айзенк. EPQ створений у 1968 році на підставі запропонованої авторами моделі PEN (Psychoticism, Extraversion, and Neuroticism – психотизм, екстраверсія та нейротизм). Таким чином, до двовимірної структури попередніх опитувальників було додано третій фактор «психотизм», який не змінює початкову концепцію. Даний фактор не є біполярним, його високі значення можуть свідчити про труднощі в соціальній адаптації» [35]. Абревіатури «УН» та «УНП» позначають російськомовні назви «Уровень невротизации» та «Уровень невротизации и психопатизации». Також російськомовною абревіатурою «ОНР» (Общее недоразвитие речи) позначається методика діагностики «Загального Недорозвитку Мовлення».

Таким чином, постає необхідність обрати діагностичний інструментарій для оцінки психічного здоров'я, для чого знайти відповідні антитези, які виявляються адекватними методиками.

Психометричні інструменти, що «вимірюють невротизацію як гомогенну особистісну властивість, у своїй більшості ґрунтуються на трактуванні цього поняття у вузькому сенсі – як особистісної риси, що виявляється у швидкій втомлюваності, емоційній лабільності, тривожності, низькій самооцінці, залежності від оточення» – про це йдеться у відповідній статті 2016 року [21] вітчизняних науковців (І.Ю. Лобанов та О.В. Орлов), якими була, зокрема, переосмислена **Методика K0N-2006** в процесі перекладу на українську.

В якості передумов та актуальності своїх досліджень автори позначають насамперед те, що методики, «покликані діагностувати невроз, у своїй більшості сфокусовані на оцінці фізіологічної симптоматики. Психометричні інструменти, що вимірюють невротизацію як гомогенну особистісну властивість, у своїй більшості ґрунтуються на трактуванні цього поняття у вузькому сенсі – як особистісної риси, що виявляється у швидкій втомлюваності, емоційній лабільності, тривожності, низькій самооцінці, залежності від оточення. Тобто йдеться скоріше про нейротизм, ніж про невротизацію» [21, 103].

Автори вбачали необхідність в «оновленні наявних та створення нових валідних та надійних методик оцінки невротизації особистості відповідно до сучасних світових тенденцій» [21, 103].

За предмет такої роботи якраз і було взято методику, розроблену «співробітниками Відділу психотерапії Медичного коледжу Ягелонського університету Невротичний особистісний опитувальник KON-2006 (автори: Є. Олександровіч, К. Класа, Є. Собанські та Д. Столарска [76])» [21, 103].

В предметі нашого дослідження міститься «психічне здоров'я», про суть якого йшлося у теоретичній частині. Тепер у пошуках доладних інструментів його емпіричного виявлення стикаємося із тим, що на це

«здоров'я» доводиться виходити через його антитезу, оскільки діагностичні методики спрямовані на пошук і квантифікацію найрізноманітніших «порушень».

Зокрема, ця методика містить 24 субшкали, в яких закладено виявлення відповідних аспектів у таких порушеннях.

Автори наведеної статті щодо цієї методики зазначають, що результати їхньої роботи «є задовільними, однак носять попередній, пошуковий характер. Тому український переклад KON-2006 потребує подальших наукових досліджень» [21, 106].

Це дає нам підстави для того, аби вибрати із запропонованих субшкал ті, які видаватимуться доладними до наших дослідницьких задач. Здійснимо таку спробу, ґрунтуючись на висновках з теоретичної частини, зокрема щодо невротизації та нейротизму. Як зазначалось, в теорії виділяють етапи невротизації, початкові стани відповідно характеризуються через підвищені дратівливість і збудливість; наступні – через поєднання підвищеної збудливості й дратівливості зі стомлюваністю й швидким виснаженням; і зрештою – виникненням таких симптомокомплексів як млявість, апатія, підвищена сонливість, пригніченість.

Такими положеннями потрібно керуватися для обрання субшкал з наведеної методики, яка постає таким чином як базова. Також необхідно прагнути сконструювати опитувальник якомога коротшим, оскільки навіть наведені опитувальники Айзенка містять як мінімум 40 тверджень. З урахуванням того, що в емпіричній частині нашого дослідження респондентові пред'являється одразу три методики, кількість тверджень для оцінки респондентом доречно якомога мінімізувати.

Отже, з урахуванням зазначеного, спершу виберемо субшкали, які найбільш доладно підходять до виявлення саме аспектів психічного здоров'я. Тож було обрано дві субшкали – №2 «астенія» і №16 «почуття безпомічності» – їх твердження наведені у Додатках із зазначенням номерів у базовій методиці та ключем (Додаток Б)

В інструкції до базової методики йдеться про те, що на кожне питання можна дати лише одну відповідь: «так» або «ні»; відповідно, ключ організовано так, щоб надавати бал за позитивну відповідь там, де надана позитивна відповідь (+) і там, де надана негативна відповідь на питання, позначене в ключі як (–). В Додатку питання надаються у відповідності до ключа.

Змістовний аналіз тверджень з «астенії» показує, що майже всі вони стосуються *перетворювального* СКД, тобто пов'язані з передумовами здійснювати вплив на об'єкти. Вочевидь, якщо розуміти «субшкалу» як однорідний змістовний комплекс, то саме в цьому системному компоненті і має полягати її суть. Тоді видається доречним видалити з неї питання, що відповідають іншим СКД, більш «психологічним»: № 29 і 200 як відповідники *комунікативному* СКД та № 11 – як відповіднику *оцінювального* СКД.

Таким чином, за шкалою «астенія» залишається 10 тверджень, які доречно взяти в підсумковий опитувальник.

Субшкала «почуття безпомічності» містить два твердження, присутні у субшкалі «астенія» – №№ 12 і 114, тож вони не мають потрапити до створюваного опитувальника повторно. Здійснивши аналіз тверджень за цією шкалою, маємо дійти висновку, що вони переважно відповідають *перетворювальному* і *пізнавальному* СКД (або їх комплексному поєднанню), тому вважатимемо їх змістовним базисом цієї субшкали. Тоді необхідно вилучити з переліку твердження №№ 49, 70, 131 як відповідники *оцінювальному* СКД, а № 201 – як відповідник *комунікативному* СКД.

Отже, за цією субшкалою також залишилось 10 тверджень. Зазначимо надодачу, що серед обраних таким чином 20 тверджень згідно ключу виявилось 11 тверджень, котрі дають внесок у підсумковий бал при негативній відповіді, і, зрештою, 9 – за позитивні відповіді. Якщо дотримуватись ідеї про «перемішування» тверджень за різними субшкалами в опитувальнику, то мали б також надавати їх врізнобій. Але суть у деяких

твердженнях постає як антитеза, тож якщо вони пред’являтимуться одне за одним, це може створити негативний ефект у плані ставлення респондента до опитування в цілому. Отже, при створенні впорядкованого переліку тверджень для пред’явлення респондентам необхідно дотримуватись інших принципів.

Насамперед, необхідно враховувати явище гістерезису – тобто, в психодіагностичник методиках має йтися про те, що минулий досвід впливає на сприйняття й оцінку подальших пред’явлень. Тому кожне наступне твердження має послідовно розкривати картину досліджуваного предмету і враховувати стан респондента, який утворюється після відповідей на попередні «питання».

В нашому випадку необхідно враховувати наступне. У субшкалах містяться твердження, які за ключем оцінюються як «+» чи «–», тобто – одні з них, спрощено кажучи, відповідають наявності психічного здоров’я, інші – відхилень від нього. Тож вони немов би орієнтують респондента на відповідний стан, настрій. Отже, одні з них можемо кваліфікувати як «оптимістичні», а протилежні – як дещо «сумні». Будемо стверджувати, що починати доречно із пред’явлення «оптимістичних» тверджень, далі здійснити перехід до «сумних» таким чином, щоб найбільш «сумні» були в самому фіналі. Діагностична цінність такого порядку полягає в наступному.

Респондентові вочевидь доволі легко погодитись із «оптимістичними» твердженнями, навіть якщо його реальна картина не зовсім відповідає цьому; але далі, коли справа доходить до «сумних» тверджень, настає «момент істини» – якщо у респондента переважає психічне здоров’я, то йому легко відповідати негативно на такі твердження; якщо ж у респондента наявні порушення психічного здоров’я, то попри «оптимістичну» частину опитування, він все одно погодиться із «сумними» твердженнями.

Таким чином, порядок тверджень пропонується наступний (Додаток Б).

Також суттєвим має бути й те, що постає необхідність в інверсії ключа, якщо сприймати методику як таку, що діагностує «відсутність астенії та

безпомічності», тобто – наявність «психічного здоров'я»; оскільки мета усього дослідження – співставити прихильність до домашньої тварини саме із психічним здоров'ям.

Щодо підрахунку балів та переведення результату в оціночні інтервали слід зазначити наступне.

В масштабі усієї методики автори диференціюють результати для жінок та чоловіків, при цьому різниці немає для субшкали «почуття безпомічності» (табл. Б.1 Додатку Б). Градації для трьох рівнів для цієї субшкали такі: до 4 балів; до 12; до 16. Тобто співвідношення проміжків таке: 4 : 7 : 3.

