

Міністерство освіти і науки України  
Сумський державний університет  
Факультет іноземної філології та соціальних комунікацій  
Кафедра психології, політології та соціокультурних технологій

ДОПУСТИТИ ДО ЗАХИСТУ  
Завідувач кафедри  
Світайло Н. Д.  
«\_\_\_\_\_» 2021 р.

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

здобувача ступеня бакалавра психології

Тарасюк Даяни Ігорівни

за темою

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У  
СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ**

(галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»,  
спеціальність 053 «Психологія»)

Науковий керівник  
доктор психологічних наук,  
доцент  
Улунова Ганна Євгенівна  
«\_\_\_\_\_» 2021 р.

**Підсумкова оцінка:**

Національна шкала

Кількість балів ECTS

Члени комісії \_\_\_\_\_

Члени комісії \_\_\_\_\_

Члени комісії \_\_\_\_\_

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ.....	8
1.1. Проблема самоідентичності у вітчизняних та зарубіжних психологічних дослідженнях.....	8
1.2. Феномен етнічної ідентичності в науковій літературі.....	12
1.3. Особливості проявів етнічної толерантності у студентів.....	19
Висновки до розділу 1.....	25
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ.....	27
2.1. Методичне забезпечення дослідження психологічних особливостей етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності.....	27
2.2. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності.....	32
Висновки до розділу 2.....	40
РОЗДІЛ 3. РОЗВИТОК ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ.....	43
3.1. Методи розвитку етнічної ідентичності.....	43
3.2. Особливості розвитку етнічної ідентичності студентів методами когнітивно-поведінкової та арт-терапії.....	59
3.3. Програма розвитку компонентів етнічної ідентичності студентів.....	51

3.4. Апробація програми розвитку етнічної ідентичності студентів.....	60
Висновки до розділу 3.....	61
ВИСНОВКИ.....	63
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	66
ДОДАТКИ.....	72

## Анотація

Бакалаврська робота присвячена вивченню актуальної проблеми особливостей етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності та розвитку компонентів етнічної ідентичності у студентів. Було проаналізовано проблему самоідентичності з погляду вітчизняних та зарубіжних дослідників. Визначено поняття етнічної ідентичності та етнічної толерантності, визначено структурні компоненти етнічної ідентичності, а також особливості прояву етнічної толерантності та міжкультурної взаємодії студентів

Обрано методики для дослідження структурних компонентів етнічної ідентичності (афективний, когнітивний компоненти, загальна вираженість, домінуючі типи етнічної ідентичності) та дослідження рівнів етнічної толерантності. Обґрунтовано та здійснено їх дослідження, яке засвідчило, що компоненти етнічної ідентичності вимагають цілеспрямованого розвитку. Проаналізовано методи розвитку етнічної ідентичності та етнічної толерантності. Обґрунтовано використання соціально-психологічного тренінгу для розвитку компонентів етнічної ідентичності у студентів закладів вищої освіти. Визначено найбільш ефективні психологічні напрямки для розвитку етнічної ідентичності. Пояснено використання когнітивно-поведінкової та арт-терапії для розвитку компонентів етнічної ідентичності студентів закладів вищої освіти Розроблено програму розвитку компонентів етнічної ідентичності студентів закладів вищої освіти методами когнітивно-поведінкової та арт-терапії. Проведено часткову апробацію цієї програми розвитку, описано особливості її проведення у онлайн-режимі, проаналізовано етапи її проведення.

*Ключові слова:* етнос, самоідентичність, етнічна ідентичність, етнічна толерантність, афективний компонент, когнітивний компонент, типи етнічної ідентичності, когнітивно-поведінкова терапія, арт-терапія, соціально-психологічний тренінг.

## Summary

The bachelor's thesis is devoted to the study of the topical peculiarities of ethnic identity in different ethnic tolerance level students and the development of ethnic identity components in students. The problem of self-identity was analyzed from the point of view of domestic and foreign researchers. The concepts of ethnic identity and ethnic tolerance are defined, the structural components of ethnic identity are determined, as well as the peculiarities of the ethnic tolerance manifestation and intercultural interaction of students.

Methods for studying the structural elements of ethnic identity (affective, cognitive components, general expression, and dominant types of ethnic identity) and the study of ethnic tolerance levels are selected. Their research was substantiated and carried out, which showed that the components of ethnic identity require purposeful development. Methods of ethnic identity and ethnic tolerance development are analyzed. The use of social-psychological training for the development of ethnic identity components in students of higher education institutions is substantiated. The most effective psychological directions for the development of ethnic identity are identified. The use of cognitive-behavioral therapy and art therapy for the development of ethnic identity components of higher education institutions' students is explained.

A program for the development of ethnic identity components of higher education institutions' students by methods of cognitive-behavioral and art therapy has been developed. A partial approbation of this development program was carried out, the peculiarities of its implementation in the online mode were described, and the stages of its implementation were analyzed.

Key words: ethnicity, self-identity, ethnic identity, ethnic tolerance, affective component, cognitive component, types of ethnic identity, cognitive-behavioral therapy, art therapy, social-psychological training.

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** У сучасному глобалізованому суспільстві важливість вивчення проблеми етнічної ідентичності пов'язана насамперед з тим, що саме етнічні спільноти відіграють найважливішу роль для самозбереження індивіда чи групи, з якою він себе ідентифікує. Спочатку людина виступає представником свого етносу, а вже потім – представником різних соціальних ролей. У ситуації наявної соціально нестабільної ситуації саме етнічні спільноти забезпечують вирішальну роль у самозбереженні особи чи групи, з якою вона себе ідентифікує. У вітчизняній психології дослідження етнічної ідентичності пов'язують з іменами Н. М. Лебедевої, Д. В. Пінтовської, Г. У. Солдатової, Л. М. Співак, Т. Г. Стефаненко та ін. У нинішньому інформаційному світі особистість може мати культурні риси не однієї, а декількох етнічних спільнот і бути носієм різних культур. У цих умовах етнічність перестає характеризуватись чіткою визначеністю етнічної групи та належністю до неї індивіда. Саме тому актуально дослідити, яким чином пов'язані особливості етнічної ідентичності з етнічною толерантністю.

**Мета дослідження:** визначення психологічних особливостей етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності.

**Об'єкт дослідження:** етнічна ідентичність особистості.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності.

Відповідно до мети кваліфікаційної роботи були сформовані наступні **завдання:**

1) проаналізувати теоретичні підходи до вивчення етнічної ідентичності та етнічної толерантності студентів ЗВО;

2) визначити психологічні особливості етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності;

3) розробити програму розвитку компонентів етнічної ідентичності у студентів.

В основу кваліфікаційного дослідження бакалавра покладені **припущення**: 1) на етнічну толерантність негативно впливають як гіпо- так і гіперпрояви етнічної ідентичності; 2) афективний та когнітивний компоненти етнічної ідентичності у студентів недостатньо розвинені.

**Методи дослідження.** Для розв'язання першого завдання використовувалися такі методи як аналіз, синтез, порівняння та узагальнення, за допомогою яких проведені аналіз та систематизація літературних джерел, узагальнені теоретичні та практичні дані з проблеми дослідження, визначений стан її розробленості. Для розв'язання другого завдання нами були використані емпіричні методи: порівняльний метод та опитування. Для розв'язання другого завдання були використані наступні методики: методика «Типи етнічної ідентичності» (Г. У. Солдатова, С. І. Рижова); методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (А. Н. Татарко, Н. М. Лебедева); методика вираженості етнічної ідентичності (Дж. Фінні); експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (Г. У. Солдатова, О. А. Кравцова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова).

Одержані під час дослідження дані оброблялися методами описової математичної статистики, підлягали кореляційному аналізу та Т-критерію Стьюдента.

Для розв'язання третього завдання використовувався метод активного психологічного впливу на особистість у форматі соціально-психологічного тренінгу, розробленого на основі методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії.

**Теоретична значущість дослідження** полягає у тому, що було уточнено поняття та структуру етнічної ідентичності (когнітивний, афективний та поведінковий компоненти), типи етнічної ідентичності. Поглиблено уявлення про сутність етнічної ідентичності та прояви етнічної толерантності. Адаптовано психодіагностичний інструментарій для дослідження етнічної ідентичності та етнічної толерантності студентів.

**Практична значущість дослідження** полягає у тому, що було розроблено програму розвитку компонентів етнічної ідентичності у студентів закладів вищої освіти, яка може бути використана в практичній роботі психологів та психологічних служб ЗВО з метою розвитку етнічної ідентичності, що сприятиме поглибленню знань та уявлень про власний народ, зацікавленості та включеності у процеси, що відбуваються в країні.

**Апробація та впровадження результатів дослідження.** Теоретичні й практичні результати дослідження були представлені на VI Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрямки наукових досліджень молодих науковців» (м. Кам'янець-Подільський) та на IX Всеукраїнській науковій конференції «Соціально-гуманітарні аспекти розвитку сучасного суспільства» (м. Суми). Також було проведено 5 онлайн-занять зі студентами першого курсу спеціальності «Психологія» Сумського державного університету відповідно до розробленої нами програми розвитку.

**Структура та обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, списку використаних джерел (найменувань) та додатків. Основний текст викладено на 62 сторінках. Текст кваліфікаційної роботи містить сім таблиць та три рисунки.



## РОЗДІЛ 1.

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ У СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ

#### 1.1. Проблема самоідентичності у вітчизняних та зарубіжних психологічних дослідженнях

Протягом декількох століть ідентичність розглядалася як філософська проблема тотожності та головна характеристика буття. Зокрема, це питання вивчали філософи від Античності до Нового часу. Серед них Аристотель, Платон., Ф. Аквінський, Б. Спіноза, Р. Декарт, Г. Гегель, І. Кант, та ін. У рамках некласичної філософії питання ідентичності зв'язували з життям та існуванням особи (Е. Гуссерль, Ж.-П. Сартр, К. Ясперс, тощо). У постнекласичній філософії (Т. Адорно, Е. Левінас, М. Фуко тощо) проблеми ідентичності заперечуються, замість цього використовуються терміни «множинність», «інаковість», «відмінність». У рамках постмодерну, у свою чергу, популярним є підхід відсутності втрат особи як центру та джерела тотожності (Ж. Дельоз, Ж. Дерріда) [11, 65].

Починаючи з другої половини ХХ століття проблемою ідентичності займаються інші науки. Зокрема, у вітчизняній психології сприймання ідентичності розвивалося у межах дослідження проблем самовідношення, самосвідомості. Також, ідентичність розглядали як окремий аспект проблеми «Я».

На думку Л. С. Виготського, спершу інші діють відносно дитини, а після дитина сама взаємодіє з оточенням та розпочинає діяти на себе [5]. Інший відомий дослідник, С. Л. Рубінштейн, зазначав, що власне самовизначення не може вважатися власною справою особи, оскільки з самого початку ця проблема торкається інших суб'єктів [38]. Самовизначення життєвої позиції є результатом взаємовпливу об'єктивного процесу спілкування з іншими та суб'єктивного внутрішнього процесу самовизначення.

В. С. Мухіна досліджувала «самоідентичність» разом із «відчуженням». Ці поняття разом забезпечують регулювання поведінки індивіда, оволодіння ним актуальними соціальними нормами, ціннісними орієнтаціями та особистісними смислами. У процесі розвитку самосвідомості дослідниця розмежовує два етапи: набуття структури самосвідомості за допомогою механізму міжособистісної самоідентичності та формування особистісного світосприйняття та смислів [31, 32].

На думку К. А. Крилова, самоідентичність у її повноцінному розумінні визначає присутність таких факторів: «я»-фактор – особа вважає саму себе елементом певної спільноти, та не загальною «у душі», а, демонструючи це; «ми»-фактор – спільнота з чимось згодна та виявляє таку згоду власними конкретними діями; «вони»-фактор – самоідентичність признають інші («треті особи»). Вчений зазначає, що наявність зазначених факторів засвідчує «стовідсоткову», «повноцінну» самоідентичність. Проте вона може бути й неповною, частковою проблематичною – у разі, коли відсутні один чи два фактори самоідентичності [21].

Але великого поширення термін «ідентичність» переважно набув завдячуючи працям Е. Еріксона [67], хоча уперше на термінологічному та концептуальному рівнях зазначену проблему у 30-х XIX ст. піднімав В. Гумбольдт.

У 1950-х роках у Сполучених Штатах Америки Е. Еріксон, що й увів зазначений термін до наукового обігу, вивчав ідентичність як процес, що зосереджений здебільшого у сутності особи й культури, до якої вона має приналежність [59]. По суті, ідентичність є певною формою відповідності індивіда та культури. Це поняття розробляється автором у подальших роботах, завдяки яким воно набуло таких смислів, як «володіти послідовністю характеру»; «бути незалежною особистістю»; «бути здатним солідаризуватися з ідеями групи»; «почуватись зручно з тим, хто ти є», «бути у злагоді з власним тілом».

За Е. Еріксоном ідентичність має два трактування: по-перше, її можна визначити як суб'єктивне почуття тотожності й цілісності власної особистості, яке постає несподівано як пізнання власної сутності. По-друге, вона є результатом переживання та усвідомлення власної приналежності до певної соціальної групи через протиставлення з токи зору існування інших угруповань [58]. Дослідник термін «ідентичність» використовує у різноманітних значеннях. Вчений має на увазі під ним свідоме відчуття унікальності особи (самобутність), несвідомі устремління до нескінченості досвіду життя, а також солідарність з ідеалами певної групи. Саме з позиції цього пояснення терміну «ідентичність» побудована наша робота.

Надалі аналізований нами термін набуває дедалі ширший спектр значень: самобутність, самовизначення, безперервність досвіду, психофізіологічна цілісність, сталість з плином часу (відносна або процесна), саморегульована єдність, психологічна визначеність, тотожність (з собою чи з якимись іншими об'єктами), самість як справжність особи, самоналежність, соціокультурна відповідність, цілісність, самореферентність, ступінь відповідності існуючим соціальним категоріям, модель розмежування «Я» і «не-Я», відповідність зовнішнього та внутрішнього досвіду.

К. Ясперс у дослідженні «Загальна психопатологія» виокремив чотири ознаки самоідентичності, а саме: 1) відчуття діяльності – власне усвідомлення як активного творіння; 2) свідомість своєї єдності (індивід кожен момент усвідомлює власну єдність); 3) усвідомлення самоідентичності, яке означає, що індивід залишається тим, ким він завжди був; 4) усвідомлення, що «Я» відмінне від решти людства [60, 69].

Таким чином, К. Б. Шнайдер, аналізуючи сучасні дослідження ідентичності виокремила три основних поняття «ідентичність»:

- цілісність особистості як її інтегративна властивість;
- ступінь відповідності людини групі, статі, етносу, роду або іншим категоріям;
- самість, справжність індивіда [55].

Д. В. Колесов визначив сутність ідентичності з поглядів оцінки відношення уявлення щодо ідентичності у психології та логіці. Сутністю ідентичності в психології є переживання особою власної єдності з якимось індивідом або із групою, а також особистої схильності до чогось, до якоїсь ідеї, принципу або «справи». Натомість в логіці ідентичність є своєрідним висновком щодо відсутності відмінностей: нерозрізненість, однаковість, збіг рис об'єктів, явищ, процесів у навколишньому світі. Таким чином, ідентичність в логіці є тотожність об'єктів; а у психології вона є особливою формою відносин. Відтак, кажучи про ідентичність, слід завжди мати на увазі, що однією стороною є певна особа, а іншою стороною – інші істоти чи певні процеси, об'єкти, явища [48].

Вивчаючи підходи до дослідження проблем ідентичності, Г. В. Гарбузова відзначає, що дослідження зазначеної проблеми у зарубіжній психології відбувається у рамках таких понять, як «Образ-Я» та «Я-концепція» [7]. Зокрема Р. Бернсом Я-концепція розглядається як система установок, що спрямовані на себе, та що містять наступні складові: когнітивну, оціночну і поведінкову [4].

А. Ватерманом виділені ціннісні компоненти ідентичності, а саме: цілі, переконання, цінності [44]. Г. Брейкуелл дослідив зміст ідентичності з погляду цінностей як відповідність (або невідповідність) соціальним стандартам та нормам [64]. Спираючись на це, І. А. Ніколаєвою звернуто увагу на важливість вивчення «ціннісного виміру» інтенсивності ціннісних відносин (оцінок) щодо різних частин власної ідентичності чи персоналізованих «інших», що включені до змісту свідомості індивіда. Ціннісний вимір є оцінкою потужності ціннісних відносин «Я – інші». Таку оцінку можливо здійснити за допомогою використання шкали «вище-нижче» [15]. Об'єктами оцінки виступають всі «інші» складові змісту свідомості. Оцінювання напруги, інтенсивності ціннісних стосунків у межах особистісної та соціальної ідентичності індивіда дає перспективи для

детального дослідження структури ідентичності, а також її різновидів та механізмів формування.

Особливо важливим для нашої теми є дослідження М. А. Щербакова. Він увів модель рівнів самоідентичності, що безпосередньо мають зв'язок із структурою свідомості [56]:

- 1) соціально-професійний рівень (твердження на кшталт: я – інженер; я – багатий, я – шановний громадянин і т. д.);
- 2) сімейно-клановий рівень (твердження на кшталт: я – мати, я – дочка; я – дядько, я – член сім'ї (клану, племені і т. д.);
- 3) національно-територіальний рівень: я – українець; я – молдаванин і т. д.;
- 4) релігійно-ідеологічний, що визначає ставлення, до якої релігійної чи ідеологічної групи: я – православний; я – комуніст; я – атеїст; я – іудей; я – демократ; я – пацифіст і т. д.;
- 5) еволюційно-видовий: я – людина;
- 6) статевий рівень самоідентичності : я – чоловік; я – жінка;
- 7) духовний рівень.