З урахуванням того, що для нашого варіанту кількість питань скорочено до 10, необхідно встановити подібні співвідношення для такої кількості. До того ж треба мати на увазі, що базова методика вимірює не «психічне здоров'я» а його «порушення. Тобто, високий бал відповідає порушенням, а низький – їх відсутності чи мінімальній присутності.

Надамо допоміжну таблицю для підрахунку відповідної кількості балів для квантифікації результатів.

Таблиця 3.1 – Квантифікація результатів за субшкалами KON-2006 [21]

Назва шкали	Жінки		Чоловіки	
	Сира оцінка	Х-бал	Сира оцінка	Х-бал
Астенія	0-7	0	0-5	0
	8 -11	1	6 -11	1
	12 -13	2	12 -13	2
Почуття безпомічності	0-4	0	0-4	0
	5 -12	1	5 -12	1
	13 -16	2	13 -16	2

Для того, щоб перерахувати межі числових інтервалі для 13 та 16 суджень, вирахуймо відсоток від загальної кількості суджень, який припадає на кожний квантифікаційний інтервал, а тоді визначимо, скільки суджень відповідає такому відсоткові для загальної кількості 10 суджень.

Результати таких розрахунків, здійснених за допомогою засобів Ексель, надано у таблиці (табл. 3.2).

Таблиця 3.2 – Орієнтовне розподілення інтервалів у сирому балі для квантифікації по субшкалах опитувальника KON-2006 (власні підрахунки)

Назва шкали	Жінки				Чоловіки			
	Сира оцінка	N(13)	%	N(10)	Сира оцінка	N(13)	%	N(10)
Астенія	0 - 7	7	53,85	5	0-5	5	38,5	4
	8 - 11	4	30,77	3	6 -11	6	46,2	4
	12 - 13	2	15,38	2	12 - 13	2	15,4	2
Почуття безпомічності	Сира оцінка	N(16)	%	N(10)	Сира оцінка	N(16)	%	N(10)
	0 - 4	4	25,00	3	0-4	4	25,0	3
	5 -12	8	50,00	5	5 -12	8	50,0	5
	13 -16	4	25,00	3	13 -16	4	25,0	3

Стосовно цієї таблиці необхідно зазначити таке.

Насамперед, переведення з відсотку з 13 та 16 суджень на відсоток з 10 суджень неможливо здійснити у повній адекватності для натуральних чисел. Тому наведені кількості для квантифікацій них інтервалів слід мати на увазі як попередні. Зрештою, при отриманні первинних результатів має бути видно, чи утворюють вони таку числову сукупність, яка диференціюється пропонованими інтервалами; або ж навпаки – результати кількісно «зсунуті» в якийсь бік – тоді необхідно буд вдатися до корегування інтерпретаційної частини отриманої методики.

Також треба не забувати про «інверсію» в інтерпретації отриманих результатів – базова методика виявляє «відхилення», створена методика – психічне здоров’я як антитезу тих аспектів невротизації, котрі закладені в обрані дві субшкали.

Також доречним буде отримати інформацію щодо стану респондентів, який би досліджувався відповідною методикою. Автори посібника, де містяться діагностичні засоби, зазначають: «Переживання особистістю травмуючих життєвих подій та їх наслідків великою мірою залежить від емоційного стану людини та її вміння швидко відновлювати свої емоційні ресурси, тому доцільно використовувати **методику самооцінки емоційних станів**» [27, 21–23].

Хоча ця методика не є поширеною, вона має виявитися доладною для нашого випадку через компактну форму проходження, що дуже важливо при одномоментному пред'явленню трьох діагностичних процедур. Вона містить усього чотири пункти, щодо яких респондент має визначитися. В методиці вони представлені як «показники», що не дуже коректно з методологічної точки зору, а респондент має обрати один із 10 пунктів, який відповідає його станам, – за кожним із «показників».

У посібнику надається **інструкція** до проходження опитування: «Оберіть у кожному із запропонованих наборів суджень те, яке найчастіше описує Ваш теперішній стан. Порядковий номер судження, обраного з кожного набору, запишіть у відповідному рядку для відповідей» [27, 21].

Таким чином, обраний варіант «відповіді» постає одразу як кількісна характеристика відповідного явища, при цьому саме явище постає як таке, що складається, відповідно, із зазначених «показників» як компонентів, тож інтегральна самооцінка емоційних станів складається як сума за кожним з показників.

Про це в методичному посібнику йдеться наступним чином.

Обробка результатів тесту.

Вимірюються такі показники:

І1 – «Спокій – тривога».

І2 – «Енергійність – утомленість».

І3 – «Піднесеність – пригніченість».

І4 – «Упевненість у собі – безпорадність».

Індивідуальна самооцінка І дорівнює номеру судження, обраного випробуваним з відповідної шкали.

І5 – сумарна (за чотирма шкалами) оцінка стану: І5=І1+І2+І3+І4, де І1, І2, І3, І4 – індивідуальні значення за шкалами [27, 23].

Про результат підсумовування далі йдеться наступним чином: «якщо сума індивідуальних значень не перевищує 16 балів – емоційний стан респондента є тим «родючим ґрунтом», потрапивши на який сімейні стреси та кризові переживання «проростуть і дадуть урожай» у вигляді сімейного вигорання та психосоматичних захворювань;

17–32 бали – життєрадісність, внутрішній спокій та впевненість у собі, що є властивостями емоційного стану випробуваного, дають йому змогу гнучко адаптуватися до різних життєвих ситуацій і долати сімейні стреси;

33–40 балів – «фонтан емоцій», поєднаний із самовпевненістю, що межує з переоцінкою своїх можливостей, може спричинитися до марності докладених респондентом зусиль і його нездатності активно діяти в разі виникнення стресової ситуації» [27, 23].

Бачимо, що стиль інтерпретації наближається до буденного мовлення, містячи метафори, а також дещо конкретизований контекст інтерпретації. Однак для умов нашого емпіричного дослідження використати цю методику буде вельми доладно.

Зрештою застосувати зазначені методики необхідно з урахуванням того, про що йшлося вище. Необхідно взяти до уваги, що опитувальники змістовно дещо подібні, тому їх недоречно пред’являти респондентові поспіль. Значить, між ними треба поставити анкету. А першою пред’являти більш складну методику із субшкал KON-2006, особливо – з огляду на те, що початок у неї містить, як зазначалось, «оптимістичні» судження, що не сприяє втомі від процесу тестування. Далі, після анкети респондентові буде легко обрати варіанти для усього чотирьох «показників». Так має бути втілений зрештою згадуваний вище принцип гістерезису в діагностиці, коли при наступних пред’явленнях враховуються ефекти у респондента від попередніх пред’явлень.

Технічно опитування реалізовано за допомогою ресурсу «Гугл-форма», в якому респонденти проходять процедуру онлайн, а результати представляються у вигляді автоматично сформованих таблиць, подібних до Ексель.

3.2 Результати дослідження зв'язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника

Емпірична частина дослідження здійснювалась на певному контингенті респондентів, які є власниками домашніх улюбленців. Цей контингент складався без попереднього впорядкування із людей, котрі погодилися взяти участь у дослідженні. На момент аналізу результатів його кількість склала 52 особи, що може вважатися достатнім для здійснення певних висновків.

Порядок пред'явлення обраних діагностичних засобів був наступним – спочатку анкета, потім – опитувальник із субшкалами, а потім – тест актуального стану.

Анкета містить відповіді щодо відомостей про респондентів. Також там передбачалась можливість визначити характер помешкання, стать, віковий інтервал респондентів.

Загалом після перевірки заповнення Гугл-форм виявилось, що до обробки можна взяти 48 учасників дослідження.

Наведемо деякі анкетні характеристики респондентів.

За ознакою статі розподіл наступний:

- чоловіча – 10 (20,8%);
- жіноча – 38 (79,2%).

Вікові межі:

- до 25 років: 3 (6,2%);
- 25 - 40 років: 7 (14,6%);
- понад 40 років: 38 (79,2%).

Характер помешкання:

- квартира в міському будинку : 39 (81,3%);

- садиба в місті чи в селі: 9 (18,7%).

Наявність домашнього улюбленця поставало як складне питання, на яке припускалось надати одну з фіксованих відповідей або надати свій варіант. Тож картина виявилась наступною:

- кіт: 26 (54,2%);

- два коти: 1 (2,1%);

- собака: 9 (18,7%);

- кіт і собака: 8 (16,7%);

- 4 собаки: 1 (2,1%);

- наявність папуги (в одному з варіантів – разом із собакою): 3 (6,2%).

Далі в анкеті поставлені змістовні питання, де можна було позначити кілька варіантів.

Питання №5. Ви сприймаєте свого улюбленця:

- як тварину;
- як члена родини;
- як «окрему особистість»;
- як друга чи приятеля.