Саме це зайвий раз підкреслює значимість дослідження розвитку особистості у системі явищ самобудови, прагнень суб'єкта визначитися у самоналежності, співвіднести власний внутрішній світ із об'єктивною зовнішньою реальністю в умовах перетворень політичного, інформаційного, економічного й соціально-психологічного оточення.

## **1.2. Феномен етнічної ідентичності в науковій літературі**

Однією з форм самоідентичності виступає етнічна ідентичність, тобто усвідомлення себе представником певного народу.

Етнічну ідентичність відносять до ознак постійності, тому що вона заснована на стійкості культури та походження, які є майже незмінними, а отже їх можна вважати стійкими. В області наукового аналізу етнос є однією з найскладніших і неоднозначних соціальних категорій. Науковцями виділено

три підходи до теорії етнічності: інструменталізм, конструктивізм та примордіалізм [19].

Примордіаліський підхід можна умовно поділити на два напрями: соціобіологічний та еволюційно-історичний. В обидвох напрямках етнічність розглядається як об'єктивна даність. При поясненні етнічності у рамках соціобіологічного напрямку вчені виходять від еволюційно-генетичної ідеї. З погляду прихильників цього напрямку, усвідомлення групової приналежності закладено в генетичному коді і є продуктом ранньої людської еволюції, коли в умовах природного відбору здатність розпізнавати родинну групу була необхідною умовою для виживання особи та виду загалом.

Прихильники еволюційно-історичного напрямку, в рамках примордіаліського підходу, розглядають етноси як соціокультурні спільноти. Етнічність, згідно цього напрямку, є розділеною членами групи культурною спільнотою з об'єктивними характеристиками приналежності – релігія, мова, звички, обряди, звичаї.

Етнічність як форму соціальної організації, а не вираження культурного компоненту розглядає конструктивістський підхід. Згідно з яким спільність мови та культури являють собою інтелектуальний конструкт політиків та вчених.

Інструменталістський підхід розглядає етнос як спільність індивідів які мають однакові інтереси, і таким чином етнічність можна вважати ресурсом, що використовується індивідами з метою досягнення економічної, політичної та інших цілей.

Існують протилежні аргументи щодо розуміння нації як вищої стадії розвитку етносу. Більшість сучасних учених схиляються до думки, що нація – це продукт Нового часу. Е. Гелнер вважає, що нації не прокидаються, а створюються [8] У своїй роботі «Нації і націоналізм» він пише, що нації – це продукт людських переконань та пристрастей. «Група людей стає нацією, якщо і коли члени цієї групи визнають спільні права і обов'язки по відношенню один до одного в силу, об'єднуючу їхнє членство. Саме взаємне

визнання такого об'єднання і перетворюють їх в націю, а не інші спільні якості, якими б вони не були, які відділяють цю групу від усіх, що стоять назовні» [8].

Такий підхід передбачає, що нація – це соціальний конструкт, в формування якого грають важливу роль еліти, що створюють культурні традиції та держава, що підтверджує свою легітимність.

Д. В. Пінтовська та Л. М. Співак стверджують, що національна ідентичність не тотожна поняттю етнічної ідентичності, оскільки вона існує лише в узагальненому вигляді та виступає як когнітивне та емоційне усвідомлення людиною власної приналежності до певної нації, що вирізняється власною назвою, історичною територією та пам'яттю, спільною мовою та культурою, економікою та однаковими для усіх її представників юридичними правами та обов'язками [44].

Етнічність як категорія найкраще проявляється у випадку протиставлення однієї етнічної групи іншим. У співставленні етнічних спільнот найкраще проявляється етнічна ідентичність. До моменту зіткнення з іншими спільнотами вона ніби перебуває у стані сну, але в момент співставлення та контакту етнічність активізується. В умовах моноетнічного середовища критерії етнічної ідентичності виділяються слабше, аніж в поліетнічному. У повсякденному житті головним проявом етнічності виступає етнічна ідентичність [44]. Така форма відрізняється притаманними для неї суб'єктивними параметрами.

Об'єктивну основу для етнічної ідентичності на теоретичному рівні створюють певні елементи: спільна система ціннісно-світоглядної орієнтації та уявлення, спільність мови, звичаїв, обрядів, історичних лідерів. Загалом, етнічність знаходиться поза зоною буденності, але при цьому не можна говорити, що вона не відіграє жодної ролі у повсякденному житті.

Одним з базових психологічних механізмів сприйняття є механізм категоризації, тобто виділення деяких базових категорій, характеристик об'єктивного світу. Ця категоризація спочатку має біполярний характер, і

основна вісь цієї біполярності в груповому сприйнятті. Вісь «Ми - Вони», де полюс «Ми» – позитивний, а полюс «Вони» відповідно негативний. При цьому дослідниками відзначається, що процес категоризації протікає паралельно з процесом групової ідентифікації, яка є згуртуванням груп на основі протиставлення себе іншим. Категоризація полегшує розуміння. Особливо сильно вона виявляється при дефіциті часу, надмірній зайнятості, при втомі, емоційному збудженні, в занадто молодому віці, коли людина ще не навчилася їх розрізняти.

У сучасному світі особа може володіти культурними рисами декількох етнічних спільнот і бути носієм декількох культур. У таких умовах складно виділити поняття етнічної ідентичності та визначити представником якого з народів є та чи інша особа. Етнічна ідентичність стає багатоманітною та релятивіською. Проте індивід зберігає елементи первинної етнічної приналежності навіть попри набуті інші риси в ході соціалізації та пізнання інших культур. Вибір етнічної приналежності на сьогодні є суб'єктивним, і навіть неактуальним елементом ідентичності сучасної особи. Важливою причиною вибору такої ідентифікації є існування більш широкої приналежності до нації.

У вітчизняній психології найбільш відомими дослідженнями етнічної ідентичності є роботи Н. М. Лебедевої, Г. У. Солдатової, Т. Г. Стефаненко, та ін [24, 25, 42, 43, 45-47].

Етнічна ідентичність з позиції більшості етнопсихологів – це усвідомлення себе представником певного етносу, переживання людиною своєї тотожності з однією етнічною спільністю і відділення від інших. Етнічну ідентичність умовно можна розділити на дві великі області: особистісну та групову.

Особистісна ідентичність визначається індивідуальними якостями і рисами, групова етнічна ідентичність ґрунтується на соціальних категоріях і базується на аналізі етнічних груп, до яких людина належить і з якими себе співвідносить [12]. Важливо розуміти, що етнічна ідентичність це не також і



оцінка своєї етнічної групи, а не лише усвідомлення себе її частиною. У зв'язку з цим можна виділити позитивну етнічну ідентичність, тобто коли позитивні етнічні почуття і соціальні установки втілюють в собі задоволеність людини в приналежності до тієї чи іншої етнічної спільності, бажання належати їй, пишатися за досягнення свого народу. У той час як негативна етнічна ідентичність демонструє наявність у людини негативних соціальних установок до своєї етнічної групи, що містить у собі почуття сорому, приниженості, перевагу інших груп і народів в якості референтних [13].

Коли індивід розглядає себе як члена певної групи, то він прагне позитивно її оцінювати, таким чином піднімаючи власну самооцінку. Позитивна етнічна ідентичність характеризується позитивним образом власної групи, а також сприйнятливістю до інших груп. Особливу значущість позитивна етнічна ідентичність набуває в ситуації міжкультурної взаємодії. У незвичному соціальному оточенні, серед представників інших етносів, з іншим менталітетом, звичаями, цінностями, правилами і нормами, прийняття людиною своєї етнічної групи виступає в якості показника найважливішої адаптації до культурного середовища. Щодо негативних почуттів до власної приналежності можна говорити про кризу етнічної ідентичності особистості і прояв психологічного захисту, які свідчать про стан дезадаптації до нових умов.

У етнопсихології виокремлено декілька основних типи етнічної ідентичності особистості: етноцентрична, поліетнічна та трансетнізм. В основі етноцентричної ідентичності лежить спрямованість особистості лише на свою етнічну групу. З такою групою особа пов'язує свої життєві очікування та настанови. У такому випадку не обов'язковий навіть генетичний зв'язок. Попри це, опорною точкою оцінки та сприйняття чужої культури є власна етнічна група. Етноцентризм передбачає переконання у перевагах способу життя власного народу над іншими.

Поліетнічна ідентичність визначається однаковим ставленням до кількох етносів. Бажанням знати декілька мов, знайомитися з культурою інших народів. Такий тип притаманний мультикультурним країнам, наприклад, США, Швейцарії та Канаді.

Трансетнізм є малопоширеним серед видів етнічної ідентичності. У такій ситуації людина виходить на надетнічний рівень. Не відбувається ідентифікація із жодним конкретним етносом. Людина вважає себе частиною людства та громадянином світу. Наприклад, Лев Толстой, Махатма Ганді та інші [6, 51].

Досліджуючи етнічну ідентичність важливо розумітися на особливостях її різних типів. С. В. Рижова та Г. У. Солдатова виокремлюють такі типи етнічної ідентичності [42]:

- етнотіпизм, що представляє пошуки приналежності та соціальних зв'язків поза етнічною групою;
- етнічна індиферентність – неактуальність етнічності, розгубленість з цього приводу;
- позитивна етнічна ідентичність – усвідомлення унікальності та неповторності власного народу та позитивне тотожне ставлення до інших;
- етнотіпизм, що може виражатися в напруженості та роздратуванні під час спілкування і представниками інших народів, а також визнання права свого народу використовувати інші етноси задля досягнення власних цілей;
- етнотіпизм – переконаність у зверхності свого народу над іншими. Поширена ксенофобія, негативне ставлення до міжкультурних шлюбів;
- етнотіпизм – визнання прав етносу над правами людини. Готовність до будь-яких вчинків заради власного народу.

Також, важливими у дослідженні етнічної ідентичності є її компоненти, які виділила Т. Г. Стефаненко:

- когнітивний компонент (знання та уявлення про власну групу, усвідомлення себе її членом);
- афективний компонент (відчуття приналежності до групи, оцінка її якостей, відношення до членства в ній) [45, 46].

Вчена, також, зауважує: в процесі розвитку етнічної ідентичності індивід направляється від дифузної до реалізованої ідентичності, тобто до усвідомлення належності до етнічної групи. Вона підкреслює, що упродовж життя етнічний статус майже не змінюється, але при цьому він є динамічним утворенням. Можливе лише переосмислення ролі етнічної приналежності у житті людини, що призводить до трансформації особистості [47].

Крім вищевказаних компонентів Л. М. Дробижева виділяє ще й поведінковий компонент, який ґрунтується на прояві себе як члена етнічної групи. Так званої «побудови системи відносин і дій в різних етноконтактних обставинах» [12].

На сьогодні розвиток у поліетнічному середовищі переважає над моноетнічним. Індивід оточений іншими етносами, що впливають на становлення його власної етнічної ідентичності. Розвиток в поліетнічному середовищі сприяє виникненню певних типів етнічної ідентичності. Якщо людина чітко усвідомлює приналежність до однієї спільноти то це моноетнічна ідентичність. Існує також біетнічна ідентичність. Вона проявляється в усвідомленні людиною своєї приналежності двом етнічним групам одночасно. Неспроможність індивідом усвідомити себе частиною певної групи можна розглядати як маргінальну ідентичність [14].

Значна роль в становленні етнічної ідентичності особистості також відводиться щільності етнічного оточення [15]. В цілому всі ці фактори можна умовно розділити на дві великі групи: макро-фактори і мікро-фактори. До групи макро-факторів слід віднести культуру, мову, релігію, утиски з боку інших етнічних груп. До групи мікро-факторів належать фактори, що вплинули не на спільність, а безпосередньо на етнічну ідентичність

конкретного індивіда. Сюди можна віднести статус групи, сім'ю, етнічне оточення та ін.

До найбільш характерних ознак етнічної ідентичності належать мова, спосіб життя, походження, традиції, цінності і норми, історична пам'ять і характерна зовнішність.

Таким чином, можна стверджувати, що етнічна ідентичність – це поняття, що означає усвідомлення себе як представника певного етносу, а також його оцінка.

### **1.3. Особливості проявів етнічної толерантності у студентів**

Україну можна вважати багатоетнічною країною, з кількісною перевагою етнічного етносу, тож в умовах насиченості міжетнічними контактами, етнічна толерантність набуває особливого значення. Від рівня розвитку етнічної толерантності залежить стабільність розвитку суспільства в цілому. Варто пам'ятати, що студентський вік – це період розвитку етнічної самосвідомості [7, 39, 44]. Нестабільність соціального положення провокує молодь до пошуку самовизначення, а нестійкість ціннісної сфери робить її більш сприйнятливою до різноманітних впливів, унаслідок яких відбувається розвиток інтолерантних установок та гіперідентичності у сфері етнічної самосвідомості. Оскільки студенти, як соціальна група, найчастіше спілкуються з представниками інших етносів (академічна мобільність, різнокультурні навчальні групи, тощо), то доцільно визначити особливості етнічної ідентичності пов'язані з етнічною толерантністю.

Проблеми етнічної толерантності розглядалися у працях І. В. Данилюка, Л. М. Дробіжевої, В. Б. Євтуха, П. Дж. Роуз, Г. В. Солдатової та інших.

У психології толерантність розуміється з позицій індивідуально-психологічних особливостей особистості, таких як відсутність чи послаблення реагування той чи інший фактор в результаті зниження сприятливості до його впливу.

В. М. Соколов визначає толерантність як певну світоглядну та морально-психологічну установку особистості. Зазвичай, ця установка спрямована на те, в якому ступені їй приймати чи не приймати різні, перш за все, чужі їй ідеї, звичаї, культуру, норми поведінки і т.д. [41].

Г. Л. Бардієр вважає, що толерантність можна розглядати як соціальну установку; як ставлення особистості (включаючи ставлення до себе, до людей, до своєї діяльності; як причину або наслідок захисних механізмів особистості (раціоналізації, ідентифікації, заперечення, витіснення, проекції, заміщення та ін.); як властивість особистості, її ціннісну орієнтацію і світогляд [3].

Поняття етнічної толерантності складно чітко визначити, оскільки існує багато поглядів та підходів до його визначення. Саме поняття є багатоаспектним та різнобічним у своїх проявах, а тому ускладнюється процес систематизації існуючих позицій, уявлень та визначень етнічної толерантності.

У сучасній соціології виділяють два погляди на розуміння значення етнічної толерантності.

В. О. Тишков та ін., пояснює досліджуване поняття як «повагу» і «невтручання». Дослідник у цьому контексті визначає толерантність як «особистісну або суспільну характеристику, яка передбачає усвідомлення багатовимірності соціального середовища та світу загалом. Отже, світосприйняття є різним та не може ставати одноманітним на чийсь користь» [18].

Представники іншого погляду, О. Б. Істоміна, В. Г. Крисько, Н. М. Лебедева, Г. У. Солдатова, Т. Г. Стефаненко, Є. І. Шлягіна та ін., характеризують етнічну толерантність як «взаємодіяти з іншими на основі згоди та прийняття» [22, 24, 42, 45, 54]. У такому контексті можна виділити декілька підходів до визначення етнічної толерантності. З позиції аксіологічного підходу етнічна толерантність розглядається як частина системи цінностей. На думку О. Б. Істоміної, етнічна толерантність

забезпечує установку позитивної взаємодії з іншими національними формами культури, розширює коло особистісних ціннісних орієнтацій, що можуть виражатися в готовності чи неготовності взаємодіяти з представниками інших етносів та національностей [19].

На думку деяких дослідників, етнічна толерантність визначається як здатність, особлива характеристика. За В. Г. Крисько етнічна толерантність – це здатність людини проявляти терпимість до способу життя представників інших етнічних спільнот, їх поведінки, традицій, вірувань, почуттів, думок та вірувань. Вчений вважає, що етнічна толерантність проявляється в критичних ситуаціях та супроводжується психологічною напругою [22].

В. Б. Гудикунст, кажучи про три типи факторів міжкультурної компетентності (фактори знань, фактори навиків та мотиваційні фактори), стверджував, що вони чинять вплив на рівень невизначеності в ситуації і рівень тривоги або стресу, який відчують учасники міжкультурної взаємодії. Ці три компоненти чинять вплив на те, на якому саме рівні учасники міжкультурної взаємодії «вдумуються» в комунікативний епізод та наскільки осмислено вони аналізують власну і чужу поведінку, а також наскільки адекватно планують та інтерпретують взаємодію у ході її розвитку. Згідно його моделі, значний рівень вдумливості зменшує невизначеність і тривогу, що приводить до ефективної комунікації [49].

Також підкреслюється, що ця здатність може підвищуватися або знижуватися в залежності від наявності у людини досвіду спілкування з представниками інших етнічних груп.

Наступний підхід визначає етнічну толерантність через поведінкові конкретні прояви. Н. М. Лебедева і Т. Г. Стефаненко вважають, що досліджуваний термін має на увазі позитивне ставлення до власної культури та до інших. Н. М. Лебедева також зазначає, що основою етнічної толерантності є позитивна етнічна ідентичність, а негативні компоненти етнічної ідентичності призводять до етнічної нетерпимості [24, 45].

Цікавим є погляд на етнічну толерантність, як на установче утворення. Розглядаючи етнічну толерантність як комплекс установок ступенів прийняття чи неприйняття представників інших етнічних груп, Ю. Івкова виділяє три компоненти: когнітивний, емоційно-ціннісний та поведінковий [18]. Під когнітивним компонентом розуміються наявні знання про сутність основних складових етнічної толерантності. Охарактеризувати емоційно-ціннісний компонент можна як прагнення до шанобливого ставлення, подолання негативних упереджень та стереотипів. Визначається цей компонент ціннісною настановою на потенційно культурну та толерантну людину. Поведінковий компонент вказує на усвідомлене та реалізоване вміння керувати своєю поведінкою та направляти діяльність. Розуміння унікальності кожної людини і на основі цього пошук шляхів спілкування та гуманного ставлення.

Комунікація в міжкультурному контексті визначається як взаємодія індивідів, які є носіями різних культур, кожен з яких має власну мову, типи поведінки, ціннісні установки, звичаї і традиції. У цій взаємодії поведінка особи зумовлена її приналежністю до певної соціокультурної і мовної спільності. Міжкультурна комунікація ґрунтується на процесі символічної взаємодії між індивідами і групами, культурні відмінності яких є можливість розпізнавати та усвідомлювати [53].

Г. В. Палаткіною толерантність у сфері міжетнічного спілкування розглядається як визнання цінності «Іншого», цінності різноманітності, права на плюралізм поглядів [36].

З. Мубінова етнічну толерантність розглядає як систему психологічних установок, почуттів, традицій. Це призводить до приймаючого ставлення носіїв інших етносів та етнічних явищ. Цьому сприяють світоглядно-поведінкові орієнтації. При цьому авторка вказує, що етнічна толерантність представляє собою процес, що постійно розвивається і включає в себе:

- власне емоційно-психічні норми, почуття по відношенню до інших етносів;
- широкий набір знань, інформаційних уявлень про інші культури, мови;
- власне поведінкові установки, світоглядні погляди стосовно етнічних явищ [30].

На думку О. П. Саходіна, головне місце в процесах глобалізації займає здатність адекватного засвоєння культурних цінностей інших народів, оскільки глибина і ефективність цієї взаємодії детермінує взаємну зацікавленість партнерів один в одному, можливість задоволення ними особистих потреб та запитів, ступінь їх готовності брати участь в діалозі культур [26].

У зарубіжній літературі окрім вище зазначених навиків міжкультурної компетентності часто додаються психологічні знання як вираження реакції індивіда на іншу культуру, що має назву «міжкультурної сенситивності», яка передбачає відкритість, комунікабельність та здатність легко та швидко вступати в психологічно близьку взаємодію з співрозмовником [61, 64, 70].

Аналізуючи сутність та складові частини міжкультурної компетентності, К. Беннетт, робить такі висновки:

- мова знаходиться в центрі культури і пізнавальної здатності;
- ефективність мультикультурного спілкування індивідів можна вдосконалити шляхом розвитку культурної обізнаності, а саме здатність впізнавати культурні відмінності у своїх власних сприйняттях;
- існують деякі типи людської поведінки, що переступають створені бар'єри;
- категорії існування різних культур в одному суспільстві є достатньо підтвердженими статистично для того, щоб бути ідентифікованими, визначеними і стати аспектом вивчення;
- індивіди можуть дотримуватися психологічного балансу між гордістю за свою культуру й повагою до осіб з іншою культурою [61].



Що стосується конкретних особливостей прояву етнічної толерантності у студентів, М. Л. Мельниковою та І. В. Чебікіною було виявлено, що студенти, які мають низький рівень розвитку загальної толерантності, мають стійку систему етнічної ідентичності, однак можуть проявити негативне ставлення до представників інших етносів. При взаємодії з іншими етнічними групами можуть проявляти нетолерантність, нетерпимість, а також визнаватися пріоритет етнічних прав тільки свого народу і своєї соціальної групи. Студенти, які мають низький рівень загальної толерантності можуть проявляти етнічну нетерпимість. Яку можна охарактеризувати дискомфортом та роздратуванням, як реакції на компанію представників інших груп. Неприйняття способу життя, інших звичаїв, традицій, думок та ідей. Крім того, студенти, які мають низький рівень загальної толерантності, можуть не виділяти іншу людину як носія загальнолюдських та особистісних цінностей [20].

У одному з досліджень зазначається, що нетолерантне ставлення до людини через її етнічну приналежність становить шосту частину всіх випадків дискримінації (15%) серед студентської молоді [20].

Отже, можна сказати, що етнічна толерантність – це здатність та установка приймати особливості іншої культури та її представників, відмовляючись від стереотипів та установок, щодо них. Етнічна толерантність також включає в себе здатність до ефективної міжкультурної взаємодії, яка заключається в компетентностях пізнавальної діяльності та психологічному комфорті учасників спілкування.

## **Висновки до розділу 1**

1. Першочергово термін «ідентичність» вивчався як процес, що зосереджений здебільшого у сутності особи й культури, до якої вона має приналежність, як форма відповідності індивіда та культури.

Однією з форм самоідентичності є самосвідомість як представника етносу (етнічної ідентичність). Важливість вивчення проблеми етнічної

приналежності та етнічної ідентичності, по-перше, полягає в тому, що в сучасній ситуації соціальної нестабільності етнічні спільноти відіграють життєво важливу роль у самозахисті осіб чи груп, які вони ідентифікують.

2. Етнічна ідентичність – це усвідомлення себе представником певного етносу, переживання людиною своєї тотожності з однією етнічною спільністю і відділення від інших.

Особистісна ідентичність визначається індивідуальними якостями і рисами, групова етнічна ідентичність ґрунтується на соціальних категоріях і базується на аналізі етнічних груп, до яких людина належить і з якими себе співвідносить.

3. У етнопсихології виділені три основних типи етнічної ідентичності особистості: етноцентрична, поліетнічна, і трансетнізм.

4. Учені виокремлюють шість типів етнічної ідентичності, які за вираженістю можна поділити на гіпоідентичність (етнонігілізм, етнічна індиферентність), норму (позитивна етнічна ідентичність) та гіперідентичність (етноегоїзм, етноізоляціонізм, етнофанатизм).

Також вченими було виділено компоненти етнічної ідентичності, а саме когнітивний компонент (знання та уявлення про власну групу, усвідомлення себе її членом), афективний компонент (відчуття приналежності до групи, оцінка її якостей, відношення до членства в ній) та поведінковий компонент (прояв себе як члена етнічної групи).

5. До найбільш характерних ознак етнічної ідентичності належать мова, спосіб життя, походження, традиції, цінності і норми, історична пам'ять і характерна зовнішність.

6. У сучасній соціології існує два погляди на важливість розуміння етнічної толерантності: 1) особисті або соціальні характеристики, які передбачають розуміння соціального середовища та багатовимірності світу; 2) готовність прийняти справжні особливості інших і домовитись між собою. Спілкуватися з ними на основі активної взаємодії.

7. Етнічна толерантність – це здатність та установка приймати особливості іншої культури та її представників, відмовляючись від стереотипів та установок, щодо них. Етнічна толерантність також включає в себе здатність до ефективної міжкультурної взаємодії, яка заключається в компетентностях пізнавальної діяльності та психологічному комфорті учасників спілкування.

## РОЗДІЛ 2

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ

#### **2.1. Методичне забезпечення дослідження психологічних особливостей етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності**

Етнічна ідентичність є різновидом соціальної ідентичності, це установка на приналежність до певного етносу. Як і будь-яка установка, вона складається з трьох компонентів – когнітивного, емоційного і поведінкового і регулює поведінку людини в своєму або чужому етнічному середовищі.

С. Московічі було запропоновано гіпотезу про те, що свідомість людини будується як ідентифікаційна матриця, в основі якої лежить безліч соціальних ідентичностей. Згідно цієї ідеї соціальні ідентичності можна поділити на три категорії [29]: 1) об'єктивні природні ідентичності – «Я»-людина, стать, вік; 2) об'єктивні соціальні ідентичності – національність, релігія, культура, субкультура, громадянство, професія; 3) суб'єктивні ідентичності – рольові характеристики, самооцінка особистісних рис і досягнень, «Я»-концепція тощо.

У психології розроблено декілька методів, за допомогою яких можна досліджувати соціальну та етнічну ідентичність. Одним з перших методів, був метод контент-аналізу, що вивчає ідентичність, а саме тест установок особистості на себе «Хто я?», створений американськими соціологами і соціальними психологами М. Куном і Т. Макпартленд [23]. Упродовж років було розроблено безліч модифікацій тесту, від соціологічного опитування до проєктивної методики.

З метою емпіричного вивчення психологічних особливостей етнічної ідентичності студентів із різним рівнем етнічної толерантності було проведено дослідження серед студентів різних українських ЗВО. У дослідженні взяли участь 219 студентів, що віднесли себе до представників українського етносу.

Для реалізації практичних завдань були використані такі методики: методика «Типи етнічної ідентичності» (С. І. Рижова, Г. У. Солдатова) для дослідження типів етнічної ідентичності [42], методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко) [24] для дослідження валентності (емоційного забарвлення) етнічної ідентичності, для дослідження когнітивного та афективного компонентів була використана методика вираженості етнічної ідентичності (Дж. Фінні) [34], а для виявлення рівня етнічної толерантності був використаний експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (О. А. Кравцова, Г. У. Солдатова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова) [16].

Методика «Типи етнічної ідентичності» (С. І. Рижова, Г. У. Солдатова) призначена для діагностики етнічної ідентичності та її трансформації, одним із її показників є зростання етнічної нетерпимості. Етнічну толерантність респондентів оцінювали на основі таких критеріїв: 1) «негативний» рівень щодо них самих та інших етнічних груп; 2) поріг емоційної реакції на чуже етнічне середовище; 3) агресивні та ворожі реакції на особливості інших груп.

Типи ідентичностей з різними якостями та етнічною толерантністю розмежовуються за широким спектром шкал етноцентризму, від «заперечення» ідентичності, тобто фіксованість негативу та нетерпимості власної етнічної групи, до крайнощів етнічного фанатизму. Порівняно з іншими етносами. Анкета містить шість шкал, що відповідають наступним типам етнічної ідентичності:

1) етніонігілізм – пошук стійких зв'язків та приналежності поза етнічною групою;

2) етнічна індиферентність – неактуальність етнічності, невизначеність та байдужість щодо неї;

3) норма (позитивна етнічна ідентичність) – позитивне ставлення до власного народу, але при цьому до інших народів теж. Визнання за окремим

народом права на самовизначення та унікальність. Оптимальний баланс толерантності;

4) етнотероризму притаманні вербальні необразливі твердження, на кшталт «мій народ». При пікових ситуаціях може передбачати некомфортне самопочуття та роздратування у присутності інших етносів;

5) етноізоляціонізм – це певне переконання у перевагах свого народу, його винятковості на тлі інших. Негативне ставлення до змішаних шлюбів та ксенофобія;

6) для етнофанатизму притаманна готовність до будь-яких вчинків заради інтересу народу. Можна описати фразою «ціль виправдовує засоби». Індивіди даного типу нівелюють загальнолюдськими цінностями. Ставлять права народу вище за права людини [19].

Відповідно до набраної суми балів з кожною з 6-ти шкал визначається декілька або один домінуючий тип етнічної ідентичності.

Методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко) містить дві шкали, і кожна складається з 4 питань, на які респонденти відповіли наступним чином: 1 – «абсолютно не згоден»; 2 – «частково не згоден»; 3 – «не знаю»; 4 – «частково згоден»; 5 – «абсолютно згоден» [24].

Перша шкала дозволяє оцінити емоційний компонент етнічної ідентичності, тобто валентність (емоційне забарвлення) етнічної ідентичності. Буде оцінено позитивний ступінь етнічної ідентичності.

Друга шкала дозволяє нам оцінити, чи свідомо досліджуваний відчуває, що він є представником своєї етнічної групи. Питання, включені до цієї шкали, призначені для оцінки ступеня невизначеності щодо етнічної ідентичності респондента.

Ця технологія дозволяє визначити рівень позитиву та невизначеності етнічної ідентичності на основі 3 рівнів:

від 4 до 8 балів – низький рівень;

від 9 до 11 балів – середній рівень;

від 12 до 20 балів – високий рівень [25].

Методика вираженості етнічної ідентичності (Дж. Фінні) була створена на основі дослідження М. Барета, що виділив когнітивний та афективний компоненти етнічної ідентичності. До когнітивного відносять знання і уявлення про етнічні особливості людини і групи, усвідомлення приналежності до етносу, зміст етнічних ауто- і гетеростереотипів. Афективний компонент включає ставлення до етнічних груп, оцінку приналежності до етносу, спрямованість етнічних стереотипів, усвідомлення етнічних переваг.

Методика складається з 12-ти тверджень на які опитуваний повинен відповісти «абсолютно згоден», «скоріше згоден, ніж не згоден», «скоріше не згоден, ніж згоден» чи «абсолютно не згоден».

Середній бал з усіх питань є загальним показником вираженості етнічної ідентичності. Також, методика містить дві субшкали: шкалу вираженості когнітивного компонента етнічної ідентичності та шкалу вираженості афективного компонента етнічної ідентичності [15].

Експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (О. А. Кравцова, Г. У. Солдатова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова) дозволяє дослідити загальний рівень толерантності [16]. Стимулюючий матеріал опитувальника включає твердження, що відображають загальне ставлення до світу та інших, а також соціальні установки, що демонструють толерантність та нетерпимість у різних сферах взаємодії.

Метод включає твердження, що вказують на ставлення до певних соціальних груп (етнічні меншини, психічні хворі, жебраки), комунікативні установки (повага до думок опонентів, готовність конструктивно вирішувати конфлікти та продуктивна співпраця). Зверніть особливу увагу на етнічну толерантність-нетерпимість (ставлення до інших етносів та національностей, ставлення до власної етнічної приналежності, оцінка культурної дистанції). Три підшкали опитувальника призначені для діагностики таких аспектів

толерантності, як расова толерантність, соціальна толерантність та толерантність як риса особистості [16].

Методика має 22 твердження, на які респонденти можуть відповісти «абсолютно не згоден», «не згоден», «скоріше не згоден», «скоріше згоден», «згоден» та «повністю згоден». Використовувати методику без поділу на субшкали можна для кількісного аналізу.

Оцінка виявленого рівня розподіляється наступним чином:

від 22 до 60 балів – рівень толерантності низький;

від 61 до 99 балів – середній рівень толерантності;

від 100 до 132 – високий рівень толерантності.

Для якісного аналізу толерантності використовується поділ на підшкали:

1) підшкала «етнічна толерантність» виявляє ставлення людини до представників інших етнічних груп та їх ставлення у сфері міжкультурної взаємодії;

2) підшкала «соціальна толерантність» дозволяє вивчати толерантність і нетерпимість до різних соціальних груп (етнічних меншин, злочинців та психічних хворих), а також індивідуальне ставлення до певних соціальних процесів;

3) підшкала «толерантність як риса особистості» включає предмети для діагностики якостей особистості, установок та переконань, які значною мірою визначають ставлення людини до навколишнього світу [16].

Обрані методики включають всі необхідні шкали та критерії для нашого дослідження.

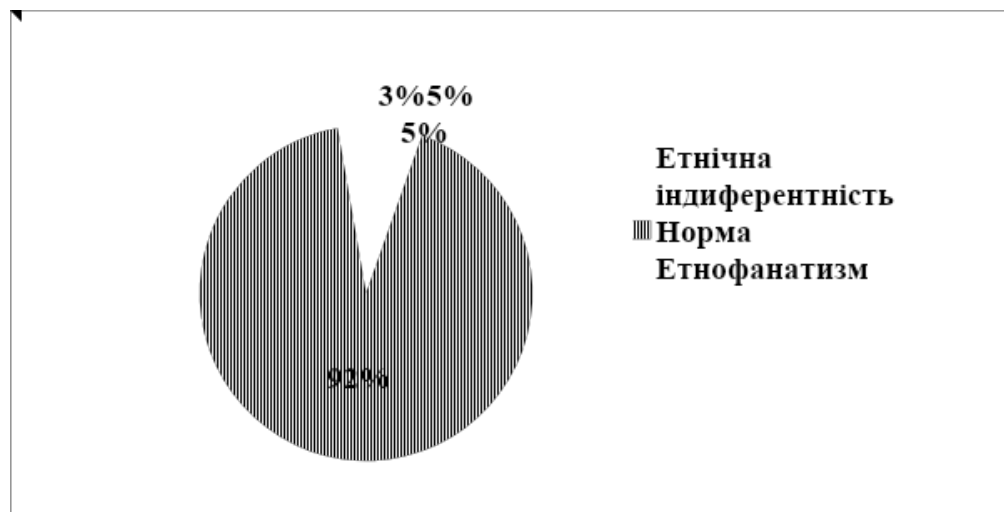
## **2.2. Аналіз результатів дослідження психологічних особливостей етнічної ідентичності студентів із різним рівнем етнічної толерантності**

Під час виконання другого завдання кваліфікаційної роботи нами використовувалися комплексні психодіагностичні методики. Зібрані дані піддавалися кількісному та якісному аналізу. Для виявлення домінуючих



типів етнічної ідентичності була використана методика «Типи етнічної ідентичності» (С. І. Риждва, Г. У. Солдатова), для дослідження валентності (емоційного забарвлення) етнічної ідентичності – методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко), для дослідження когнітивного та афективного компонентів етнічної ідентичності – методика вираженості етнічної ідентичності (Дж. Фінні), а для виявлення рівня етнічної толерантності – експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (О. А. Кравцова, Г. У. Солдатова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова).