Концептуально слід зазначити наступне. До аналізу відповідей на це питання доречно застосувати положення системного підходу щодо ієрархічних рівнів. Тоді окремішнім пунктом як прояв найнижчого (і водночас базового) рівня у сприйнятті улюбленця постає відповідь «як тварину». Вона свідчить про сприйняття улюбленця виключно як об’єкт піклування. Змішані контексти, коли ця відповідь позначається з якоюсь іншою, задає контекст простої логічної констатації, що то дійсно тварина. Відповідь «як члена родини» констатує схожий контекст, але в більш позитивному стані, коли піклування не носить вимушеного характеру. Відповідь «як окрему особистість» констатує визначення «другої суб’єктності» в улюбленця, необхідність враховувати його індивідуальність

та пристосовуватись або здійснювати вплив із урахуванням цієї індивідуальності. Найвищим визнанням «другої суб'єктності» улюбленця є позначення його «як друга чи приятеля».

Отже, підрахунок відповідей необхідно здійснювати таким чином:

- враховувати відповідь «як тварину» лише у випадку, коли позначена лише вона (для подальших кількісних інтерпретацій таке становище доречно позначати як 1 бал);
- відповідь «як друга чи приятеля» враховувати в кожному випадку (позначати як 4 бали);
- відповіді «як члена родини» та як «окрему особистість» враховувати тоді, коли вони постають як «верхівка піраміди» у багатоваріантних відповідях (позначати відповідно як «2» і «3» бали).

З урахуванням наданої системи для квантифікації відповідей надамо розподіл респондентів за цим питанням, який виявився наступним:

- як тварину (1 бал): 5 (10,4%);
- як члена родини (2 бали): 27 (56,3%);
- як «окрему особистість» (3 бали): 5 (10,4%);
- як друга чи приятеля (4 бали) 11 (22,9%).

Наступне питання стосувалось особливостей самооцінки свого стану в контексті спілкування з твариною: «6. Після спілкування зі своїм домашнім улюбленцем Вам стає веселіше, комфортніше, приємніше і т.д.?».

Розподіл респондентів за отриманими балами виглядає наступним чином:

- ніколи (0 балів): 0 (0%);
- іноді (1 бал): 4 (8,3%);
- часто (2 бали): 14 (29,2%);
- завжди (3 бали) 30 (62,5%).

Наступне питання стосується саме поліпшення стану власника тварини: «7. Чи згодні Ви з думкою, що домашні улюбленці взагалі здатні

покращувати самопочуття, настрій людини?». Застосувавши доладну квантифікацію відповідей, зазначимо отримані результати:

- ні, це не так (0 балів): 0 (0%);
- іноді це так (1 бал): 4 (8,3%);
- в деякій мірі це так (2 бали): 14 (29,2%);
- це завжди так (3 бали): 30 (62,5%).

Примітним є те, що респонденти відповідають на два останні питання майже ідентично в плані результатів квантифікації відповідей.

Далі, проаналізуємо результати застосування **методики K0N-2006**, адаптованою І.Ю. Лобановим та О.В. Орловим [21]. Для нашого дослідження взято дві субшкали з неї, які давали б уявлення щодо наявності та вираженості того, що в цій методиці позначено як «астенія» і «почуття безпомічності». Концептуально було обрано ідею про індикацію психічного здоров'я у формі відсутності зазначених характеристик у респондентів. Для цього в попередньому підрозділі було здійснено інверсію задля адекватної квантифікації результатів проходження цих субшкал респондентами (див., зокрема, табл. 3.2), з урахуванням того, як це здійснено авторами україномовної адаптації **K0N-2006**.

Обробивши первинні результати, ми отримали показники по кожній із шкал (табл. Б.4 Додатку Б) – для кожного респондента під шапками, відповідно, «А» (астенія) і «Б» (почуття безпомічності). Також там позначено результати підрахунку сумарного балу, який слід інтерпретувати як показник психічного здоров'я в розумінні відсутності або міри наявності відповідних порушень. Наведено і результати підрахунку дисперсії (під шапкою d^2) та середнього квадратичного відхилення.

Отже, такий первинний підрахунок дає такі результати: середнє значення показника психічного здоров'я в заданих контекстах складає 9,8 балів. Для оцінки розпорошеності отриманих результатів зазвичай вдаються до підрахунку дисперсії та середньоквадратичного відхилення (яке виявилось тут 6,1). Змістовно це необхідно інтерпретувати так, що середній

показник не дуже високий, трохи нижче середини, оскільки межі інтервалу – від 0 до 20. Також розпорошеність отриманих показників достатньо висока, що видно навіть з погляду на отриману таблицю (табл. Б.4 Додатку Б). Іноді вдаються після таких підрахунків до запису у формі:

$$X\,[0;\,20] = 9{,}8 \pm 6{,}1$$

Для здійснення подальших кроків з інтерпретації та аналізу отриманих результатів необхідно буде здійснити квантифікацію показників на основі положень, результати яких викладено у попередньому підрозділі (див. табл. 3.2).

Для додаткової оцінки рівня психічного здоров'я необхідно розглянути результати дослідження за допомогою методики **самооцінки емоційних станів** (автори А. Уессман, Д. Рікс).

За чотирма «показниками» (як вони названі у методиці) визначається бал як самооцінка респондента, – загальний показник постає як сума цих балів. Також можна обчислити середній бал за кожним з «показників». Підсумкова таблиця, взята з застосунку Ексель, надана у Додатку (табл. В.1 Додатку В). Також там наведені колонки з підрахунком величин, необхідних для оцінки розпорошеності результатів (дисперсії та середнього квадратичного відхилення).

Бачимо, що в інтервалі можливих значень від 0 до 40 середнє значення 21,52 знаходиться трохи вище за половину інтервалу. Тоді важливим стає оцінка розпорошеності результатів по респондентах. Обчислення дисперсії та середнього квадратичного відхилення дають відповідь на це питання. Окрім того, що простий погляд на таблицю показників дає достатньо інформації, щоб кваліфікувати розпорошення як суттєве, бачимо й те, що середнє значення в інтервалі виглядає наступним чином:

$$X\,[0;\,40] = 21{,}52 \pm 4{,}97$$

Середні значення по «показниках» і загалом надані у відповідній таблиці (Табл. 3.3).

Таблиця 3.3 – Середні значення по «показниках» і загалом

Спокій	Енергійність	Піднесеність	Упевненість у собі	Σ
4,97	5,23	5,56	5,75	21,52

Бачимо, що середні бали в цілому подібні, знаходячись в «центрі» шкали (загальний інтервал якої – від 0 до 10), незважаючи на суттєву розпорошеність індивідуальних результатів за «показниками».

Тепер необхідно розглянути різноманітні **зв'язки** між показниками, які дали б підстави для висновків щодо предмету цього дослідження, тобто, який зв'язок можна констатувати щодо психічного здоров'я власника тварини в системі СЛТ.

Для цього насамперед необхідно закінчити квантифікацію результатів дослідження по методиці із субшкалами, скориставшись попередніми розрахунками (див. табл. 3.2). Із застосуванням інверсії рівнів в рамках діалектичного методу, отримуємо такі інтервали для оцінки результатів діагностики (табл. 3.4).

Бачимо, що відмінність між результатами чоловіків та жінок спостерігається для субшкали, яка після інверсії пропонується розглядатися як «анти-астенія». Таким чином, отримуємо кількісну оцінку для рівнів вираженості явища – позначених нами субщкал «анти-астенія» і «анти-безпомічність», які ми інтерпретуємо як один з проявів психічного здоров'я (як відсутність чи низький рівень зазначених порушень).

Отже, почнемо розгляд зв'язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника зі співставлення пунктів анкети – основним пунктом прихильності до улюбленця вважатимемо відповідь на питання №5 «Ви сприймаєте свого улюбленця...», з вираженістю якого співставлятимемо інші показники.

Таблиця 3.4 – Інтервали для оцінки результатів діагностики за субшкалами

Назва шкали (змістовна інверсія)	Жінки			Чоловіки		
	рівень	кількість балів у інтервалі	інтервали	рівень	кількість балів у інтервалі	інтервали
«анти-» астенія	високий	5	6 – 10	високий	4	7 – 10
	середній	3	3 – 5	середній	4	3 – 6
	низький	2	0 – 2	низький	2	0 – 2
«анти-» безпомічність	рівень	кількість балів у інтервалі	інтервали	рівень	кількість балів у інтервалі	інтервали
	високий	3	8 – 10	високий	3	8 – 10
	середній	5	3 – 7	середній	5	3 – 7
	низький	3	0 – 2	низький	3	0 – 2

Таке співставлення зазвичай здійснюється через створення двомірних розподілів у формі спеціальних таблиць, що мають назву «кореляційних». В них градації за однією з ознак відповідають т.зв. «ознаці ***X***» і позначають строчки перед «продовженням» кожної градації вправо; за іншою – «ознакою ***Y***» – градації розміщуються як шапка для стовпчиків. Клітини таблиці – її «тіло» – заповнюються кількістю респондентів, у яких вираженість ознак відповідають градаціям, позначених зліва та зверзу таблиці. Підсумкові значення (справа та знизу) мають назву «маргінали».