За допомогою методики «Типи етнічної ідентичності» (С. І. Риждва, Г. У. Солдатова) нами було виявлено, що для 91,78% опитаних характерним є домінуючий тип позитивної етнічної ідентичності, етнічну індиферентність виявлено у 5,48%, а у 2,74% опитаних домінуючим типом виявився етнофанатизм, що показано на рисунку 2.1.



*Рис. 2.1. Типи домінуючої етнічної ідентичності студентів*

Поєднання позитивного ставлення як до свого, так і до інших народів характерне для норми. Так званий нормальний тип характерний для переважної більшості людей. У представників даного типу збережено оптимальний баланс толерантності. Такий баланс сприяє самостійності та збереженню етнічної групи, але при цьому не перешкоджає продуктивному міжетнічному спілкуванню.

Для представників етнічної індиферентності притаманне розмивання етнічної групи. Виражається в невизначеності етнічної групи, її неактуальності.

Що стосується етнофанатизму, то йому притаманна готовність до будь-яких дій заради етнічних інтересів, підтримка етнічних «чисток». Відмова іншим народам у праві користування соціальними привілеями та ресурсами на своїй території. Визнання пріоритету етнічних прав над правами людини. Середні показники за домінуючими типами етнічної ідентичності наведено у таблиці 2.1, розкид показників є незначним.

Таблиця 2.1

**Показники типів етнічної ідентичності студентів**

Типи	Етнотип	Етнічна індиферентність	Норма	Етноогоїзм	Етноізоляціонізм	Етнофанатизм
Середнє значення	5,31±3,17	10,02±2,89	16,84±2,69	5,68±3,47	5,04±3,34	7,35±3,82
Мода	5	9	20	6	6	7
Медіана	5	10	17	5	5	7

Для дослідження когнітивного та афективного компонентів етнічної ідентичності була використана методика вираженості етнічної ідентичності (Дж. Фінні). Як ми бачимо, на рисунку 2.2, у 62,1% студентів загальна вираженість етнічної ідентичності знаходиться на високому рівні, тобто вони ідентифікують себе із власним етносом, етнічність для них є актуальним елементом самоідентифікації. Лише у 5,48% етнічність знаходиться на

низькому рівні. Високий рівень когнітивного та афективного компонентів виявлено у 51,6% та 71,23% відповідно.



Рис. 2.2. Вираженість етнічної ідентичності студентів

Це доводить, що у більшості опитаних досить високий рівень знань та зацікавленості про власний народ, а також висока емоційна реакція щодо нього. Середні показники за методикою наведено у таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

#### Показники когнітивного та афективного компонентів етнічної ідентичності студентів

Показники	Загальна вираженість	Когнітивний компонент	Афективний компонент
Середнє значення	1,08±0,54	0,81±0,62	1,26±0,56
Мода	1,17	1	2
Медіана	1,08	0,8	1,29

Відповідно до результатів кореляційного аналізу (див. табл. 2.3), можна стверджувати, що загальна вираженість етнічної ідентичності має прямий кореляційний зв'язок із позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,24$ ;  $p\leq 0,001$ ), етнотогоїзмом ( $r=0,17$ ;  $p\leq 0,05$ ), а також непрямий кореляційний зв'язок із етнотогоїзмом ( $r=-0,22$ ;  $p\leq 0,001$ ) та етнічною індиферентністю ( $r=-0,35$ ;  $p\leq 0,001$ ). Тобто, це ще раз підтверджує, що чим менш актуальною є для людини етнічна ідентичність, тим слабкіше вона буде проявлятися, викликати інтерес та усвідомлюватися, і навпаки.

Сильний непрямий зв'язок виявлено між когнітивним компонентом етнічної ідентичності та етнічною індиферентністю ( $r=-0,37$ ;  $p\leq 0,01$ ) та вагомий прямий зв'язок із позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,17$ ;  $p\leq 0,05$ ), етнотогоїзмом ( $r=0,14$ ;  $p\leq 0,05$ ), етноізоляціонізмом ( $r=0,14$ ;  $p\leq 0,05$ ) та етнофанатизмом ( $r=0,17$ ;  $p\leq 0,05$ ). Це демонструє те, що чим більш у людини виражена етнічна ідентичність, тим більш вона буде зацікавлена у вивченні та дослідженні власного етносу, його історії, побуту та традицій.

Сильний прямий зв'язок виявлено між афективним компонентом етнічної ідентичності та позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,26$ ;  $p\leq 0,001$ ), етноізоляціонізмом ( $r=0,22$ ;  $p\leq 0,01$ ) та етнофанатизмом ( $r=0,21$ ;  $p\leq 0,01$ ) та значний зв'язок із етнотогоїзмом ( $r=0,18$ ;  $p\leq 0,05$ ). Сильний непрямий зв'язок виявлено між афективним компонентом та етнігілізмом ( $r=-0,29$ ;  $p\leq 0,001$ ) та етнічною індиферентністю ( $r=-0,29$ ;  $p\leq 0,001$ ). Так як афективний компонент включає у себе ставлення до етнічної спільноти, оцінку приналежності до етносу, етнічні вподобання, то ми можемо чітко простежити зв'язок цих факторів із гіпо- або гіперпроявами етнічної ідентичності.

Таблиця 2.3

**Кореляційний зв'язок між компонентами та типами етнічної ідентичності студентів**

Показники	Етнігілізм	Етнічна індиферентність	Норма	Етнотогоїзм	Етноізоляціонізм	Етнофанатизм
Загальна вираженість	-0,22	-0,35	0,24	0,17	-	-

Когнітивний компонент	-	-0,37	0,17	0,14	0,14	0,17
Афективний компонент	-0,29	-0,29	0,26	0,18	0,22	0,21

Для дослідження валентності та ступеня визначеності використовувалася методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко) середні показники якої наведено у таблиці 2.4. За результатами методики високий рівень позитивності виявлено у 94,98% опитаних. Незначними є показники середнього рівня позитивності етнічної ідентичності, притаманні 4,11% досліджуваних. Низький рівень позитивності етнічної ідентичності продемонстрували всього 0,91% студентів.

Щодо ступеня визначеності етнічної ідентичності (наскільки ясно людина відчуває себе представником свого народу), то 75,8% осіб чітко усвідомлюють свою етнічну приналежність. 21,46% студентів мають розмиті, нечіткі уявлення про власну етнічну ідентичність, а 2,74% опитаних мають невизначеність етнічної ідентичності.

*Таблиця 2.4*

**Показники валентності та визначеності етнічної ідентичності студентів**

Показники	Позитивність	Визначеність
Середнє значення	16,76±2,98	7,06±2,53
Мода	20	5
Медіана	17	6

Відповідно до результатів кореляційного аналізу (див. табл. 2.4), можна стверджувати, що позитивність має сильний непрямої зв'язок із етніцизмом ( $r=-0,42$ ;  $p\leq 0,001$ ), етнічною індиферентністю ( $r=-0,30$ ;  $p\leq 0,001$ ) та прямої зв'язок із позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,25$ ;  $p\leq 0,001$ ). Тобто, потреба у етнічній приналежності безпосередньо пов'язана

із емоційним ставленням до свого етносу – чим вищою є потреба, тип більш позитивне ставлення.

Також, сильний прямий зв'язок виявлено між визначеністю та позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,19$ ;  $p\leq 0,01$ ), етнічною індиферентністю ( $r=0,23$ ;  $p\leq 0,001$ ) та етніцизмом ( $r=0,27$ ;  $p\leq 0,001$ ), що показано у таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

**Кореляційний зв'язок показників валентності та визначеності етнічної ідентичності з типами етнічної ідентичності студентів**

Шкали методик	Етніцизм	Етнічна індиферентність	Позитивна етнічна ідентичність
Позитивність	-0,42	-0,30	0,25
Невизначеність	0,27	0,23	0,19

Результати в таблиці 2.5 свідчать про те, що для опитаних з високим рівнем позитивності є актуальною їхня приналежність до етнічної групи, відсутнє розмивання власної етнічності, а також притаманне поєднання позитивного ставлення до власного народу з позитивним ставленням до інших народів. А для осіб з невизначеністю щодо власною етнічною ідентичністю – навпаки, характерні форми та ознаки гіпоідентичності, тобто неусвідомлення, неактуальність етнічності та пошук задоволення потреби в приналежності в інших соціально-психологічних групах.

Для дослідження етнічної толерантності був використаний експрес-опитувальник «Індекс толерантності» (О. А. Кравцова, Г. У. Солдатова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова). Високий показник етнічної толерантності (див. рис. 2.3) мають 31,96% опитаних осіб, середній – 64,84% студентів, а низький – 3,2% респондентів.

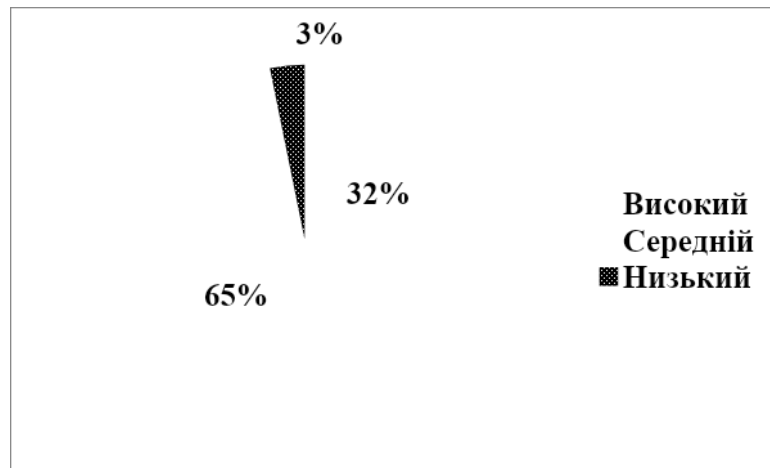


Рис. 2.3. Рівні етнічної толерантності студентів

Високий рівень етнічної толерантності свідчить про відсутність етнічних стереотипів та упереджень, готовність до сприйняття особливостей інших народів та культур, а низький – неготовність сприймати інші народи та складністю у спілкуванні з представниками інших етносів.

Відповідно до результатів кореляційного аналізу (див. табл. 2.6), можна стверджувати, що етнічна толерантність має сильний прямий зв'язок із позитивною етнічною ідентичністю ( $r=0,33$ ;  $p\leq 0,001$ ) та етнотогоїзмом ( $r=-0,51$ ;  $p\leq 0,001$ ), а також сильний зворотний зв'язок з етноізоляціонізмом ( $r=-0,51$ ;  $p\leq 0,001$ ) та етнофанатизмом ( $r=-0,35$ ;  $p\leq 0,001$ ).

Таблиця 2.6

**Кореляційний зв'язок показників етнічної толерантності з показниками типів етнічної ідентичності студентів**

Шкали методик	Позитивна етнічна ідентичність	Етнотогоїзм	Етноізоляціонізм	Етнофанатизм
Етнічна толерантність	0,33	0,51	-0,51	-0,51

Результати, подані в таблиці 2.6, доводять, що толерантне ставлення до іншого етносу супроводжується позитивним ставленням до власного етносу, відкритістю іншим національним культурам, відсутністю упереджень по відношенню до міжетнічних шлюбів, визнанням за своїм народом права

вирішувати певні проблеми за рахунок інших, але неготовністю йти на будь-які дії заради етнічних інтересів.

Також, нами було проведене порівняння різних компонентів етнічної ідентичності між опитаними із високим та середнім рівнями етнічної толерантності (див. табл. 2.7), за допомогою критерія Т-Ст'юдента.

Таблиця 2.7

**Особливості етнічної ідентичності студентів із різними рівнями етнічної толерантності**

Показники	Середнє значення в групі з високим рівнем	Середнє значення у групі з середнім рівнем	Емпіричне значення критерія	Рівень значимості
Загальна вираженість	1.18±0.52	1.01±0.53	2.099	0.038*
Когнітивний компонент	0.93±0.61	0.76±0.6	1.919	0.057
Афективний компонент	1.36±0.54	1.20±0.56	1.981	0.049*
Позитивність	17.14±3.05	16.49±2.91	1.478	0.142
Невизначеність	6.77±2.07	7.17±2.65	-1.213	0.227

Примітки:

\*– наявність статистично значущих відмінностей за Т-критерієм  $p \leq 0,05$ .

З таблиці ми бачимо, що виявлені значимі відмінності між групами щодо загальної вираженості етнічної ідентичності ( $T=2.099$ ,  $p \leq 0,05$ ): середнє значення в групі з високим рівнем ( $M=1.181$ ) більше середнього значення у групі з середнім рівнем ( $M=1.018$ ) етнічної толерантності. Таким чином, можемо припустити, що у осіб із високим рівнем етнічної толерантності загальна вираженість етнічної ідентичності вища, ніж у осіб із середнім рівнем етнічної толерантності.

Також значимі відмінності були виявлені щодо афективного компоненту етнічної ідентичності ( $T=1.981$ ,  $p \leq 0,05$ ). Середнє значення у осіб із високим рівнем ( $M=1.366$ ) етнічної толерантності більше середнього



значення у осіб із середнім рівнем ( $M=1.205$ ) етнічної толерантності. На основі цього можемо припустити, що чим більш позитивно людина оцінює власну етнічну групу та приналежність, тим більш безоціночно вона буде ставитися до етнічної приналежності інших.

## Висновки до розділу 2

1. Під час реалізації другого завдання кваліфікаційної роботи нами було використано ряд психодіагностичних методик. Їхні результати піддавалися кількісному та якісному аналізу. Для виявлення домінуючих типів етнічної ідентичності була використана методика «Типи етнічної ідентичності» (С. І. Рижова, Г. У. Солдатова). Для дослідження валентності (емоційного забарвлення) етнічної ідентичності використовувалася методика оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (Н. М. Лебедева, А. Н. Татарко). Методика (Дж. Фінні) використовувалася для дослідження компонентів етнічної ідентичності (когнітивного та афективного). З експрес-опитувальника «Індекс толерантності» (О. А. Кравцова, Г. У. Солдатова, О. Е. Хухлаєв, Л. А. Шайгерова) була використана шкала «Етнічна толерантність» для дослідження рівня етнічної толерантності.

2. Було виявлено, що серед домінуючих типів етнічної ідентичності для переважаючої більшості опитуваних є характерною позитивна етнічна ідентичність, що вважається нормою. Також яскраво вираженими виявилися етнічна індіферентність та етнофанатизм, які є проявами гіперідентичності.

3. У більшості опитаних виявлено високий рівень загальної вираженості етнічної ідентичності, низький рівень вираженості виявлено у незначної кількості опитаних. Також, у половини опитаних виявлено високий рівень афективного компоненту, а високий рівень когнітивного компоненту притаманний більшості опитаних. Це доводить, що у більшості опитаних досить високий рівень знань та зацікавленості про власний народ, а також висока емоційна реакція щодо нього.

4. Результати кореляційного аналізу показали: 1) чим менш актуальною є для людини етнічна ідентичність, тим слабкіше вона буде проявлятися, викликати інтерес та усвідомлюватися, і навпаки; 2) чим більш у людини виражена етнічна ідентичність, тим більш вона буде зацікавлена у вивченні та дослідженні власного етносу, його історії, побуту та традицій; 3) так як афективний компонент включає у себе ставлення до етнічної спільноти, оцінку приналежності до етносу, етнічні вподобання, то ми можемо чітко простежити зв'язок цих факторів із гіпо- або гіперпроявами етнічної ідентичності.

5. Високий рівень позитивності етнічної ідентичності виявлено у переважаючої більшості досліджуваних. Третина опитаних чітко усвідомлюють свою етнічну приналежність, а  $\frac{1}{4}$  мають розмиті, нечіткі уявлення про власну етнічну ідентичність.

Потреба у етнічній приналежності безпосередньо пов'язана із емоційним ставленням до свого етносу – чим вищою є потреба, тим більш позитивне ставлення.

Для опитаних з високим рівнем позитивності є актуальною їхня приналежність до етнічної групи, відсутнє розмивання власної етнічності. Для них характерне позитивне ставлення до свого та інших народів. А для осіб з невизначеністю щодо власною етнічною ідентичністю – навпаки, характерні форми та ознаки гіпоідентичності, тобто неусвідомлення, неактуальність етнічності та пошук задоволення потреби в приналежності в інших соціально-психологічних групах.

6. Більшість опитаних мають середній показник етнічної толерантності. Толерантне ставлення до інших народів супроводжується позитивним ставленням до власного етносу. Для нього характерна відкритість іншим культурам, відсутність упереджень щодо міжетнічних шлюбів. Також, неготовність іти на будь-які вчинки заради інтересів свого етносу.

7. Щодо співвіднесення компонентів етнічної ідентичності за виявленими рівнями етнічної толерантності, можна припустити: 1) у осіб із

високим рівнем етнічної толерантності загальна вираженість етнічної ідентичності вища, ніж у осіб із середнім рівнем етнічної толерантності; 2) чим більш позитивно людина оцінює власну етнічну групу та приналежність, тим більш безоціночно вона буде ставитися до етнічної приналежності інших.

## РОЗДІЛ 3. РОЗВИТОК ЕТНІЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ

### 3.1. Методи розвитку етнічної ідентичності

На сьогоднішній день ряд досліджень присвячено особливостям формування та становлення етнічної ідентичності. Розвитком етнічної ідентичності займалися С. О. Баклушинський, В. П. Левкович, Н. Г. Панкова, О. Л. Романова, Т. Г. Стефаненко та інші. Трансформацією етнічної ідентичності займалися С. Л. Бухарева, Н. М. Лебедева, В. М. Павленко та інші. Вивченням чинників, що впливають на формування етнічної ідентичності займалися С. А. Баклушинський, О. П. Белінська, А. І. Донцов, В. П. Левкович, Н. Г. Панкова, Т. Г. Стефаненко, М. Т. Уталієва та інші.

Дослідники виділяють декілька основних груп чинників, що впливають на формування етнічної ідентичності. До першої групи належать особливості етнічної соціалізації у сім'ї, найближчому оточенні та школі. Друга група – це особливості етноконтактного середовища, тобто його моно- чи поліетнічність. Третя група чинників – це статусні відносини між етнічними групами [19, 24, 25].

Ж. Піаже розвиток етнічної ідентичності розглядається як створення когнітивних моделей, що пов'язані з поняттям «батьківщина». На думку вченого наслідком знань про етнічні явища є етнічні почуття, які переживаються людиною. Він виокремив три етапи формування етнічної ідентичності:

1) на першому етапі (6-7 р.) дитина отримує фрагментарні знання про свій етнос через сім'ю та соціальне оточення; етнічна група у цьому віці не відіграє суттєвої ролі;

2) на другому етапі (8-9 р.) спостерігається ідентифікація дитини з етнічною групою; ознаками для неї слугують національність батьків, місце проживання, мова, паростки національних почуттів;

3) на третьому етапі (10-11 р.) у змісті етнічної ідентичності, яка набуває певних обрисів, вагомого значення набувають традиції, звичаї, побут, історія етносу [54].

Вікові межі етапів розвитку етнічної ідентичності досі уточнюються та конкретизуються сучасною наукою. Дослідники відзначають, що у дітей 3-4 років можна відстежити перші прояви дифузної ідентифікації з етнічною групою. За допомогою сприймання яскравих зовнішніх відмінностей. Проте більшість вчених підтримують думку Ж. Піаже про те, що саме у молодшому шкільному віці дитина досягає «реалізованої» етнічної ідентичності. Пояснити це можна тим, що саме у цьому віці дитина набуває здатності до саморефлексії. Нестабільність та швидкозмінюваність етнічних уявлень притаманна дітям 6-7 років. У підлітковому віці з'являються мотиви вибору етнічної приналежності. Поступово у дитини накопичуються знання про власні етнічні особливості (когнітивний компонент). Вони стають основою етнічної самосвідомості. Остаточне становлення етнічної ідентичності відбувається у старшому юнацькому віці (18-25 років), що припадає період студентства.

У моделі стадіального формування етнічної ідентичності американської дослідниці Дж. Фінні розглядається становлення етнічної ідентичності підлітка як подібне з розвитком особистої ідентичності. Вченою було виділено три стадії формування етнічної ідентичності [55]:

1) неперевірена ідентичність, притаманна для молодших підлітків. На цій стадії у підлітка спостерігається відсутність інтересу до проблем етнічних коренів і членства в етнічній групі. Стадія має два підвиди ідентичності: дифузний і попередній. Для дифузного підвиду характерна поведінка індивіда, якому не цікава його етнічна приналежність, він про неї навіть не замислюється. Для попереднього підвиду ідентичності характерним є вже прийняття позитивних етнічних атитюдів батьків та інших дорослих. Підліток вже проявляє перевагу по відношенню до групи більшості;

2) пошуки етнічної ідентичності. На цій стадії відбувається інтенсивний процес занурення в культуру свого народу. Здійснюється цей процес через такі види діяльності, як читання, бесіди, відвідування етнографічних музеїв і активну участь у подіях культурного життя. Фінні вважає, що в результаті розв'язання кризи етнічної ідентичності підлітки приходять до глибшого розуміння і адекватної оцінки своєї ідентичності;

3) стадія реалізованої етнічної ідентичності характерна для старших школярів. Для цієї стадії характерним є вже яскраве, чітке і стійке відчуття непорушності своїх етнічних особливостей. Є прихильність до етнічної спільності і культури. Ця стадія оформлення «етнічного Я», яке допомагає усунути протиріччя свого зростання.

Найбільш істотними факторами, що впливають на формування етнічної ідентичності є особливості первинної етнічної соціалізації; гетерогенність чи гомогенність етнічного середовища; статусні відносини між етнічними групами; доступність чи недоступність зразків етнічної культури і т. д.

Таким чином, ми бачимо, що розвиток етнічної ідентичності це багаторічний комплексний процес, один із аспектів соціалізації особистості. Зазвичай, розвитком знань та формуванням позитивного ставлення до власного етносу займаються у середніх та старших класах загальноосвітніх шкіл: проводяться класні години, позакласні форми роботи, пов'язані з традиціями, різноманітні гуртки народної творчості і т.д. Але, зазвичай, ці процедури проходять досить формалізовано, і отриманих знань часто недостатньо для повного розуміння власного етносу для того, щоб емоційне ставлення було сформоване належним чином. Тож, оскільки завершальний процес формування етнічної ідентичності припадає на студентський період життя, то актуальним є продовження поглиблення знань про власний етнос, формування позитивної оцінки щодо нього, а також зацікавлення та включеність молоді у процеси, що відбуваються у суспільстві.

Серед способів розвитку етнічної ідентичності та підсилення її окремих компонентів у студентському середовищі можна виділити

соціально-психологічний тренінг (СПТ), оскільки він включає у себе сукупність групових методів формування умінь і навичок самопізнання, спілкування, активне включення поведінкових моделей та взаємообмін досвідом учасників групи [50].

Інтерес психологів та психотерапевтів до цього методу групової роботи з'явився ще у 50-60-ті роки ХХ століття. Саме тоді стали поширюватися перші тренінги щодо розвитку соціальних та життєвих навичок.

Соціально-психологічний тренінг набув значного поширення у вітчизняних практиках. Вивченню методології та методик тренінгу поширені в дослідженнях І. В. Вачкова, Ю. Н. Ємельянова, В. П. Захарова, Г. А. Ковальова, Л. А. Петровської, О. В. Сидоренко, Т. С. Яценко та ін.

Тренінг має свої переваги на які у своїх роботах вказує К. Рудестам [39].

1. У групі компенсується необхідність емоційного тепла та контакту з іншою людиною.
2. У групі можна набути досвід, що буде корисним при особистій взаємодії.
3. У реальному житті не завжди є можливість отримати зворотній зв'язок. Тренінгова група це повністю задовольняє.
4. Серед учасників групи знайдуться спільні проблеми, що сприятиме взаємопідтримці.
5. Процес навчання новим умінням та навичкам проходить у підтримуючій та безпечній обстановці.
6. Легко можна простежити соціальні навички учасників.
7. Використання емоційного зв'язку між учасниками групи.
8. Полегшується процес саморефлексії та самодослідження індивіда.
9. Економічна перевага полягає у тому, що один тренер працює з групою людей.

Але для комплексного аналізу важливо розуміти також і недоліки даного методу:

1. У групі створюється особливий, довірливий стиль спілкування, що не завжди відповідає реальному життю. Повернення до реального життя може бути болючим для учасників, викликати дезадаптацію. Особа чекатиме від оточуючих тієї ж підтримки, розуміючого ставлення та комфорту як і від учасників тренінгу. Не отримавши цього індивід може перебувати або у стані крайньої нетерпимості або замкнутися в собі.

2. У людини може виникати залежність від груп, потреба у постійній приналежності. Часто, прагнення до приналежності зумовлене пошуком сильних переживань, яких немає в повсякденному житті. Це призводить до втечі від реальності, виникнення психологічних проблем. Для уникнення таких явищ необхідне уміння переносити реальний досвід.

3. У тренінгових групах відбувається формування нових цілей, поглядів, переконань та установок. При поверненні в реальність на особу може чатувати розчарування. У формі неприйняття, нерозуміння іншими нових змін. Щоб подолати таку проблему учасникам необхідно розуміти, що їхнє оточення не брало участі у формуванні нових змін, і саме тому вони змінилися.

4. У груповій роботі можливі «психологічні опіки». Інші учасники ненавмисно можуть провокувати актуалізацію психологічних травм одне в одного. Екологічність проживання такого досвіду залежить від майстерності тренера.

5. Деякі учасники можуть не розуміти відмінності між груповим та реальним життям, що може спричинити їхню уразливість.

Серед великої кількості різноманітних методів СПТ, можна припустити, що найбільш корисними у роботі з етнічною ідентичністю будуть дискусійні методи (біографічна та тематична дискусія), ігрові методи (операційні (ділові) та міжособистісні ігри), методи художнього самовираження та методи, спрямовані на розвиток соціальної перцепції.

Під час біографічної дискусії увага тримається на одній людині. Для тематичної дискусії центром є певна тема, а не людина. У такому випадку



особистість учасників розглядається через призму обраної теми. У процесі обговорення теми відбувається непряма проекція якостей і проблем які висловлюють учасники.

За визначенням Д. Б. Ельконіна, гра являє собою таку діяльність, у якій відтворюються соціальні відносини (правила і норми взаємовідносин) між людьми поза умов безпосередньо утилітарної діяльності. Гра, як вид діяльності, дозволяє людині успішно засвоювати зміст нової діяльності (форми поведінки), є засобом прояву його творчих можливостей, полегшує адаптацію людини до нових, незнайомих для нього умов [57].

Операційні (ділові) ігри надають перевагу предметно-професійному аспекту навчання. Передбачається навчання спілкуванню. У таких іграх прописується сценарій з чітким алгоритмом дій за принципом «правильно-неправильно». До ділових ігор відносять рольові, імітаційні та аналіз конкретних ситуацій.

Соціально-психологічні або міжособистісні ігри спрямовані на формування комунікативної компетентності чи зміну особистості. Відсутній чіткий алгоритм дій та їх оцінки. До основних видів належать ігри не концептуального змісту, психодрами та соціодрами, ігри трансакційного аналізу.

Серед різноманітних способів самовираження у психологічній практиці виділяють ряд художніх. Наприклад, малювання, ліплення, створення та аналіз художніх творів, спів та ін. Метод художнього самовираження використовується в різних цілях. Він виконує творчу, проєктивну та сублімаційну функції.

Найбільш важливими та актуальними для тренінгів з розвитку етнічної ідентичності є методи, що спрямовані на розвиток соціальної перцепції. Такі методи спрямовані на розвиток в учасників умінь та навичок оцінки, сприйняття та розуміння інших людей, себе та групи. Під час занять учасники вчаться отримувати невербальну та вербальну інформацію про те, як їх сприймають інші. Вчаться її сприймати.

### **3.2. Особливості розвитку етнічної ідентичності студентів методами когнітивно-поведінкової та арт-терапії**

Велика кількість психологічних напрямків та різноманітних технік дає можливість ефективного підбору способів та методів розвитку етнічної ідентичності у студентів закладів вищої освіти.

Розвиток етнічної ідентичності студентів передбачає комплексний підхід та включає в себе розвиток наступних компонентів: когнітивного, афективного та поведінкового, розвиток яких може відбуватися на основі методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії.

Одним з напрямків сучасної когнітивно-біхевіоральної психотерапії є когнітивна психотерапія. Вона допомагає людині впоратися з її проблемами. Вивчає яким чином особистість сприймає ситуацію та як мислить. Даний вид терапії допомагає виробити реалістичніший погляд на події та ситуації, що сприяє більш адекватній поведінці особистості. Однією з головних ідей є те, що наші емоції почуття та вчинки визначаються думками. Ми оцінюємо ту чи іншу подію думками, а отже так визначаємо емоції та поведінку [28].

Тренінги розвитку етнічної ідентичності можна побудувати на формулі з когнітивно-поведінкової терапії «АВС». За цією формулою, «А» позначаються стимули із зовнішнього світу якими визначається реакція особистості в цілому (аналогічно когнітивному компоненту етнічної ідентичності); «В» – установки, переконання та уявлення про ситуації (афективний компонент); «С» – емоції і поведінку людини (афективно-поведінковий компонент).

Для тренінгу з розвитку етнічної ідентичності застосовувалися такі техніки та методи як відстеження власних думок, виявлення та дослідження переваг та недоліків власних стереотипних думок, метод сократівського діалогу, модифікацію образів та використання метафор.

Відстеження власних думок передбачає усвідомлення власного ставлення до того, чи іншого факту або події.

Виявлення та дослідження переваг та недоліків власних стереотипних думок передбачає об'єктивний погляд на певну ситуацію або явище, найчастіше, стереотипну, та допомагає знайти її сильні та слабкі сторони.

Метод сократівського діалогу передбачає виявлення суперечностей в міркуваннях людини. Наприклад, якщо людина має певний стереотип щодо поведінки представників свого етносу, але сама веде себе інакше, то задачею тренера буде вказати на ці суперечності.

Метод модифікуючої уяви передбачає активну роботу спрямовану на поступову заміну деструктивних образів на ідеї нейтрального забарвлення, а потім на позитивні конструкти. Наприклад, це може стосуватися етнічних стереотипів.

Для активізації сфери уяви можна використовувати доречні метафоричні висловлювання, повчальні притчі, цитати з поезії. Такий підхід робить пояснення більш яскравим і зрозумілим.

Спеціалізовану форму психотерапії, засновану на мистецтві називають арт-терапія.

Головною метою використання арт-терапії під час тренінгу є гармонізація розвитку особистості через розвиток уміння самовираження та самопізнання.

Групова арт-терапія покликана:

- розвивати соціальні й комунікативні навички;
- надати взаємну підтримку членам групи і вирішити загальні проблеми;
- спостерігати результати своїх дій і їхній вплив на інших;
- засвоювати нові ролі і виявляти латентні (приховані) якості особистості, спостерігати, як модифікація рольової поведінки впливає на взаємини з іншими;
- підвищувати самооцінку і веде до зміцнення особистої ідентичності;
- розвивати навички прийняття рішень.

Для розвитку етнічної ідентичності ми використовуємо такі методи та техніки арт-терапії як терапія образотворчою діяльністю та бібліотерапія.

За В. Н. Мясищевим [33], методика бібліотерапії є складним поєднанням книговедіння, психології та психотерапії. Бібліотерапію можна віднести й до традиційної психотерапії мистецтвом. Теорія та практика бібліотерапії ще й досі не розроблені у достатній мірі. Проте цілюща дія книги на людину вже широко використовується лікарями та педагогами. Читання книг - це заповнення недоліків власного досвіду та власних переживань. З одного боку, людина ніби проживає десятки інших життів, радіє чужим радощам, здійснює вчинки та помилки та виходить переможцем зі складних ситуацій. Все це не може не впливати на емоції та почуття людини, на принципи підходів до життя та власних переживань. Даний метод буде ефективним при використанні для тренінгу різних фольклорних джерел (казки, оповідання, притчі, прислів'я та приказки) які є відображенням багатовікових особливостей та традицій етносу. Розглядаючи різноманітні джерела, їх можна використовувати як метафоричні образи для дослідження стереотипів та особливостей власного етносу, дослідження традицій та поглиблення знань.

### **3.3. Програма розвитку компонентів етнічної ідентичності студентів**

Метою програми є розвиток компонентів етнічної ідентичності у студентів методами когнітивно-поведінкової та арт-терапії.

Завдання програми:

1. Ознайомити студентів із сутністю поняття «етнічна ідентичність» та її компонентами.
2. Формування етнічної толерантності; ознайомлення із позитивними та негативними етнічними стереотипами.
3. Поглиблення знань про свій народ, створення позитивного образу власного етносу.

Очікувані результати програми:

1. Зростання показників валентності та чіткості етнічної ідентичності.

## 2. Зростання індексу етнічної толерантності.

Організація занять: заняття у формі соціально-психологічного тренінгу, тривалістю 2-3 години. Кількість учасників програми: 12-15 осіб.

Особливості проведення: ризик виникнення потреби проводити програму у дистанційному форматі з використанням платформ для відеозустрічей.

Критерії відбору до участі у програмі: залучаються студенти закладів вищої освіти.

Заняття мають наступну структуру:

- 1) ритуали привітання та прощання;
- 2) дискусії, бесіди, лекції;
- 3) інформаційні блоки;
- 4) робота з фольклорними джерелами;
- 5) обговорювання сюжетів фільмів;
- 6) аналізи фільмів;
- 7) аналіз та обговорення етнічних стереотипів;
- 8) тестів на виявлення типу етнічної ідентичності та рівня толерантності;
- 9) проведення рольових ігор;
- 10) вправ на комунікацію;
- 11) вправ на зняття напруги.

Етапи програми:

1. Когнітивний етап: розвиток вмінь усвідомлювати, сприймати та ідентифікувати власну етнічну ідентичність.

2. Емоційний етап: формування позитивної валентності та чіткості власної етнічної ідентичності.

3. Етап розвитку міжетнічної толерантності.

Корекційна програма написана з використанням методів, методик, технік та вправ наступних психологів та науковців: Г. У. Солдатової, С. І. Рижової, О. Е. Хухлаєва, Л. А. Шайгерова, М. Егетмаєра та інших.

## Перше заняття

Мета: знайомство учасників групи один з одним, прийняття правил групи, організаційні моменти, виявлення очікувань від учасників.

Вправа «Цікаве ім'я»

Мета: сприяти знайомству за допомогою розповіді про своє ім'я.

Тривалість: 15 хвилин.

Вправа «Особистий момент»

Мета: знайомство за допомогою використання особистих речей учасників.

Тривалість: 15 хвилин.

Вправа «Інтерв'ю»

Мета: активізувати знайомство між учасниками.

Тривалість: 25 хвилин.

Вправа «Прийняття правил»

Мета: прийняття правил групової роботи.

Тривалість: 15 хв.

Вправа «Трава-дерево»

Мета: руханка.

Час: 5 хвилин.

Вправа «Незакінчені речення»

Мета: формування учасниками власних очікувань.

Тривалість: 15 хвилин.

Вправа «Мені було... тому що...»

Мета: рефлексія, зняття напруження.