Отже, співставимо відповіді на питання №5 і №6 – «Після спілкування зі своїм домашнім улюбленцем Вам стає веселіше, комфортніше, приємніше і т.д.». Для питання №5 («ознака *X*») оберемо градації від 1 до 4 (див. вище) і вважатимемо цю ознаку індикатором «прихильності до тварини»; для №6 – від 1 до 3 («наслідки спілкування»).

Також утворимо подібну таблицю із взаємним розподілом респондентів по ознаках, окреслених у питанні №5 і №7 – «вплив спілкування» (табл. 3.5 – 3.6), і порівняємо ці розподіли.

Таблиця 3.5 – Взаємний розподіл респондентів за ознаками «прихильність» – «наслідки спілкування»

X. Ви сприймаєте свого улюбленця	***Y***. Після спілкування зі своїм домашнім улюбленцем Вам стає веселіше, комфортніше, приємніше і т.д			$\Sigma(X_i)$
	1. іноді	2. часто	3. завжди	
1. як тварину	2	0	3	5
2. як члена родини	2	10	15	27
3. як «окрему особистість»	0	1	4	5
4. як друга чи приятеля	0	3	8	11
$\Sigma(Y_i)$	4	14	30	48

Певна річ, маргінали за ознакою «прихильність» співпадають. Розподіл за іншими ознаками бачимо доволі подібними.

Таблиця 3.6 – Розподіл респондентів за ознаками «прихильність» – «вплив спілкування»

X. Ви сприймаєте свого улюбленця	***Y***. ... домашні улюбленці взагалі здатні покращувати самопочуття, настрій людини			$\Sigma(X_i)$
	1. іноді це так	2. в деякій мірі це так	3. це завжди так	
1. як тварину	1	2	2	5
2. як члена родини	2	10	15	27
3. як «окрему особистість»	0	1	4	5
4. як друга чи приятеля	0	3	8	11
$\Sigma(Y_i)$	3	16	29	48

Змістовно тут має йтися про подібність наслідків спілкування з улюбленцем як ситуативно, так і в подовженому плані.

Тепер проаналізуємо зв'язок **прихильності** до домашніх тварин з різними сторонами **психічного здоров'я**. Те, що ми позначили як «анти-астенію» та «анти-безпомічність» теж має свою кількісну вираженість у вигляді відповідних інтервалів, що постають як відповідники рівням (високий, середній, низький). Вони були квантифіковані вище та зрештою позначені у таблицях Ексель, що допоможе створити відповідні кореляційні таблиці.

Отже, створимо кореляційні таблиці взаєморозподілу респондентів за ознаками «прихильність до тварини» (відповідь на питання №5 анкети) і ознаками «анти-астенія» та «анти-безпомічність» (табл. 3.7–3.8).

Таблиця 3.7 – Взаємний розподіл респондентів: «прихильність» – «анти-астенія»

X. Ви сприймаєте свого улюбленця	***Y***. Рівні за ознакою «анти-астенія»			$\Sigma(X_i)$
	1. низький	2. середній	3. високий	
1. як тварину	1	3	1	5
2. як члена родини	9	8	10	27
3. як «окрему особистість»	0	0	5	5
4. як друга чи приятеля	5	4	2	11
$\Sigma\ (Y_i)$	15	15	18	48

Маргінали за ознакою ***X***, певна річ, розподілені таким же чином, як і в попередніх порівняннях «прихильності», тож необхідно звернути увагу на розподіл за ознакою ***Y***. Маргінали по «анти-астенії», як бачимо, розподілились майже рівномірно. Бачимо, що високий рівень цього показника психічного здоров'я мають аж 18 респондентів, більше, ніж на інших рівнях. Примітним є і те, що розподіл тих, що вважають улюбленця «членом родини», виявився майже рівномірним за ознакою «анти-астенія». Ще промовистішим є розподіл тих, хто вважає улюбленця «другом» – більшість із них мають низький рівень «анти-астенії»).

Таблиця 3.8 – Взаємний розподіл респондентів за ознаками «прихильність» – «анти-безпомічність»

X. Ви сприймаєте свого улюбленця	***Y***. Рівні за ознакою «анти-безпомічність»			$\Sigma(X_i)$
	1. низький	2. середній	3. високий	
1. як тварину	1	3	1	5
2. як члена родини	6	13	8	27
3. як «окрему особистість»	0	2	3	5
4. як друга чи приятеля	5	4	2	11
$\Sigma\ (Y_i)$	12	22	14	48

Далі, розглянувши кореляційну таблицю з ознакою «анти-безпомічність», констатуємо, що маргінали за цією ознакою мають інший розподіл – тут максимум припадає на середній рівень. Для відповіді на питання, чим це пояснюється, необхідно було б додаткове дослідження.

Також бачимо, що на цьому контингенті саме ті, хто вбачає в улюбленці друга, складають найбільшу кількість респондентів з низьким рівнем «анти-безпомічності». Також можна припускати, що безпорадність у зовнішньому світі вони компенсують емоційною близькістю з улюбленцем, ніби ховаючись удома від зовнішніх обставин. Чи можна це розцінювати як прояв психічного здоров’я, сказати напевно неможливо.

Для з’ясування цього питання напряму звернімося до останньої в нашому дослідженні методики – **самооцінки емоційних станів** (автори А. Уессман, Д. Рікс) та співставлення її результатів з прихильністю до тварин.

Ознака ***X*** береться та ж сама – відповіді на питання №5 анкети, а в якості ознаки ***Y*** беремо результати за зазначеною методикою. З огляду на отримані кількісні результати внесемо невеличку поправку в діапазони для рівнів. Автори пропонують вважати «високим» рівнем бали, що

перевищують 32; в наших результатах наявні два результати саме 32 бали і один 30 балів. Тож пропонуємо вважати ці три результати такими, що потрапили до «високого рівня», і здійснити квантифікацію рівні саме із урахуванням цього моменту. Зрештою дістаємо розподіл наданий у кореляційній таблиці (табл. 3.9).

Таблиця 3.9 – взаємний розподіл респондентів: «прихильність» – «самооцінка стану»

X. Ви сприймаєте свого улюбленця	***Y***. Рівні за ознакою «самооцінка стану»			$\Sigma(X_i)$
	1. низький	2. середній	3. високий	
1. як тварину	2	2	1	5
2. як члена родини	5	21	1	27
3. як «окрему особистість»	2	2	1	5
4. як друга чи приятеля	0	10	1	11
$\Sigma(Y_i)$	9	35	4	48

Розподіл маргіналів за ознакою ***Y*** дещо відмінний від двох попередніх таблиць, а саме – збільшена кількість респондентів із середнім рівнем психічного здоров'я (більше половини з усіх). Подібний максимум спостерігається і для респондентів, що вважають тварину «членом родини» – майже всі вони мають «середній» рівень психічного здоров'я. також примітним є те, що серед респондентів, котрі вважають улюбленця другом, не виявилося носіїв низького рівня за емоційним станом.

Загалом емпірична частина дослідження показала, що за результатами анкети респонденти констатують поліпшення психічного стану після спілкування з домашніми улюбленцями. Тим часом інші методики, що покликані діагностувати психічне здоров'я (як відсутність астенії та відчуття безпомічності), показують середні результати для респондентів цієї сукупності в зв'язку із ставленням до тварини.

Натомість методика самооцінки емоційного стану показує переважну більшість респондентів із середнім рівнем, що вважається її авторами найближчим до норми.

Висновки до третього розділу.

Для проведення емпіричної частини дослідження було обрано три методики:

- анкету власника домашніх улюбленців, розроблену спеціально для цього дослідження;

- дві субшкали для дослідження міри астенії та почуття безпомічності, обрані з «Опитувальника невротичних особистісних рис» KON-2006, для чого було проведено розрахунки для адекватної квантифікації отриманих результатів;

- методика самооцінки емоційних станів (автори А. Уессман, Д. Рікс).

Здійснено кореляційний аналіз, який унаочнив картину зв’язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров’ям власника.

ВИСНОВКИ

Метою цієї роботи було розглянути зв’язок між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров’ям власника. Для цього були поставлені дослідницькі задачі, виконані у відповідних розділах роботи.

Уявлення про місце і роль тварин в житті людини, а також про психічне здоров’я отримані в першому розділі завдяки розгляду наукових поглядів, дотичних до предмету цього дослідження.

З’ясовано, що місце тварин в житті людини еволюціонувало від утилітарних потреб до більш цивілізованих – через символічні та соціокультурні, міфологічні – аж до певним чином партнерських, а бачення цього в наукових дослідженнях постають у відповідних контекстах – соціокультурних, етичних та психотерапевтичних.

Констатовано, що використовується узагальнювальний термін «людино-тваринна взаємодія» (ЛТВ), котрий стосується певного аспекту в більш широкому контексті. Зрештою апофеозом історичного розвитку в поглядах на роль тварин у житті людини є виникнення такого явища як анімалотерапія – цілеспрямоване використання деяких спеціально підготовлених тварин для таких взаємодій з людиною, котрі призводять до позитивних соматичних та психотерапевтичних ефектів.