Тривалість: 10 хвилин.

Вправа «Комплімент»

Мета: формування комфортної та дружньої атмосфери у групі.

Тривалість: 10 хвилин.

## Друге заняття

Мета: налаштування на ефективну групову роботу, формування навичок групової взаємодії.

Вправа «Ритуал привітання»

Вправа «Безлюдний острів»

Мета: згуртувати учасників групи, командоутворення.

Тривалість: 40 хвилин (30 хвилин проведення + 10 хвилин рефлексія).

Матеріали: аркуш паперу з інструкцією, ручки.

Вправа «Моє послання у світ від імені моєї країни»

Мета: відпрацювання навичок самопрезентації та викладення важливих думок.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу, ручки.

Вправа «Весняний дощ»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Вправа «Чим ми схожі»

Мета: створення командної атмосфери.

Тривалість: 10 хвилин.

Вправа «Дух групи»

Мета: командоутворення за допомогою групової роботи.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: ватман, фломастери, кольорові олівці.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання фідбеку від учасників.

Тривалість: 15 хв.

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

### Третє заняття

Мета: ознайомлення учасників із поняттям «етнічна ідентичність» та її видами.

Вправа «Ритуал привітання»

Вправа «Дерево асоціацій»

Мета: з'ясувати рівень знань та уявлень учасників про етнічну ідентичність.

Тривалість: 10 хвилин.

Матеріали: фліп-чарт, стікери, фломастери.

Інформаційний блок «Що таке етнічна ідентичність та якою вона буває» [2].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Проведення методики оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (А.Н. Татарко, Н.М. Лебедевої).

Мета: оцінити емоційний компонент етнічної ідентичності, точніше, валентність (емоційну забарвленість) етнічної ідентичності, а також оцінити, наскільки ясно учасники відчують себе представниками свого народу.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: бланки відповідей, ручки, мультимедійне обладнання (для виведення обрахунків).

Вправа «Оплески»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Вправа «Як люди усвідомлюють зв'язок зі своїм етносом»

Мета: поглиблення усвідомлення власної етнічної ідентичності.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: картки із завданнями, ручки.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання зворотного зв'язку від заняття.

Тривалість: 15 хв.

Четверте заняття



Мета: ознайомлення з типологією та структурними компонентами етнічної ідентичності.

Вправа «Ритуал привітання»

Інформаційний блок «Типи етнічної ідентичності та структурні компоненти етнічної ідентичності» [19].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Презентація результатів дослідження типів етнічної ідентичності, етнічної афіліації, етноцентризму та етнічної толерантності, які проходили студенти перед початком програми.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Процедура: демонстрація результатів та їх обговорення у групі.

Вправа «Подаруй мені щось»

Мета: зняття емоційного напруження, руханка.

Тривалість: 15 хвилин.

Вправа «Оцінювання»

Мета: оцінка ефективності засвоєного матеріалу, сприяння креативному самовираженню.

Тривалість: 40 хвилин.

Матеріали: приладдя для письма, ресурсні матеріали (роздаткова інформація, підручники, книги, документи тощо) за темою пройденого матеріалу.

Вправа «Комплімент» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

#### П'яте заняття

Мета: усвідомлення цінностей свого народу та підкріплення позитивної валентності етнічної ідентичності.

Вправа «Ритуал привітання»

Перегляд фільму «Палаюча зима» (Winter on Fire: Ukraine's Fight for Freedom)

Мета: усвідомлення цінностей свого народу за допомогою фільму, що являє собою хроніку подій, як розгорталися в Україні потягом зими 2013-2014, і свідчить про формування нового руху за громадянські права, які відображають цінності, що формувалися упродовж декількох десятиліть.

Тривалість: 2 години 20 хвилин (100 хвилин фільм + 40 хвилин обговорення).

Вправа «Лимон»

Мета: управління станом м'язового напруження і розслаблення.

Тривалість: 5 хвилин.

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

#### Шосте заняття

Мета: виявити та усвідомити етнічні стереотипи.

Вправа «Ритуал привітання»

Робота з етнічними стереотипами

Мета: виявлення найпоширеніших стереотипів про різні народи.

Тривалість: 40 хвилин.

Вправа «Портрет типового українця»

Мета: виявлення поширених стереотипів про український етнос.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: ватмани, фломастери.

Процедура: тренер ділить учасників на дві підгрупи. Завдання першої групи написати усі позитивні стереотипи про українців, завдання другої групи – написати усі негативні стереотипи про українців. Потім по черзі обидві команди демонструють напрацювання та обговорюють звідки виник той чи інший стереотип.

Вправа «Перебудова»

Мета: зняття емоційного напруження, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Вправа «Етнічні ролі»

Мета: усвідомлення особливостей різних соціальних ролей в українському етносі.

Тривалість: 20 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу А4, ручки.

Інформаційний блок «Як формуються етнічні стереотипи?» [46].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання зворотного зв'язку від заняття.

Тривалість: 15 хв.

#### Сьоме заняття

Мета: формування навичок міжетнічної толерантності.

Вправа «Ритуал привітання»

Вправа «Горіх»

Мета: усвідомлення унікальності та неповторності кожної людини.

Тривалість: 10 хвилин.

Матеріали: волоські горіхи, кількість горіхів - трохи більша, ніж учасників.

Вправа «Ярлик»

Мета: усвідомлення необґрунтованості причин дискримінації людей, що належать до іншого етносу. Формування толерантного ставлення.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: стікери, ручки.

Вправа «Зміна місць»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Рольова гра «В нашому під'їзді» [48].

Мета:

- 1) аналіз ставлення до людей з інших етнічних та соціальних груп;
- 2) проаналізувати різноманітні стратегії вирішення проблем;
- 3) замислитись над лімітами толерантності;
- 4) розглянути взаємозв'язок між дискримінацією та конфліктами інтересів.

Тривалість: 80 хвилин.

Матеріали: рольові картки, нотатник для спостерігача, «підказки для знаходження рішення», ручки та папір для спостерігачів.

Вправа «Мені було...тому що...»

Мета: зняти напруження, дізнатись про настрій учасників після заняття.

Тривалість: 10 хвилин.

Вправа «Комплімент» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

#### Восьме заняття

Мета: підбиття підсумків. Отримання зворотнього зв'язку від учасників стосовно їх враження від розвивальної програми.

Вправа «Ритуал привітання»

Вправа «Завершення речення»

Мета: забезпечити зворотній зв'язок щодо основних моментів вивченого матеріалу.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: фліп-чарт, аркуші паперу А4, ручки.

Вправа «Лист побажань»

Мета: позитивне налаштування учасників.

Тривалість: 20 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу А4, ручки.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримати зворотній зв'язок від учасників про корекційну програму в цілому.

Тривалість: 30 хв.

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

### **3.4. Апробація програми розвитку етнічної ідентичності студентів**

З метою апробації програми нами було проведено 5 онлайн-занять з розвитку етнічної ідентичності. Тривалість цих занять була 90 хв. кожне. Заняття були модифіковані під онлайн формат. Дані заняття були проведені для 5 студентів першого курсу спеціальності «Психологія» Сумського державного університету.

Під час першого та другого занять учасники знайомилися з поняттями етнічної ідентичності, її відмінністю від національної ідентичності. З'ясовували власне ставлення до свого етносу за допомогою асоціативного ряду та методу продовження речень.

Друге заняття було присвячено дослідженню власного домінуючого типу етнічної толерантності та дослідженню індивідуальних особливостей прояву різних компонентів етнічної толерантності.

На третьому занятті студенти виявляли та обговорювали різноманітні стереотипи та упередження щодо власної етнічної ідентичності. Знайомилися з поняттями позитивних та негативних стереотипів, їх значенням у житті людини. Також, за допомогою інтерактивних вправ студенти відтворювали та обговорювали образи різних представників власного етносу.

Четверте заняття було присвячено виявленню та подоланню негативних міжетнічних стереотипів. Студенти розвінчували міфи про різні народи та з'ясовували як вони впливають на формування етнічної ідентичності.

На заключному п'ятому занятті студенти закріплювали нові знання, проясняли незрозумілі моменти та ділилися зворотнім зв'язком щодо серії тренінгів.

Отже, нами було проведено 5 онлайн-занять тривалістю 90 хв. кожне для розвитку етнічної ідентичності студентів закладів вищої освіти, на яких розбиралися поняття та структура етнічної ідентичності, обговорювалися

питання етнічної толерантності, відпрацьовувалися техніки подолання негативних етнічних стереотипів. В цілому, результати даних занять можна оцінити як задовільні: учасники отримали не тільки теоретичні знання, а й практичні вміння, відпрацювали їх під час занять, проаналізували своє ставлення до власного етносу та визначили домінуючий у них тип етнічної ідентичності; тренеру вдалося реалізувати заплановану програму без значних змін в рамках запланованого часу. Для покращення занять рекомендується залишити офлайн формат проведення, онлайн формат також може використовуватися з деякими корективами, та збільшити кількість часу для проведення занять з 90 хв. до 120 хв, що дасть можливість глибше ознайомитися з темою занять та краще відпрацювати практичну частину.

### **Висновки до розділу 3**

1. Розроблена програма спрямована на розвиток етнічної ідентичності студентів у закладах вищої освіти. Серед методів розвитку етнічної ідентичності одним з основних є соціально-психологічний тренінг (СПТ). Програма включає в себе інформаційно-пізнавальний та розвивальні компоненти.

2. Програма складена з використанням методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії: відстеження власних думок, виявлення та дослідження переваг та недоліків власних стереотипних думок, метод сократівського діалогу, модифікацію образів та використання метафор, терапія образотворчою діяльністю та бібліотерапія.

3. Програма розвитку компонентів етнічної ідентичності передбачає, що по закінченню учасники будуть знати структуру та поняття етнічної ідентичності, методи застосування етнічної толерантності, виявляти та аналізувати власні етнічні стереотипи та етнічні стереотипи з боку інших. Поглиблять знання про власний етнос, сформуують його позитивний образ, усвідомлюючи всі недоліки та переваги власної етнічної приналежності.

4. З метою апробації програми було проведено 5 онлайн-занять тривалістю 90 хв. кожне для розвитку етнічної ідентичності студентів закладів вищої освіти, на яких розбиралися поняття та структура етнічної ідентичності, обговорювалися питання етнічної толерантності, відпрацьовувалися техніки подолання негативних етнічних стереотипів.

5. Проведення даної програми розвитку є ефективним інструментом для розвитку етнічної ідентичності студентів у закладах вищої освіти за умови спрямованості студентів до роботи над собою, до дослідження та вивчення нової інформації, здобуття нових вмінь та навичок. Якісно реалізована програма зможе забезпечити позитивні особистісні зміни, стабілізацію міжособистісного спілкування та зацікавленість студентів у суспільних процесах.

## ВИСНОВКИ

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню проявів етнічної ідентичності у студентів із різним рівнем етнічної толерантності, дослідженню структурних компонентів етнічної ідентичності та дослідженню проявів етнічної толерантності студентів закладів вищої освіти. У роботі передбачено написання програми розвитку. Програма передбачає розвиток компонентів етнічної ідентичності. Вона складалася на основі методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії. Таким чином, програма має позитивно впливати на ставлення студентів до свого етносу, розуміння його особливості та унікальності, як і інших етнічних груп.

1. Поняття етнічна ідентичність визначається нами як це усвідомлення себе представником певного етносу, переживання людиною своєї тотожності з однією етнічною спільністю і відділення від інших. До найбільш характерних ознак етнічної ідентичності належать мова, спосіб життя, походження, традиції, цінності і норми, історична пам'ять і характерна зовнішність. Відповідно до цього вчені виділяють шість типів етнічної ідентичності: етніцизм, етнічну індиферентність, норму (позитивну етнічну ідентичність), етнічногоїзм, етнічноізоляціонізм, та етнічностізм. Також нами було систематизовано компоненти етнічної ідентичності, а саме когнітивний компонент (знання та уявлення про власну групу, усвідомлення себе її членом), афективний компонент (відчуття приналежності до групи, оцінка її якостей, відношення до членства в ній) та поведінковий компонент (прояв себе як члена етнічної групи).

2. Поняття етнічна толерантність у нашій роботі визначено як здатність та установка приймати особливості іншої культури та її представників, відмовляючись від стереотипів та установок, щодо них. Етнічна толерантність також включає в себе здатність до ефективної міжкультурної взаємодії, яка заключається в компетентностях пізнавальної діяльності та психологічному комфорті учасників спілкування.



3. Під час емпіричного дослідження нами було виявлено, що для опитаних студентів характерними домінуючими типами виявилися позитивна етнічна ідентичність, що вважається нормою, етнічна індиферентність та етнофанатизм, які є проявами гіперідентичності. У більшості опитаних виявлено високий рівень загальної вираженості етнічної ідентичності. Також, у половини опитаних виявлено високий рівень афективного компоненту, а високий рівень когнітивного компоненту притаманний більшості опитаних. Це доводить, що у більшості опитаних досить високий рівень знань та зацікавленості про власний народ, а також висока емоційна реакція щодо нього.

4. За результатами кореляційного аналізу були виявлені такі особливості: 1) чим менш актуальною є для людини етнічна ідентичність, тим слабкіше вона буде проявлятися, викликати інтерес та усвідомлюватися, і навпаки; 2) чим більш у людини виражена етнічна ідентичність, тим більш вона буде зацікавлена у вивченні та дослідженні власного етносу, його історії, побуту та традицій; 3) так як афективний компонент включає у себе ставлення до етнічної спільноти, оцінку приналежності до етносу, етнічні вподобання, то ми можемо чітко простежити зв'язок цих факторів із гіпо- або гіперпроявами етнічної ідентичності.

5. Більшість опитаних мають середній показник етнічної толерантності. Толерантне ставлення до іншого етносу супроводжується позитивним ставленням до власного етносу, відкритістю іншим національним культурам, відсутністю упереджень по відношенню до міжетнічних шлюбів, визнанням за своїм народом права вирішувати певні проблеми за рахунок інших, але неготовністю йти на будь-які дії заради етнічних інтересів. Щодо співвіднесення компонентів етнічної ідентичності за виявленими рівнями етнічної толерантності, можна припустити: 1) у осіб із високим рівнем етнічної толерантності загальна вираженість етнічної ідентичності вища, ніж у осіб із середнім рівнем етнічної толерантності; 2) чим більш позитивно людина

оцінює власну етнічну групу та приналежність, тим більш безоціночно вона буде ставитися до етнічної приналежності інших.

6. На основі отриманих емпіричних даних нами була розроблена програма розвитку когнітивних компонентів етнічної ідентичності студентів закладів вищої освіти. Програма складена з використанням методів когнітивно-поведінкової та арт-терапії: відстеження власних думок, виявлення та дослідження переваг та недоліків власних стереотипних думок, метод сократівського діалогу, модифікацію образів та використання метафор, терапія образотворчою діяльністю та бібліотерапія. Програмою передбачено 8 занять тривалістю 120 хвилин кожне.

7. Висунуті нами припущення були підтверджені, а саме:

- у студентів із високим рівнем етнічної толерантності загальна вираженість етнічної ідентичності вища, ніж у студентів із середнім рівнем етнічної толерантності;

- чим більш позитивно студенти оцінюють власну етнічну групу та приналежність, тим більш безоціночно вони будуть ставитися до етнічної приналежності інших;

- когнітивний та афективний компоненти етнічної ідентичності потребують цілеспрямованого розвитку у період студентства.

Перспективи подальших досліджень ми вбачаємо в дослідженні інших структурних компонентів етнічної ідентичності та їхнього взаємозв'язку з етнічною толерантністю, що дозволить нам більш детально дослідити психологічні особливості етнічної ідентичності та етнічної толерантності студентів та допоможе більш цілісно підійти до розвитку етнічної ідентичності та етнічної толерантності у студентів закладів вищої освіти.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адорно Т. Теория эстетики / пер. з нім. Петро Таращук. К. : Основи, 2002. 518 с.
2. Антонова Н.В. Проблема личностной идентичности в интерпретации современного психоанализа, интеракционизма и когнитивной психологии. URL : <http://www.elib.org.ua> (дата звернення: 13.04.2021).
3. Бардиер Г.Л. Социальная психология толерантности. Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2005. 120 с.
4. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Москва : Прогресс, 1986. 422 с.
5. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-и т. Т.3. Проблемы развития психики. Москва : Педагогика, 1982. 368 с.
6. Ганди М. Антология гуманной педагогики. URL: [http://krotov.info/libr\\_min/04\\_g/an/di\\_03.htm](http://krotov.info/libr_min/04_g/an/di_03.htm). (дата звернення: 16.04.2021).
7. Гарбузова Г. В. Студенческое самоуправление как средство формирования профессиональной идентичности будущих специалистов : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Ярославль, 2009. 22 с.
8. Гелнер Е. Нації та націоналізм; Націоналізм: Пер. з англ. Київ : Таксон, 2003. 300 с.
9. Грушевицкая Т.Г., Попков В.Д., Садохин А.П. Основы межкультурной коммуникации: Учебник для вузов / под ред. А.П. Садохина. Москва : ЮНИТА-ДАНА, 2002. 352 с.
10. Гуссерль Э. Логические исследования Том I. Прологомены к чистой логике / пер. с нем. Э. А. Бернштейна ; под ред. С. Л. Франка. Новая редакция Р. А. Громова. Москва : Академический проект, 2011.
11. Делез Ж., Гваттари Ф. Ризома. Философия эпохи постмодерна: Сб. переводов и рефератов. Минск, 1996. С. 6–31.
12. Дробышева Л. М. Историческое самосознание как часть национального самосознания народов. Традиции в современном обществе.