Тож зрештою психологічний вимір взаємодії з тваринами набув широкого визнання на теперішній час. Тварини розглядаються як джерело емоційної підтримки та регуляції стресу, особливо в умовах кризових ситуацій.

Розгляд явища і поняття психічного здоров’я в теоретичному плані здійснено для уточнення того, яким чином взаємодія з тваринами може бути позитивною умовою для його підтримки. Надано узагальнене розуміння психічного здоров’я, створено його модель у вигляді схеми, де унаочнено зв’язки між його сторонами – біологічною, соціальною, типологічною, психологічною.

Для уточнення розуміння явища і поняття «прихильність до домашньої тварини» необхідним було використання відповідних методологічних засобів, серед яких – насамперед системний та діяльнісний підходи. Ідея системних компонентів діяльності (СКД) дала змогу використання їх як відповідників для складників у цілісному явищі, між яким існують зв'язки, що потребують наукової експлікації.

Так, термін «людино-тваринна взаємодія» (ЛТВ) постає як такий, що відповідає одному з СКД, натомість повна система складників потребує іншого термінологічного позначення – «система людина/тварина» (СЛТ). В рамках такої системи доречно розглядати і прихильність до тварини.

Складниками СТЛ постають людина, яка конкретизується у поняття «власник домашньої тварини», власне домашня тварина, яка в цій системі постає як «улюбленець».

Зрештою надано модель цієї системи, завдяки якій сформульовано розлоге визначення прихильності до тварини із залученням усіх системоутворюючих складників.

Наступна задача полягала в емпіричному віднайдені зв'язку між прихильністю до тварини та психічним здоров'ям власника.

Для проведення емпіричної частини дослідження було обрано три методики:

- анкету власника домашніх улюбленців, розроблену спеціально для цього дослідження;

- дві субшкали для дослідження міри астенії та почуття безпомічності, обрані з «Опитувальника невротичних особистісних рис» KON-2006, для чого було проведено розрахунки для адекватної квантифікації отриманих результатів;

- методика самооцінки емоційних станів (автори А. Уессман, Д. Рікс).

Здійснено кореляційний аналіз, який унаочнив картину зв'язку між прихильністю до домашньої тварини та психічним здоров'ям власника.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Березка С., Мізерна О. Психічне здоров'я підлітків. Вінниця, 2021. 175 с.

2. Бех І.Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 1. Особистісно-орієнтований підхід : теоретико-технологічні засади. Київ : Либідь, 2003. 280 с.

3. Бондаренко Р.С. Екологічна антропологія та проблеми збереження біорізноманіття. *Природничі науки сьогодні*. 2018. Т. 12. С. 55–69.

4. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. В.Т. Бусел. Київ; Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.

5. Відбулася зустріч з фахівчинею з каністерапії. *Кафедра психології розвитку. Прикарпатський національний університет*. URL : https://surl.li/ahlgyp

6. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник: довідкове видання. Київ : Либідь, 1997. 374 с.

7. Гончарук М.В. Етичні аспекти роботи з тваринами у терапії. *Журнал етики та права*. 2020. № 1. С. 23–34.

8. Грінченко Б. Словарь української мови: у 4 т. Київ : Видання Української академії наук, 1907–1909. Т. 3: П–Р. 520 с.

9. Діагностичний і статистичний посібник з психічних розладів. Вікіпедія. URL : https://uk.wikipedia.org/wiki/Діагностичний_і_статистичний_посібник_з_психічних_розладів.

10. Дубенська О. Анімалотерапія як напрямок психотерапевтичної допомоги під час пандемії COVID-19 : кваліфікаційна робота. Спеціальність 053 «Психологія». Львів, 2022. 41 с.

11. Іваненко В.П. Історія ветеринарної науки в Україні. Київ : Наукова думка, 2005. 224 с.

12. Карамушка Л.М. Психологічні ресурси анімалотерапії у розвитку особистості з особливими потребами. *Практична психологія та соціальна робота*. 2019. № 6. С. 15–21.

13. Коваль О. Соціальна підтримка та психічне здоров'я. Львів, 2019. 210 с.

14. Ковальчук М.П. Методи дослідження взаємодії людини і тварин у соціальній психології. *Соціальна психологія: теорія і практика*. 2017. Вип. 1. С. 45–57.

15. Ковальчук Т. Психологічні аспекти взаємодії людини і тварин. *Психологія та суспільство*. Втп. 8(2), 2020. С. 85–90.

16. Козак Т.М. Традиційні знання у збереженні природних ресурсів. *Український журнал екології*. 2019. № 3. С. 102–114.

17. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : Радянська школа, 1989. 608 с.

18. Костюк Ю. Психічне здоров'я дорослих: сучасні підходи. Харків, 2018. 220 с.

19. Кравченко С.І. Міждисциплінарні підходи до вивчення тварин у культурі. *Антропологічний вісник*. 2016. № 3. С. 37–49.

20. Литвиненко І.Ю. Структура діяльності як підґрунтя діяльнісного підходу в соціології. *Сучасні суспільні проблеми у вимірі соціології управління*. 2010. № 178. С. 218-223.

21. Лобанов І.Ю., Орлов О.В. Психологічна діагностика невротизації особистості (український переклад та апробація опитувальника невротичних особистісних рис KON-2006). *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологічні науки. Випуск 2. Том 1. 2016. С. 102-113. URL : https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/704034/1/kon.pdf

22. Логановський К.М. Нейропсихіатричні наслідки Чорнобильської катастрофи: сучасний стан доказів. *Український медичний часопис*. 2008. №6 (68), XI-XII, С. 44-51.

23. Лящ О., Сергеєва К., Шебанова Профілактика та підтримка психічного здоров'я. Дніпро, 2021. 160 с.

24. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : КММ, 2006. 240 с.

25. Маслоу А. Мотивація та особистість. Київ, 2000. 312 с.

26. Мельник О.П. Взаємодія людини з дикою фауною в екотуризмі Карпат. *Природничі науки і туризм*, №5(1), 2021. С. 55–62.

27. Методики вивчення повсякденного стресу і способів розв'язання кризових життєвих ситуацій / О.Я. Кляпець, Б.П. Лазоренко, Л.А. Лєпіхова, В.В. Савінов; За ред. Т.М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2009. 120 с. URL : https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/707742/1/Методики%20вивчення%20повсякденного%20стресу-%28посібник%29-2009.pdf

28. Методологічні засоби для досліджень в гуманітарних науках. *Соціонічна бібліотека.* URL : https://library.socionic.info/metodologiichnii-zasobi-dlya-dosliidzhen-v-gumaniitarnih-naukah?var_mode=calcul

29. Михайлов Б.В., Водка М.Е., Алієва Т.А., Вашкіте І.Д. Сполучене застосування ігрової та анімалотерапії у дітей з ранньої затримкою психічного розвитку. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*, Том 4, № 1 (7), 2017. 129-136. URL : https://surl.li/qjohvf

30. Москалець В.П. Зоопсихологія та порівняльна психологія. 2-ге вид., перероб. і доп. Київ : Ліра-К, 2020. 224 с.

31. Мороз І.М. Антрозоологія як міждисциплінарна наукова галузь. *Вісник Київського університету. Серія біологічна*. 2018. Вип. 3. С. 15–24.

32. Неврастенік (амплуа). *Вікіпедія*. URL : https://uk.wikipedia.org/wiki/Неврастенік_(амплуа)

33. Неврастенія. Вікіпедія. URL :https://uk.wikipedia.org/wiki/Неврастенія

34. Орлов О.В. Психологічна корекція розвитку невротизації підлітків з порушеннями інтелекту : дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук : 19.00.08, спеціальна психологія. Київ, 2019. 156 с.

35. Особистісний опитувальник Айзенка, *EPQ/PEN*. URL : https://testoteka.info/uk/test/typo/eysenck-epq

36. Педагогічна майстерність : підручник / Зязюн І.А. [та ін.]. Київ : Вища школа, 1997. 349 с.

37. Петренко О.В. Екоантропологія: теоретичні засади та методи дослідження. *Український етнологічний журнал*. 2020. № 2. С. 78–91.

38. Петінов Я.М. Можливості залучення тварин до соціально-психологічного супроводу людей похилого віку. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2020. Т. 3. С. 42–49. URL : https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/29daf199-4520-4f61-a0a3-4c88e624dd11/content

39. Потюк С.В. Використання пет-терапії в початковій школі як засіб формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. *Вісник Запорізького національного університету. Педагогічні науки*. 2022. № 2. С. 133–138. URL : https://surl.li/ycbteo

40. Психологічний словник / За ред. В.В. Синявського, О.П. Скока. Київ : Науковий світ, 2007. 454 с.

41. Розумнюк А. Анімалотерапія – обмін міжнародним і вітчизняним досвідом. *Національний університет біоресурсів і природокористування України* (18 березня 2024). URL : https://nubip.edu.ua/node/143824

42. Романенко Є., Коляденко Н. Теоретичні засади зоотерапевтичних втручань щодо покращення психоемоційного стану особистості. *Наукові перспективи*. 2021. № 5 (11). С. 425–436. URL : https://eprints.zu.edu.ua/37998/1/271-1-10-20210601.pdf

43. Руденко Л. Психоемоційна адаптація дітей до навчального середовища. Київ, 2020. 190 с.

44. Сергієнко В.М. Соціальне позиціонування місцевих еліт в активних електоральних процесах / Текст дисертаційного дослідження зі спеціальності 22.00.04 – «спеціальні та галузеві соціології». Запоріжжя, 2013. У кн. *Космічний відголос*. Корсунь-Шевченківський, 2016. С. 294–482.

45. Сидоренко Н.В. Етнографічні аспекти сприйняття тварин в українській культурі. *Етнографічні студії*. 2019. Т. 15. С. 112–129.

46. Скрипник Т.В. Анімалотерапія як психокорекційна технологія в роботі з дітьми. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 11, Вип. 14. С. 213–221.

47. Словник української мови: в 11 т. Київ: Наукова думка, 1976. Т. 7: П–Поїти. 842 с.

48. Сторони спілкування. *Електронний ресурс:* StudFiles. URL : https://studfile.net/preview/5166321/page:3

49. Тест: Особистісний опитувальник Айзенка EPI. *Електронний ресурс: Всеосвіта*. URL : https://vseosvita.ua/test/osobystisnyi-opytuvalnyk-aizenka-epi-946235.html

50. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2012. 376 с.

51. Ткаченко О.В. Терапевтичне використання тварин у психології. *Психологія здоров'я*. 2021. № 4. С. 67–79.

52. Турчан Психічне здоров'я студентів: досвід та дослідження. Запоріжжя: ЗНУ, 2022. 180 с.

53. Федух І., Чайковська О., Шебанова В. Психічне здоров'я молоді: наукові дослідження. Одеса, 2020. 200 с.

54. Флеш-семінар «Зоопсихологія з основами анімалотерапії»: новий цікавий досвід та перспективи імплементації. *Факультет ветеринарної медицини і технологій у тваринництві* (07 листопада 2024). URL : https://surl.li/ijmcxh

55. Чепелєва Н.В. Культурні чинники розуміння та інтерпретації особистого досвіду. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2010. Вип. 14. С. 11–26.

56. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за наук. ред. Т. М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.

57. Allison M. Adapting Animal-Assisted Therapy Trials to PrisonBased Animal Programs / M. Allison, M. Ramaswamy. *Public Health Nursing*. 2016. Vol. 33(5). P. 472–480.

58. Andreasen G. Animal-assisted therapy and occupational therapy / G. Andreasen, T. Stella, M. Wilkison, C. Szczech Moser, A. Hoelzel, L. Hendricks. *Journal of Occupational Therapy, Schools, & Early Intervention*. 2017. Vol. 10(1). P. 1–17.

59. Beetz A., Uvnäs-Moberg K., Julius H., & Kotrschal K. Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology, 3, 2012.* Article 234. DOI : https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00234

60. DeMello M. Teaching the Animal: Human-Animal Studies Across the Disciplines. Lantern Books, 2010.

61. De Milander M. Equine-assisted therapy as intervention for motor proficiency in children with autism spectrum disorder: Case studies / M. De Milander, S. Bradley, R. Fourie. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*. 2016. Vol. 38(3). P. 37–49.

62. Emery N.J. Clayton, N.S. The mentality of crows: convergent evolution of intelligence in corvids and apes. *Science*, №306 (5703), 2004. P. 1903–1907.

63. Engel, G.L. The need for a new medical model: *A challenge for biomedicine. Science*, № 196 (4286), 1977. P. 129–136. DOI : https://doi.org/10.1126/science.847460

64. Erikson E.H. Identity and the Life Cycle. New York: International Universities Press, 1959. 165 p.

65. Fung S.C. Canine-assisted reading programs for children with special educational needs: rationale and recommendations for the use of dogs in assisting learning / S. C. Fung. *Educational Review*. 2017. Vol. 69(4). P. 435–450.

66. Gabriels R.L. Randomized controlled trial of therapeutic horseback riding in children and adolescents with autism spectrum disorder / R. L. Gabriels, Z. Pan, B. Dechant, J. A. Agnew, N. Brim, G. Mesibov. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2015. Vol. 54(7). P. 541–549.

67. Gilmer M.J. Animal-assisted therapy in pediatric palliative care / M. J. Gilmer, M. N. Baudino, A. T. Goddard, D. C. Vickers, T. F. Akard. *Nursing Clinics*. 2016. Vol. 51(3). P. 381–395

68. House L.A. A Doggone Way to Reduce Stress: An Animal Assisted Intervention with College Students / L. A. House, C. Neal, K. Backels. *College Student Journal*. 2018. Vol. 52(2). P. 199–204.

69. Jahoda M. Current concepts of positive mental health. New York: Basic Books, 1958. 136 p.

70. Kallat L. Ethics and Biodiversity: Towards a Sustainable Future. *Journal of Environmental Philosophy*, 12(1), 2018. P. 5–20.

71. Kaminski J., Call J., Tomasello M. Chimpanzees know what others know, but not what they believe. *Cognition,* 109(2), 2008 P. 224–234.

72. Kaufmann M.E. Enhancing special education environments with animal-assisted interventions at Green Chimneys: Opportunities and practical considerations / M.E. Kaufmann, A. Beetz, M. Kinoshita, S. Ross. *Handbook on AnimalAssisted Therapy*. Elsevier Academic Press, 2015. P. 211–224. DOI : https://doi.org/10.1016/C2013-0-18836-8

73. Kendler K.S. From many to one to many—the search for causes of psychiatric illness. *JAMA Psychiatry*. Vol. 76(11), 2019. P. 1085–1091.

74. Keyes C.L.M. Mental health as a complete state: How the salutogenic perspective completes the picture. In A. Antonovsky (Ed.), Routledge, 2007. 230 p.

75. Kim O. Animal Assisted Intervention for Rehabilitation Therapy and Psychotherapy / O. Kim, S. Hong, H.A. Lee, Y.H. Chung, S.J. Lee. *Complementary Therapies for the Body, Mind and Soul*. 2015. P. 147–161. DOI : https://doi.org/10.5772/61117

76. Kwestionariusz osobowosci nerwicowej KON-2006 / [J. Aleksandrowicz, K. Klasa, J. Sobanski, D. Stolarska]. Krakow : Polskie Towarzystwo Psychiatryczne, 2006. 72 p.

77. Levinson B. M. The dog as a «co-therapist». Mental Hygiene, 1962. P. 59–65. URL : https://ru.wikipedia.org/wiki/Канистерапия

78. Levinson B.M. Pets: A special technique in child psychotherapy. *Mental Hygiene*, 1964, Vol. 48, P. 243–248.

79. Litz B.T., Wang J, Bryant R, Engel C.C. A therapist-assisted Internet self-help program for traumatic stress. *Professional Psychology Research and Practice.* December 2004; Vol. 35(6). P. 628-634.

80. Marsh A. The Supports and Barriers to the Use of AnimalAssisted Therapy in Occupational Therapy Intervention with Adults / A. Marsh, A. Pietruch, B. Steixner, K. Forkey, S. McFarland. Doctoral dissertation. Utica College, ProQuest Dissertations Publishing, 2017.

81. McConnell A.R., Brown C.M., Shoda T.M., Stayton L E., Martin C.E. Friends with benefits: on the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 101(6), 2011 P. 1239–1252.

82. Mental health: Strengthening our response. Geneva: WHO Fact Sheet, 2018. 8 p.

83. Moffitt T. E., Caspi A., Taylor A., Kokaua J., Milne B. J., Polanczyk G., Poulton R. How common are common mental disorders? Evidence that lifetime prevalence rates are doubled by prospective versus retrospective ascertainment. *Psychological Medicine*, Vol. 40(6), 2010. P. 899–909. DOI : https://doi.org/10.1017/S0033291709991036

84. Ohtani N. Psychological Evaluation of Animal-assisted Intervention (AAI) Programs Involving Visiting Dogs and Cats for Alcohol Dependents: A Pilot Study / N. Ohtani, S. Narita, E. Yoshihara, M. Ohta, K. Iwahashi. *Japanese Journal of Alcohol Studies & Drug Dependence*. 2015. Vol. 50(6). P. 289–295.

85. Pope W. S. Animal assisted therapy for elderly residents of a skilled nursing facility / W. S. Pope, C. Hunt, K. Ellison. *Journal of Nursing Education and Practice*. 2016. Vol. 6(9). P. 56–62.

86. Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice. Geneva: WHO, 2004. 67 c.

87. Rotter, J.B. Generalized Expectancies for Internal versus External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, Vol. 80, No. 1 (609). Washington, D.C.: American Psychological Association, 1966. 28 p.

88. Ryff, C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57(6), 1989. P. 1069–1081.

89. Schuck S.E. The Role of Animal Assisted Intervention on Improving Self-Esteem in Children With Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder / S.E. Schuck, H.L. Johnson, M.M. Abdullah, A. Stehli, A.H. Fine, K.D. Lakes. *Frontiers in Pediatrics*. 2018. Vol. 6. P. 1–9. DOI : https://doi.org/10.3389/fped.2018.00300

90. Seligman, M.E.P., Csikszentmihalyi M. Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 2000, №55 (1), P. 5–14.

91. Seligman, M.E.P. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being. New York : Free Press. 2011. 349 p.

92. Serpell J. In the Company of Animals: A Study of Human-Animal Relationships. Cambridge : Cambridge University Press, 1996. 283 p.