- Исследование этнокультурных процессов. Москва : Политиздат, 1990. С. 226–223.
13. Дэвид Мацумото. Психология и культура. 12-е издание. 2003. URL: [http://krotov.info/lib\\_sec/13\\_m/maz/umoto\\_0.htm](http://krotov.info/lib_sec/13_m/maz/umoto_0.htm) (дата звернення: 16.05.2021).
  14. Етнічна самосвідомість та міжетнічна взаємодія в сучасному світі збірник наукових праці / за ред. :Кузікової С. Б., Щербакової І. М., Пасічник Н. О.]. Суми: Видво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 376 с.
  15. Залановська Л.І. Методологія дослідження міжетнічної толерантності студентської молоді західного та східного регіонів України. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Т.1. Вип. 105. Чернігів: ЧНПУ, 2012. С.117-120.
  16. Індекс толерантності за методикою Солдатової. Експрес - опитувальник «індекс толерантності». URL: <https://actionvideo.ru/uk/slovar/indeks-tolerantnosti-po-metodike-g-u-soldatovoi-ekspres---oprosnik.html> (дата звернення: 12.05.2021).
  17. Иванова Н. Л. Социальная идентичность : теория и практика. Москва : Изд-во СГУ, 2009. 456 с.
  18. Ивкова Ю. П. Формирование этнической толерантности старшеклассников в деятельности классного руководителя: автореф. дисс. канд. пед. наук. Петрозаводск. 2006.
  19. Истомина О. Б. О типах этнической идентичности. *Социологические исследования*. 2011. № 11. С. 61-65.
  20. Копотун М. М. Соціально-психологічні чинники життєвого цілепокладання студентської молоді : автореф. дис. на здобуття наук. Ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Київ, 2009. 20 с.
  21. Крылов М. П. К теории региональной идентичности. *Идентичность как предмет политического анализа*: сб. статей по итогам всероссийской

- науч.-теоретич. конф. (ИМЭМО РАН, 21–22 октября 2010 г.). Москва : ИМЭМО РАН, 2011. С. 212–216.
22. Крысько В. Г. Словарь-справочник по социальной психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 416 с.
  23. Кун М., Макпартлэнд Т. Эмпирическое исследование установок личности на себя. *Современная зарубежная социальная психология: тексты* / Под ред. Г.М. Андреевой, И.Н. Богомоловой. Москва : Изд-во МГУ. 1984. С. 180–187.
  24. Лебедева Н. М., Татарко А. Н. Социально-психологические факторы этнической толерантности и стратегии межгруппового взаимодействия в поликультурных регионах России. *Психол. журн.* 2003. Т. 24. №5. С. 31-41
  25. Лебедева Н. М. Этническая и кросс-культурная психология. Москва : МАКС Пресс, 2011. 424 с.
  26. Левінас Е. Етика і Безкінечність. Port- Royal, 2001. 140 с.
  27. Мала енциклопедія етнодержавознавства / відп. ред., кер. авт. Колективу Ю.І. Римаренко. Київ : Генеза, Довіра, 1996. 942 с.
  28. Москаленко В. В. Соціальна психологія. К: Центр навчальної літератури, 2005. 624 с.
  29. Московичи С. Социальные представления: исторический взгляд. *Психологический журнал.* 1995. Т. 16, № 1, № 2. С. 3 – 19, С. 4-20.
  30. Мубинова З.Ф. Воспитание национального самосознания и межэтнической толерантности в процессе преподавания обществоведческих наук в многонациональной городской школе: на примере школ Республики Башкортостан. Уфа, 1998. 191 с.
  31. Мухина В. С. Детская психология. Москва : Просвещение, 1985. 272 с.
  32. Мухина В. С. Возрастная психология. Москва, 2006. 608 с.
  33. Мясищев В. Н. Библиотерапия как средство регуляции. Москва, 1995 г. 329 с.

34. Навчально-методичні проблеми розробки сценаріїв реалізації конструктивних функцій етнокультури в інформаційному суспільстві: посібник / М.-Л.А. Чепи, М.І. Савіна, С.Є. Солодчук [та ін.]; за редакцією Чепи М.-Л.А. К.: Педагогічна думка, 2015. 80 с.
35. Олійник Я. Б., Гнатюк О. М. Територіальна ідентичність населення Подільського регіону : монографія. Київ : ВПЦ "Київський університет", 2017. 223 с.
36. Палаткина Г. В. Формирование этнотолерантности у младших школьников. *Начальная школа*. 2003. № 11. С. 65–72.
37. Подольська Є. А. Культурологія. Київ : Велес, 2003. 287 с
38. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Издательство «Питер», 2000. 712 с.
39. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы : теория и практика. Москва : Прогресс, 1993. 368 с.
40. Сартр Ж.-П. Бытие и ничто. Опыт феноменологической онтологии. Москва : АСТ, 2015.
41. Соколов В.М. Толерантность: состояние и тенденции. Социология культуры. Социологические исследования. 2003. № 8. С. 54-63.
42. Солдатова Г.У. Психология межэтнической напряженности. Москва : Смысл, 1998. 386с.
43. Солдатова Г.У., Шайгеровой Л. А. Психодиагностика толерантности личности. Москва : Смысл, 2008. 172 с.
44. Співак Л. М., Піонтковська Д. В. Проблема національної ідентичності у просторі вікової психології. *Науково-практичний журнал «Психологія». Тематичний спецвипуск «Психологія особистості: теорія, досвід, практика»*. Одеса: ПНЦ НАПН України, 2012. № 6. С. 104–197.
45. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология. Москва : Аспект-Пресс, 2006. 320 с.
46. Стефаненко Т. Г. Этнопсихология: практикум. Москва : Аспект-пресс, 2008. 224 с.

47. Стефаненко Т. Г. Социально-психологические аспекты изучения этнической идентичности. URL: <http://flogiston.ru/articles/social/ethnic> (дата звернення: 09.05.2021).
48. Степико М. Т. Українська ідентичність: феномен і засади формування : монографія. Київ : НІСД, 2011. 336 с.
49. Татарко А. Н., Лебедева Н. М. Методы этнической и кросскультурной психологии. Москва : НИУ ВШЭ, 2011. 238 с.
50. Токарева Н. М., Шамне А. В. Основи вікової психології: навчально-методичний посібник. Кривий Ріг, 2013. 283 с.
51. Толстой Л.Н. Путь жизни. Москва : Республика, 1993. 431 с.
52. Форверг М., Альберг Т. Характеристика СПТ поведения. *Психологический журнал*. 1984. Т.5, № 4.
53. Фуко М. Археологія знання / Пер. з фр. В. Шовкун. Київ : Вид-во Соломії Павличко "Основи", 2003. 326 с.
54. Шлягина Е. И. Методы исследования этнической толерантности личности. *Методы этнопсихологического исследования*. 1993. № 6. С. 28-54.
55. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент. Москва : Изд-во Моск. психол.-социал. ин-та, 2004. 600 с.
56. Щербаков М. А. Модель уровней самоидентификации личности. URL: <http://mitin.com.ua/osoznanie/samoidentifikaciya-lichnosti-ktozdes.htmlixzz3zPsYqaB7> (дата звернення: 16.04.2021).
57. Эльконин Б. Д. Детская психология. Москва : Академия. 2007. 384 с.
58. Эриксон Э. Идентичность : Юность и кризис / пер. с англ. Москва : Издательская группа «Прогресс», 1996. 344 с.
59. Эриксон Е. Идентичность и неукорененность в наше время. *Филос.науки*, 1995, № 5–6.
60. Ясперс К. Смысл и назначение истории / Пер. с нем. 2-е изд. Москва : Республика, 1994. 527 с.

61. Bennett Christine I. (1990) Comprehensive multicultural education: theory and practice. Boston: Allyn and Bacon. P.294.
62. Berry J. W., Sam D. L. Contexts of acculturation. *The Cambridge handbook of acculturation psychology*. Cambridge: Cambridge University Press, 2006. PP. 27-44.
63. Berry J. W., Poortinga Y. H., Segall M. H. Cross-Cultural Psychology: Research and Applications. Second Edition. Cambridge: University Press, 2002. 558 p.
64. Breakwell G.M. Social Representations and Social Identity. Papers on Social Representations = Textessurles Représentations Sociales. 1993. Vol. 2 (3). P. 1–20. URL: [http://www.psr.jku.at/PSR1993/2\\_1993Brea2.pdf](http://www.psr.jku.at/PSR1993/2_1993Brea2.pdf). (дата звернення: 15.04.2021).
65. Deleuze G. The Logic of Sense. Moscow, Publishing Centre «Academy», 1995. 346 p.
66. Dovidio J. F., Gaertner S. L., Validzic A. Intergroup bias: Status, differentiation, and a common in-group identity. *Journal of Personality and Social Psychology*. PP. 109–120.
67. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. London: Faber&faber. P. 24.
68. Foucault, M. About the Beginning of the Hermeneutics of the Self: Two Lectures at Dartmouth. *Political Theory*. 1993. 2 (21). 198–227.
69. Jaspers K. Der philosophische Glaube angesichts der Offenbarung, Munch., 1962, S. 225.
70. Lévinas E. Transcendance et hauteur. *Liberté et commandement*. Fata Morgana, 1994. C. 59–123.
71. Sartre J.-P. Esquisse d'une theorie des emotions. Paris, 2015.



## ДОДАТКИ

Додаток А «Програма розвитку компонентів етнічної ідентичності студентів»

### Перше заняття

Мета: знайомство учасників групи один з одним, прийняття правил групи, організаційні моменти, виявлення очікувань від учасників.

Вправа «Цікаве ім'я»

Мета: розповісти цікаві факти про власне ім'я.

Тривалість: 15 хвилин.

Процедура: учасникам пропонується розповісти щось цікаве про власне ім'я, щоб воно краще запам'яталося іншими.

Після закінчення вправи учасники формують ритуал вітання, який використовуватимуть протягом подальших занять.

Вправа «Особистий момент»

Мета: знайомство за допомогою особистих речей учасників.

Тривалість: 15 хвилин.

Процедура: учасникам пропонується розповісти про себе від імені певної особистої речі (книжка, елемент одягу, прикраса тощо).

Вправа «Інтерв'ю»

Мета: сприяти знайомству учасників.

Тривалість: 25 хвилин.

Процедура: рандомним способом тренер ділить учасників на пари. Кожній парі дається 5 хвилин щоб по черзі взяти інтерв'ю один в одного. Під час опитування варті дізнатися три факти про свого партнера, а потім презентувати їх у загальному колі.

Питання для рефлексії:

1. Які складнощі виникли під час «інтерв'ю»?
2. Кого з пари було простіше представляти та чому?

Вправа «Прийняття правил»

Мета: прийняття правил групової роботи.

Тривалість: 15 хв.

Процедура: тренер пропонує учасникам перелік правил роботи у групі, пояснює їх значення, якщо це потрібно. Учасники спільно погоджуються або не погоджуються із запропонованим правилом. Погоджені правила записуються тренером або одним із учасників на фліп-чарті.

Перелік правил:

1. Не критикувати інших.
2. Правило «вільної ноги».
3. Не користуватися смартфоном без потреби використання в цілях заняття.
4. Бути щирим та доброзичливим до інших.
5. Конфіденційність.
6. Бути активним.
7. Мати можливість сказати «ні».
8. Давати зворотній зв'язок за потреби.
9. Мати право отримувати підтримку з боку групи за потреби.
10. Не говорити про присутніх у третій особі.
11. Не запізнюватися на заняття.

Вправа «Трава-дерево»

Мета: руханка.

Час: 5 хвилин.

Процедура: всі стають у коло. Тренер каже: «Я буду говорити два слова: трава або дерева. Якщо я скажу «трава», то ви всі повинні сісти, якщо «дерева» – встати.» Тренер може називати інші слова і таким чином плутати учасників. Якщо хтось переплутає і встане або сяде не вчасно, він сідає на місце.

Вправа «Незакінчені речення»

Мета: дослідити очікування учасників.

Тривалість: 15 хвилин.

Процедура: тренер роздає кожному учаснику аркуш паперу, на якому написані такі незакінчені речення:

- а) від тренера я очікую...;
- б) від інших учасників я очікую...;
- в) від себе я очікую...;
- г) мета, яку я маю намір досягти...

Тренер пропонує кожному відповісти на запитання одразу, або після короткого обговорення в парах, малих групах, всією групою, потім збирає заповнені аркуші. Коли програма завершиться, ці аркуші будуть роздані учасникам знову, щоб вони могли вирішити, якою мірою програма задовольнила їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумкової оцінки відвідувань програми.

Питання для рефлексії:

1. Який із пунктів було найважче сформулювати, а який найлегше?

Вправа «Мені було...тому що...»

Мета: зняти напруження, дізнатись про настрій учасників після заняття.

Тривалість: 10 хвилин.

Процедура: тренер пропонує учасникам висловити власні думки приводу заняття, доповнюючи незакінчене речення: «Мені було...тому що...»

Вправа «Комплімент»

Мета: позитивне підкріплення для кожного учасника групи, формування позитивної та довірливої атмосфери в групі.

Тривалість: 10 хвилин.

Процедура: учасники по колу, звертаючись до свого сусіда, повинні продовжити фразу: «Ти молодець, тому що...»

### Друге заняття

Мета: налаштування та продуктивну та ефективну групову роботу.

Вправа «Ритуал привітання»

Учасники кожного заняття використовують ритуал привітання, який узгодили на першому занятті.

### Вправа «Безлюдний острів»

Мета: згуртувати учасників групи, командоутворення.

Тривалість: 40 хвилин (30 хвилин проведення + 10 хвилин рефлексія).

Матеріали: аркуш паперу з інструкцією, ручки.

Процедура:

1. Тренер зачитує інструкцію: «Уявіть собі, що в результаті аварії корабля ви опинилися на безлюдному острові. У найближчі 20 років ви не зможете повернутися до нормального життя, у ваші рідні краї. Ваше завдання полягає у створенні для себе умов життя та побуту, які змогли б вас задовольнити.

Вам необхідно:

- А) освоїти острів, організувати на ньому господарство;
- Б) налагодити на ньому соціальне життя (створити організацію, розподілити функції, ролі, обов'язки і т.д.);
- В) встановити правила і норми спільного життя на острові (у формі десяти основних приписів).

На це вам дається півгодини і повна свобода дій в рамках пунктів А–В».

Учасники під час групової роботи мають прописати всі пункти та обрати того, хто отім презентує спільні напрацювання.

Питання для рефлексії:

1. Що ви відчували під час організації життя на острові?
2. Яку роль ви виконували на острові?
3. Ви були задоволені цією роллю?
4. Якщо ролі немає, то яка роль вам більше б підійшла?
5. Як сприймалося поведінку інших на острові?

Вправа «Моє послання у світ від імені моєї країни»

Мета: тренування чіткого викладення власних думок.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу, ручки.

Процедура: учасники мають придумати та скласти послання від імені України для інших країн. Але, щоб краще донести свій меседж вони мають обрати українського героя (реального чи уявного), від імені якого буде звучати промова.

На виступ дається 5 хвилин, на підготовку 7-10. Тренер має сприяти обговоренню важливих моментів учасниками у групі.

Вправа «Весняний дощ»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Процедура: учасники утворюють дві групи. Перша група повинна стукати по підлозі ногами, друга – плескати в долоні. За командою ведучого учасники починають плескати в долоні і стукати ногами. Коли ведучий піднімає руку вгору, учасники ляскають і стукати голосно, коли опускає руку – учасники стукають тихо.

Вправа «Чим ми схожі»

Мета: створення командної атмосфери..

Тривалість: 10 хвилин.

Процедура: тренер має запросити одного з учасників за схожою ознакою вийти в коло, і так по черзі, доки не встануть усі учасники. Потрібно акцентувати увагу на схожості та подібності учасників тренінгу.

Вправа «Дух групи»

Мета: командоутворення за допомогою групової роботи.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: ватман, фломастери, кольорові олівці.

Процедура: учасники мають намалювати фігуру, що уособлює групу, дати їй назву.

Питання для рефлексії:

1. Які складнощі виникли під час групової роботи? Чому?
2. Хто перейняв на себе роль лідера?
3. Хто проявляв найменшу ініціативу? Чому?

4. Що символізує дана фігура та чому відображає саме такий «дух групи»?

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання зворотного зв'язку від учасників.

Тривалість: 15 хв.

Процедура: учасники по черзі діляться своїми враженнями про заняття, дають зворотній зв'язок та відповідають на питання:

-що сподобалось?

-що відчували під час заняття?

-чого не вистачило?

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

#### Третє заняття

Мета: ознайомлення учасників із поняттям «етнічна ідентичність» та її видами.

Вправа «Ритуал привітання»

Учасники щодня використовують однаковий ритуал, який було вигадано та погоджено на першому занятті.

Вправа «Дерево асоціацій»

Мета: з'ясувати рівень знань та уявлень учасників про етнічну ідентичність.

Тривалість: 10 хвилин.

Матеріали: фліп-чарт, стікери, фломастери.

Процедура: тренер малює дерево на фліп-чарті та пропонує учасникам написати на стікерах асоціацію із поняттям етнічна ідентичність. Учасники по черзі мають озвучити свою асоціацію та прикріпити стікер до фліп-чарту.

Інформаційний блок «Що таке етнічна ідентичність та якою вона буває» [2].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Проведення методики оцінки позитивності та невизначеності етнічної ідентичності (А.Н. Татарко, Н.М. Лебедевої).