93. Serpell James A., Paul Elizabeth S. Pets in the Family: An Evolutionary Perspective. IN: The Oxford Handbook of Evolutionary Family Psychology, eds. Salmon C. & Shackleford T.K., pp. 297-309. Oxford : OUP, 2011.

94. Smith B. P. Integrating animals in the classroom: The attitudes and experiences of Australian school teachers toward animalassisted interventions for children with Autism Spectrum Disorder / B.P. Smith, A.A. Dale. *Pet Behaviour Science*. 2016. Vol. 1. P. 13–22

95. Wesenberg S. Effects of an animal-assisted intervention on social behaviour, emotions, and behavioural and psychological symptoms in nursing home residents with dementia / S. Wesenberg, C. Mueller, F. Nestmann, V. Holthoff-Detto. *Psychogeriatrics*. 2018. Vol. 19(3). P. 1–9. DOI : https://doi.org/10.1111/psyg.12385

96. Wilson E.O. Biophilia. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1984. 157 p.

97. World Health Organization (WHO). *Constitution of the World Health Organization.* Adopted by the International Health Conference, New York, P. 19–22 June 1946; entered into force 7 April 1948. *Official Records of the World Health Organization*, No. 2. New York: WHO, 1948. 22 p. URL : https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/EN/constitution-en.pdf

ДОДАТКИ

Додаток А
Анкета власника домашніх улюбленців

Інструкція. Надайте, будь ласка, відповіді на запитання анкети. Домашні тварини позначені тут як «улюбленці».

1. Позначте, будь ласка, свій вік:
- до 25 років
- 25 – 40 років
- більше 40 років
2. Позначте, будь ласка, свою стать:
- чоловіча
- жіноча
3. Позначте, будь ласка, де ви проживаєте:
- квартира в міському будинку
- садиба в місті чи в селі
4. Ви є власником домашніх улюбленців (оберіть варіант або напишіть свій):
- собака
- кіт
- кіт і собака
- інше (зазначити)
5. Ви сприймаєте свого улюбленця (можна позначити кілька варіантів):
- як тварину
- як «окрему особистість»
- як члена родини
- як друга чи приятеля

6. Після спілкування зі своїм домашнім улюбленцем Вам стає веселіше, комфортніше, приємніше і т.д.?

- ніколи
- іноді
- часто
- завжди

7. Чи згодні Ви з думкою, що домашні улюбленці взагалі здатні покращувати самопочуття, настрій людини?

- ні, це не так
- іноді це так
- в деякій мірі це так
- це завжди так

Додаток Б

Таблиця Б.1 - Субшкали «Опитувальника невротичних особистісних рис» KON-2006

Субшкала №2. Астенія		
№	формулювання	ключ
11	Мені мало що приносить задоволення.	+
12	Часто я не можу показати те, на що здатний.	+
17	Коли я мушу щось змінити у своєму житті, я відчуваю напруження і невпевненість.	+
25	Я часто буваю внутрішньо спустошеним.	
29	Я часто відчуваю себе психічно слабким.	+
110	Життя для мене – це постійні зусилля.	+
114	Мені часто бракує сил, щоб закінчити те, що розпочав.	+
124	Я часто засмучуюсь від того, як складається моє життя.	+
151	Я недостатньо вірю в себе.	+
168	Я часто не використовую можливості, котрі підкидає мені життя.	+
200	Я повністю безпорадний у житті.	+
41	В мене достатньо сил і мені не потрібно примушувати себе щось робити.	–
111	Зазвичай у мене достатньо сил протягом всього дня.	–
Субшкала №16. Почуття безпомічності		
№	формулювання	ключ
12	Часто я не можу показати те, на що здатний	+
49	Мені важко визначитися в тому, що є більш, а що менш важливим	+
114	Мені часто бракує сил, щоб закінчити те, що розпочав	+
126	Дуже часто відмовляюся від своїх планів	+
131	Після невдачі у мене опускаються руки	+
201	У стресових ситуаціях й метушні я абсолютно безпомічний	+
68	Зазвичай я роблю те, що вважаю правильним	–
70	Я знаю до чого прагну в житті	–
86	Коли в мене проблеми, я складаю план дій і дотримуюся його	–
189	За необхідності я можу діяти рішуче	–
197	Я вмію тверезо оцінити складну ситуацію	–
209	Невдачі спонукають мене до більших зусиль	–
213	Взагалі я знаю, що мені слід робити	–
216	Я вмію вирішувати свої проблеми	–
217	Без надмірних зусиль можу продовжити виконання раніше розпочатої роботи	–
243	Я щоденно намагаюся наблизитися до власної мети	–

Інструкція. Цей опитувальник містить ряд питань щодо різноманітних рис, вподобань, схильностей, позицій, точок зору тощо. Тут немає правильних чи неправильних відповідей, оскільки кожна людина - це індивідуальність. Відповідайте, довго не замислюючись, особливо над тим «як слід відповісти на це питання». На кожне питання можна дати лише одну відповідь: «так» або «ні».

Текст опитувальника

1. Зазвичай у мене достатньо сил протягом всього дня.
2. Без надмірних зусиль можу продовжити виконання раніше розпочатої роботи
3. В мене достатньо сил і мені не потрібно примушувати себе щось робити.
4. Взагалі я знаю, що мені слід робити
5. Зазвичай я роблю те, що вважаю правильним
6. За необхідності я можу діяти рішуче
7. Коли в мене проблеми, я складаю план дій і дотримуюся його
8. Я вмію вирішувати свої проблеми
9. Я вмію тверезо оцінити складну ситуацію
10. Невдачі спонукають мене до більших зусиль
11. Я щоденно намагаюся наблизитися до власної мети
12. Часто я не можу показати те, на що здатний.
13. Коли я мушу щось змінити у своєму житті, я відчуваю напруження і невпевненість.
14. Мені часто бракує сил, щоб закінчити те, що розпочав.
15. Дуже часто відмовляюся від своїх планів
16. Я часто не використовую можливості, котрі підкидає мені життя.
17. Я часто засмучуюсь від того, як складається моє життя.
18. Я часто буваю внутрішньо спустошеним.
19. Я недостатньо вірю в себе.
20. Життя для мене – це постійні зусилля.

Таблиця Б.2 - Текст опитувальника

1. Зазвичай у мене достатньо сил протягом всього дня.	А	+
2. Без надмірних зусиль можу продовжити виконання раніше розпочатої роботи	Б	+
3. В мене достатньо сил і мені не потрібно примушувати себе щось робити	А	+
4. Взагалі я знаю, що мені слід робити	Б	+
5. Зазвичай я роблю те, що вважаю правильним	Б	+
6. За необхідності я можу діяти рішуче	Б	+
7. Коли в мене проблеми, я складаю план дій і дотримуюся його	Б	+
8. Я вмію вирішувати свої проблеми	Б	+
9. Я вмію тверезо оцінити складну ситуацію	Б	+
10. Невдачі спонукають мене до більших зусиль	Б	+
11. Я щоденно намагаюся наблизитися до власної мети	Б	+
12. Часто я не можу показати те, на що здатний.	А	–
13. Коли я мушу щось змінити у своєму житті, я відчуваю напруження і невпевненість.	А	–
14. Мені часто бракує сил, щоб закінчити те, що розпочав.	А	–
15. Дуже часто відмовляюся від своїх планів	Б	–
16. Я часто не використовую можливості, котрі підкидає мені життя.	А	–
17. Я часто засмучуюсь від того, як складається моє життя.	А	–
18. Я часто буваю внутрішньо спустошеним.	А	–
19. Я недостатньо вірю в себе.	А	–
20. Життя для мене – це постійні зусилля.	А	–

Таблиця Б.3 - Інтерпретація результатів від авторів адаптованої методики [№]

Назва шкали	Жінки		Чоловіки	
	Сира оцінка	Х-бал	Сира оцінка	Х-бал
Астенія	0-7	0	0-5	0
	8-11	1	6-11	1
	12-13	2	12-13	2
Почуття безпомічності	0-4	0	0-4	0
	5-12	1	5-12	1
	13-16	2	13-16	2

Таблиця Б.4 - Результати дослідження за шакалами адаптованої методики K0N-2006 [№]

А	Б	Σ	d	d^2
3	4	**7**	-2,8	7,84
7	8	**15**	5,2	27,04
1	4	**5**	-4,8	23,04
6	6	**12**	2,2	4,84
0	1	**1**	-8,8	77,44
2	4	**6**	-3,8	14,44
6	6	**12**	2,2	4,84
0	1	**1**	-8,8	77,44
3	3	**6**	-3,8	14,44
9	9	**18**	8,2	67,24
4	6	**10**	0,2	0,04
8	8	**16**	6,2	38,44
1	4	**5**	-4,8	23,04
0	1	**1**	-8,8	77,44
4	6	**10**	0,2	0,04
1	0	**1**	-8,8	77,44
3	2	**5**	-4,8	23,04
2	4	**6**	-3,8	14,44
6	7	**13**	3,2	10,24
6	7	**13**	3,2	10,24
7	8	**15**	5,2	27,04
3	5	**8**	-1,8	3,24
6	7	**13**	3,2	10,24
3	4	**7**	-2,8	7,84
4	5	**9**	-0,8	0,64
2	2	**4**	-5,8	33,64
10	10	**20**	10,2	104,04
4	5	**9**	-0,8	0,64
1	1	**2**	-7,8	60,84
0	0	**0**	-9,8	96,04
10	10	**20**	10,2	104,04
0	1	**1**	-8,8	77,44
8	8	**16**	6,2	38,44
8	7	**15**	5,2	27,04
8	8	**16**	6,2	38,44
5	7	**12**	2,2	4,84
6	9	**15**	5,2	27,04
0	2	**2**	-7,8	60,84
5	6	**11**	1,2	1,44
10	10	**20**	10,2	104,04
0	2	**2**	-7,8	60,84
4	3	**7**	-2,8	7,84
8	8	**16**	6,2	38,44
7	7	**14**	4,2	17,64
6	8	**14**	4,2	17,64
0	2	**2**	-7,8	60,84
10	10	**20**	10,2	104,04
7	9	**16**	6,2	38,44
		9,8		**36,8**
				6,1

Додаток В

Методика самооцінки емоційних станів

(автори А. Уессман, Д. Рікс)

Інструкція до тесту Оберіть у кожному із запропонованих наборів суджень те, яке описує Ваш теперішній стан. Порядковий номер судження, обраного з кожного набору, запишіть у відповідному рядку для відповідей.

Тестовий матеріал

Спокій – тривога

– 10. Абсолютний спокій. Цілком упевнений (-а) в собі.
– 9. Повна холоднокровність, на рідкість упевнений (-а) в собі і не хвилююся.
– 8. Відчуття повного благополуччя. Упевнений (-а) в собі і почуваюся невимушено.
– 7. У цілому впевнений (-а) в собі і не відчуваю хвилювання.
– 6. Ніщо особливо не турбує мене. Почуваюся більшменш невимушено.
– 5. Дещо стурбований (-а), почуваюся скуто, трохи хвилююся.
– 4. Відчуваю деяку стурбованість, страх, хвилювання чи невизначеність. Нервуюся, переживаю, роздратований (-а).
– 3. Значна невпевненість. Травмований (-а) невизначеністю. Страшно.
– 2. Сильна тривожність, стурбованість. Виснажений (-а) страхом.
– 1. Відчуваю жах. Втратив (-ла) розум. Заляканий (-а) невирішуваністю труднощів.

Енергійність – утомленість

– 10. Порив, що не знає перепон. Життєва сила б'є через край.
– 9. Життєздатність б'є через край, потужна енергія, сильна спрямованість на діяльність.
– 8. Багато енергії, сильна потреба в дії.
– 7. Почуваюся бадьоро, у запасі чимало енергії.
– 6. Відчуваю себе достатньо бадьорим (бадьорою).
– 5. Злегка втомлений (-а). Енергії не вистачає.
– 4. Доволі втомлений (-а). У запасі не дуже багато енергії.
– 3. Велика втомленість. В'ялість. Бракує енергії.
– 2. Страшна втома. Майже виснажений (-а) і практично нездатний (-а) до дії. Майже не залишилося запасів енергії.
– 1. Абсолютно виснажений (-а). Нездатний (-а) навіть на незначне зусилля.

Піднесеність – пригніченість

– 10. Сильний сплеск, піднесеність, радість.
– 9. Збуджений (-а), у піднесеному настрої.

- 8. Збуджений (-а), у гарному настрої.
- 7. Почуваюся дуже добре. Життєрадісний (-а).
- 6. Почуваюся доволі добре, “у порядку”.
- 5. Почуваюся трохи пригнічено, “так собі”.
- 4. Настрій пригнічений і дещо понурий.
- 3. Пригнічений (-а). Настрій понурий.
- 2. Дуже пригнічений (пригнічена). Почуваюся жахливо.
- 1. Страшна депресія і понурість. Пригніченість. Усе чорне і сіре.

Упевненість у собі – безпорадність

- 10. Для мене не існує неможливого. Усе мені під силу.
- 9. Відчуваю велику впевненість у собі.
- 8. Дуже впевнений (-а) у своїх здібностях.
- 7. Відчуваю, що моїх здібностей достатньо і мої перспективи гарні.
- 6. Почуваюся достатньо компетентним.
- 5. Відчуваю, що мої вміння і здібності дещо обмежені.
- 4. Відчуваю, що мені бракує здібностей.
- 3. Пригнічений (-а) своєю слабкістю і недостатніми здібностями.
- 2. Почуваюся жалюгідним (-ою) і нещасним (-ою). Утомився (утомилася) від своєї некомпетентності.
- 1. Відчуваю велику слабкість і марність зусиль. У мене нічого не виходить. Це мене пригнічує.

Обробка результатів тесту Вимірюються такі показники:
І1 – “Спокій – тривога”.
І2 – “Енергійність – утомленість”.
І3 – “Піднесеність – пригніченість”.
І4 – “Упевненість у собі – безпорадність”.
Індивідуальна самооцінка І дорівнює номеру судження, обраного випробуваним з відповідної шкали.
І5 – сумарна (за чотирма шкалами) оцінка стану:

І5=І1+І2+І3+І4, де

І1, І2, І3, І4 – індивідуальні значення за шкалами.
Якщо сума індивідуальних значень не перевищує 16 балів – емоційний стан респондента є тим «родючим ґрунтом», потрапивши на який сімейні стреси та кризові переживання «проростуть і дадуть урожай» у вигляді сімейного вигорання та психосоматичних захворювань;
17–32 бали – життєрадісність, внутрішній спокій та впевненість у собі, що є властивостями емоційного стану випробуваного, дають йому змогу гнучко адаптуватися до різних життєвих ситуацій і долати сімейні стреси;
33–40 балів – «фонтан емоцій», поєднаний із самовпевненістю, що межує з переоцінкою своїх можливостей, може спричинитися до марності докладених респондентом зусиль і його нездатності активно діяти в разі виникнення стресової ситуації.

Таблиця В.1 - Бали за методикою самооцінки емоційних станів (А. Уессман, Д. Рікс)

Спокій	Енергійність	Піднесеність	Упевненість у собі	Σ	*d*	d^2
6	3	6	7	**22**	0,5	0,25
7	6	7	5	**25**	3,5	12,25
5	5	5	5	**20**	-1,5	2,25
6	6	6	6	**24**	2,5	6,25
4	4	5	4	**17**	-4,5	20,25
5	5	6	6	**22**	0,5	0,25
5	6	6	6	**23**	1,5	2,25
4	3	6	5	**18**	-3,5	12,25
3	4	5	4	**16**	-5,5	30,25
5	6	6	6	**23**	1,5	2,25
4	3	3	9	**19**	-2,5	6,25
7	6	7	6	**26**	4,5	20,25
7	6	7	7	**27**	5,5	30,25
6	5	6	5	**22**	0,5	0,25
2	6	6	5	**19**	-2,5	6,25
3	6	5	4	**18**	-3,5	12,25
5	5	5	6	**21**	-0,5	0,25
5	5	5	5	**20**	-1,5	2,25
4	3	4	7	**18**	-3,5	12,25
6	6	6	6	**24**	2,5	6,25
5	6	6	8	**25**	3,5	12,25
3	8	9	4	**24**	2,5	6,25
8	9	8	7	**32**	10,5	110,25
8	8	9	7	**32**	10,5	110,25
2	4	5	4	**15**	-6,5	42,25
3	6	5	3	**17**	-4,5	20,25
6	6	6	7	**25**	3,5	12,25
4	4	3	5	**16**	-5,5	30,25
4	5	6	6	**21**	-0,5	0,25
2	2	3	2	**9**	-12,5	156,25
3	3	3	3	**12**	-9,5	90,25
7	7	7	7	**28**	6,5	42,25
6	6	5	6	**23**	1,5	2,25
6	6	6	6	**24**	2,5	6,25
7	6	6	7	**26**	4,5	20,25
2	3	5	5	**15**	-6,5	42,25
3	4	5	6	**18**	-3,5	12,25
3	5	5	6	**19**	-2,5	6,25
6	6	7	8	**27**	5,5	30,25
2	3	2	5	**12**	-9,5	90,25
10	6	7	7	**30**	8,5	72,25
4	3	4	7	**18**	-3,5	12,25
6	7	6	7	**26**	4,5	20,25
7	7	7	7	**28**	6,5	42,25
5	7	6	6	**24**	2,5	6,25
8	5	4	5	**22**	0,5	0,25
5	5	6	6	**22**	0,5	0,25
5	5	4	5	**19**	-2,5	6,25
середнє				21,52		24,75