Мета: оцінити емоційний компонент етнічної ідентичності, точніше, валентність (емоційну забарвленість) етнічної ідентичності, а також оцінити, наскільки ясно учасники відчують себе представниками свого народу.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: бланки відповідей, ручки, мультимедійне обладнання (для виведення обрахунків).

Процедура: тренер роздає бланки та зачитує інструкцію. Потім на проектор виводиться метод обрахунку. Після закінчення проходження методики учасникам пропонується обговорити отримані результати.

Питання для рефлексії:

1. На які питання складно було відповісти? Чому?
2. Чому, на вашу думку, вийшов саме такий результат?
3. Чи хотіли б ви змінити отриманий результат?

Вправа «Оплески»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Процедура: тренер просить піднятися учасників з місць за певною ознакою, інші мають підтримати їх оплесками, і так декілька разів.

Вправа «Як люди усвідомлюють зв'язок зі своїм етносом»

Мета: поглиблення усвідомлення власної етнічної ідентичності.

Тривалість: 20 хвилин.

Матеріали: картки із завданнями, ручки.

Процедура: спочатку пропонується об'єднатися у невеликі групи по 3-5 осіб. Після цього кожен із присутніх отримує картку із завданням закінчити декілька речень, а саме:

- «Як представник свого етносу, я...»;
- «На противагу багатьом представникам свого етносу, я...»;
- «Я відчуваю приналежність до свого народу, якщо...»;

- «Бути представником свого народу для мене означає...».

Учасники мають дати відповіді на вищеперераховані питання. Після того вони мають проаналізувати відповіді у групах, акцентуючи увагу на кожній.

Після проведення цієї вправи учасники діляться своїми враженнями від своєї участі у ній.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання зворотного зв'язку від заняття.

Тривалість: 15 хв.

Процедура: учасники по черзі відповідають на питання: «Чим сьогоднішнє заняття допомогло мені? Що сподобалось та що було корисно?», потім передають слово іншому учаснику, роблячи йому комплімент.

#### Четверте заняття

Мета: ознайомлення з типологією та структурними компонентами етнічної ідентичності.

Вправа «Ритуал привітання»

Інформаційний блок «Типи етнічної ідентичності та структурні компоненти етнічної ідентичності» [19].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Презентація результатів дослідження типів етнічної ідентичності, етнічної афіліації, етноцентризму та етнічної толерантності, які проходили студенти перед початком програми.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

Процедура: демонстрація результатів та їх обговорення у групі.

Вправа «Подаруй мені щось»

Мета: зняття емоційного напруження, руханка.

Тривалість: 15 хвилин.



Процедура: тренер запрошує одного з учасників в центр кола, а іншим пропонує уявити, що в нього сьогодні день народження. Завдання групи подарувати щось імениннику. Кожен з учасників має продемонструвати свій подарунок за 5-10 секунд за допомогою жестів та міміки. Хто вгадує, той міняється місцями з іменником у центрі кола.

Вправа «Оцінювання»

Мета: оцінити ефективність засвоєного матеріалу, проявити креатив учасників.

Тривалість: 40 хвилин.

Матеріали: приладдя для письма, ресурсні матеріали (роздаткова інформація, підручники, книги, документи тощо) за темою пройденого матеріалу.

Процедура: тренер розподіляє учасників на три малі групи. Кожна група має вигадати собі назву. За допомогою ресурсних матеріалів кожна група має вигадати по два питання. Ресурсні матеріали необхідно прибрати коли питання будуть сформовані. Перша група має поставити питання другій, а друга має відповісти максимально повно. Третя група критикує другу та дає оцінку відповіді за 10-ти бальною шкалою. Потім групи міняються місцями. Можна грати до певної суми балів, а для заохочення вигадати приз найкмітливішій групі.

Питання для рефлексії:

1. Що найбільш корисним було із пройденого матеріалу?
2. Чи складно було складати питання?
3. Чи складно було на них відповідати?
4. Як проходила групова робота?

Вправа «Комплімент» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

П'яте заняття

Мета: усвідомлення цінностей свого народу та підкріплення позитивної валентності етнічної ідентичності.

Вправа «Ритуал привітання»

Перегляд фільму «Палаюча зима» (Winter on Fire: Ukraine's Fight for Freedom)

Мета: усвідомлення цінностей свого народу за допомогою фільму, що являє собою хроніку подій, як розгорталися в Україні потягом зими 2013-2014, і свідчить про формування нового руху за громадянські права, які відображають цінності, що формувалися упродовж декількох десятиліть.

Тривалість: 2 години 20 хвилин (100 хвилин фільм + 40 хвилин обговорення).

Процедура: учасники дивляться фільм, а потім його обговорюють.

Питання для обговорення:

1. Які емоції у вас виникли під час перегляду фільму?
2. Чи відображено у фільмі основні риси українського етносу? Які саме?
3. У чому різниця між народом та нацією?
4. Чи завжди народ та нація відображають однакові риси, цінності, характеристики?
5. Які відмінності (якщо вони є) між українським етносом та українською нацією?

Вправа «Лимон»

Мета: управління станом м'язового напруження і розслаблення.

Тривалість: 5 хвилин.

Процедура: сядьте у зручну позу та покладіть руки на коліна долонями вгору. Уявіть, що у правій руці тримаєте лимон. Починайте вільно його стискати до тих пір, доки не вичавили весь сік. Потім уявіть, що лимон у лівій руці. Потім, що в обох. Розслабтеся та насолодіться станом спокою.

Розслабтеся. Насолоджуйтеся станом спокою.

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

### Шосте заняття

Мета: виявити та усвідомити етнічні стереотипи.

Вправа «Ритуал привітання»

Робота з етнічними стереотипами

Мета: виявлення найпоширеніших стереотипів про різні народи.

Тривалість: 40 хвилин.

Процедура: учасники по черзі розглядають яскраві характерні зображення представників різних етносів і описують деякі аспекти життя цих людей, згідно їхнього етносу.

Наприклад:

-сімейний стан;

-рід діяльності, захоплення, особистісні якості та особливості характеру;

-система цінностей;

-уявлення про себе самого;

-улюблений колір, їжа і т.п.

Питання для рефлексії:

1. З чого ви зробили такі висновки про зображену людину?
2. Звідки ви дізналися про цей етнос?
3. Що з названого вами може виявитися стереотипом та чому?

Вправа «Портрет типового українця»

Мета: виявлення поширених стереотипів про український етнос.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: ватмани, фломастери.

Процедура: тренер ділить учасників на дві підгрупи. Завдання першої групи написати усі позитивні стереотипи про українців, завдання другої групи – написати усі негативні стереотипи про українців. Потім по черзі обидві команди демонструють напрацювання та обговорюють звідки виник той чи інший стереотип.

### Вправа «Перебудова»

Мета: зняття емоційного напруження, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Процедура: тренер пропонує учасниками рухатися у хаотичний спосіб, а за сигналом утворити пару з іншим учасником у один із запропонованих способів.

### Вправа «Етнічні ролі»

Мета: усвідомлення особливостей різних соціальних ролей в українському етносі.

Тривалість: 20 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу А4, ручки.

Процедура: учасників ділять на підгрупи по 2-3 особи та пропонують кожній із підгруп описати слова «дорослий», «батько», «мати», «чоловік», «жінка» в уявленні етносу. Потім напрацювання демонструють та обговорюють у групі.

Інформаційний блок «Як формуються етнічні стереотипи?» [46].

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: мультимедійне обладнання.

### Вправа «Рефлексія»

Мета: отримання зворотного зв'язку від заняття.

Тривалість: 15 хв.

Процедура: учасники по черзі відповідають на питання: «Чим сьогоднішнє заняття допомогло мені? Що сподобалось та що було корисним?», потім передають слово іншому учаснику, роблячи йому комплімент.

### Сьоме заняття

Мета: формування навичок міжетнічної толерантності.

### Вправа «Ритуал привітання»

### Вправа «Горіх»

Мета: усвідомлення унікальності та неповторності кожної людини.

Тривалість: 10 хвилин.

Матеріали: волоські горіхи, кількість горіхів має бути трішки більшою, ніж учасників.

Процедура: учасникам демонструється миска з волоськими горіхами і задається питання: «Чим ці горіхи відрізняються один від одного?»

Відповіді зазвичай однакові: «Нічим не відрізняються. Лінії різні. Розмірами».

Після цього кожен учасник бере собі горіх і розглядає його протягом декількох хвилин, намагаючись запам'ятати. Потім горіхи збираються назад у тару і перемішуються. Після цієї процедури учасникам пропонується знайти свій горіх. Коли кожен учасник знайде свій горіх, необхідно запитати, за якими ознаками вони його знайшли. Будьте готові при описі горіхів на цей раз вислухати потоки красномовства. В кінці вправи запитати, в яких ситуаціях ми починаємо помічати, цінувати щось або когось.

Звернути увагу на те, що в будь-якому горісі (людині) є своє «ядерце», свої особливості, які роблять даний горіх (людину) унікальним, несхожим на інших, допомагають знайти саме цей горіх (людину) серед таких же, на перший погляд, нічим не примітних один від одного горіхів (людей).

Вправа «Ярлик»

Мета: усвідомлення необґрунтованості причин дискримінації людей, що належать до іншого етносу. Формування толерантного ставлення.

Тривалість: 25 хвилин.

Матеріали: стікери, ручки.

Процедура: тренер заздалегідь на стікерах виписує ярлики, що позначають різні етноси та соціально схвалювані, не схвалювані та нейтральні статуси. Наприклад: президент, академік, ром, суперзірка, німець, депутат, п'яниця, злодій, безробітний, росіянин, двірник, лікар, американець, студент, чукча, вчитель і т.д.

Кількість ярликів повинна відповідати кількості учасників в групі плюс кілька додаткових. Всі учасники сидять у колі. Їм пропонується закрити очі і

не відкривати до тих пір, поки всім не будуть наклеєні ярлики. Ярлики наклеюються в довільному порядку, але більш невпевненим в собі учасникам бажано не клеїти соціально не схвалені ярлики.

Після того, як всі учасники отримують ярлики, вони відкривають очі і мовчки читають ярлики, наклеєні у інших. Таким чином, кожен буде бачити чужі ярлики, але не знати свій. Тут можуть бути бурхливі емоції, хтось може випадково прочитати вголос ярлик, наклеєний у іншої людини. У цьому випадку бажано замінити ярлик додатковим тому учаснику, який знає свій ярлик. Після ознайомлення з чужими ярликами учасникам пропонується об'єднатися в групи. Орієнтуватися необхідно по ярликах: які ярлики привабливі, до тієї групи і необхідно приєднуватися. Після того як учасники розділяться на групи, всередині групи вони об'єднуються в пари, а потім в парах з допомогою навідних запитань дізнаються свій ярлик. питання повинні бути закритими, на які можна відповідати тільки «так» або «ні».

Коли всі учасники дізнаються свій ярлик, проводиться рефлексія.

У рефлексії звернути увагу на наступні моменти:

1. Як учасники почувалися в очікуванні ярлика, що відчули, коли наклеїли ярлик.
2. Які почуття і емоції викликала реакція оточуючих на їх ярлик і що вони самі думали з приводу свого ярлика.
3. Як шукали свою групу, до кого прагнули, як приймала група.
4. Що відчули, коли дізналися свій ярлик.

Вправа «Зміна місць»

Мета: зняття емоційної напруги, руханка.

Тривалість: 5 хвилин.

Процедура: всі учасники сидять у колі, один стілець забирається із загального кола. Ведучий стає в центр кола і говорить: «Міняються місцями ті, хто...». Далі ведучий називає якусь якість або рису, присутню у більшості гравців, а також і у самого ведучого. Наприклад, «...ті, хто в чорних черевиках». Учасники встають з місць і швидко намагаються зайняти місця

на протилежному боці кола. З тим, хто сидів поруч мінятися місцями не можна. Той, кому не вистачило місця, встає на місце ведучого. На початку гри обмовляється, що не потрібно штовхати інших учасників, треба дбайливо ставитися один до одного.

Рольова гра «В нашому під'їзді» [48].

Мета:

- 1) проаналізувати наше ставлення до людей з різних культурних та соціальних груп;
- 2) розглянути різні стратегії вирішення проблем;
- 3) замислитись над лімітами толерантності;
- 4) розглянути взаємозв'язок між дискримінацією та конфліктами інтересів.

Тривалість: 80 хвилин.

Матеріали: рольові картки, нотатки для спостерігачів, підказки для знаходження рішення, ручки та папір для спостерігачів.

Процедура:

Учасники мають розіграти ситуацію, яку запропонує тренер та яка могла б статися у реальному житті.

1. Скажіть учасникам, що вони розіграватимуть ситуацію, яка могла б статись в повсякденному житті кожного, після чого прочитайте сценарій:

"Поряд з вашим домом є багатоповерхівка. Одну з квартир орендують іноземні студенти, до яких часто приїздять друзі, також іноземці, і які дуже часто організують вечірки. Дехто з сусідів, особливо ті, що живуть поруч з студентською квартирою, втомились, вони роздратовані такою ситуацією та жаліються, що студенти та їхні друзі шумлять, заважають їм спати та не прибираються в під'їзді. Сусіди збирають зібрання жильців для того, щоб вирішити проблему".

2. Попросіть волонтерів зіграти ролі сусідів. Вам потрібно мінімум 6 і максимум 9 волонтерів. Решта учасників є спостерігачами.

3. Роздайте волонтерам рольові картки, а спостерігачам аркуші для нотаток. Дайте учасникам 5 хвилин, щоб вони подумали що будуть робити.

4. Розіграйте дискусію протягом 10 хвилин, а потім не перериваючи процесу, роздайте "акторам" картки з "порадами щодо розв'язання конфліктів". Після цього нехай вистава потриває ще 10 хвилин. За власним рішенням Ви можете перервати або продовжувати виставу.

Обговорення та оцінка:

Попросіть учасників зібратись разом в коло для групової дискусії, яка має складатись з двох частин:

#### 1. Рольова гра

Поговоріть з учасниками про те, що сталося під час гри, використовуючи питання:

- Що записали спостерігачі, і якими були їхні враження від того, що сталось підчас гри?
- Як себе почували актори? Чи було важко вжитись в роль, що була запропонована? Що було робити найскладніше? А що найлегше?
- Чи відчували учасники різницю між першою та другою діями, а саме після того, як отримали "поради з вирішення конфліктів"?
- Які аргументи використовувались під час суперечки? Чи ґрунтувались вони на фактах або емоціях?
- Чи було легше знайти аргументи на користь студентів або проти них?
- Звідки люди брали свої аргументи? Чи була проблема вирішена і чи всі задоволені результатом?
- Чи було рішення справедливим? Або якась з сторін мала йти на більші поступки?
- Які альтернативні рішення могли б бути у цієї ситуації?

#### 2. Ситуація в реальному житті



Коли всі мали змогу висловитись, Вам необхідно допомогти групі проаналізувати та подумати над питаннями, яких торкнулися в цій вправі. Ви можете започаткувати дебати за допомогою таких питань:

- Чи відображає рольова гра якісь з аспектів реального щоденного життя? В чому схожість, а в чому відмінність реального життя від рольової гри? Чи не здається Вам, що були перебільшення?

- Хто з персонажів найбільш реалістично відобразив людей, яких ми зустрічаємо в реальному житті?

- Коли ми стикаємось з конфліктом, до якого залучені люди різного культурного походження, чи ми шукаємо вирішення, яке б задовольнило всіх або ми скоріше нав'язуватимемо нашу точку зору та подавлятимемо тих, хто думає та відчуває не так, як ми?

- Наскільки конфлікт, насправді, відноситься до відмінностей в культурі?

Можливо, це щось інше, наприклад, особистісні та економічні інтереси?

- Чи хтось з учасників мав справу з подібним конфліктом? Якими були обставини? Якщо з Вами такого ніколи не ставалось, як Ви вважаєте, чому?

Поради ведучому:

Приділяйте особливу увагу тому, як відбувається гра, оскільки її події впливають на весь подальший процес проведення та обговорення вправи, наприклад, Вам може не знадобиться використовувати "поради для вирішення конфліктів", і після того, коли Ви будете вести дискусію, треба буде визначатись, як збалансувати обговорення групової динаміки, процесу прийняття рішень в групі та співставлення даної гри з реальним життям".

Майте на увазі, що є 2 різних інструкції "порад щодо вирішення конфлікту"; інструкція 1 для "головуючого зборів" та інструкція 2 для інших гравців. Від того, що відбувається в грі, і буде залежати хто отримає інструкцію 1. Якщо гравці вирішили демократичним шляхом, хто головуватиме на зібранні, дайте інструкцію 1 цій людині, в іншому випадку віддайте її лідеру комітету мешканців.

Вправа «Мені було...тому що...»

Мета: зняти напруження, дізнатись про настрій учасників після заняття.

Тривалість: 10 хвилин.

Процедура: тренер пропонує учасникам висловити власні думки приводу заняття, доповнюючи незакінчене речення: «Мені було...тому що...»

Вправа «Комплімент» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.

### Заняття 8

Мета: підбиття підсумків. Отримання зворотнього зв'язку від учасників стосовно їх враження від розвивальної програми.

Вправа «Ритуал привітання»

Вправа «Завершення речення»

Мета: забезпечити зворотний зв'язок щодо основних моментів вивченого матеріалу.

Тривалість: 30 хвилин.

Матеріали: фліп-чарт, аркуші паперу А4, ручки.

Процедура: тренер демонструє учасникам тематичні речення та пропонує їх доповнити.

Вправа «Лист побажань»

Мета: позитивне налаштування учасників.

Тривалість: 20 хвилин.

Матеріали: аркуші паперу А4, ручки.

Процедура: учасники пишуть побажання одне одному.

Якщо учасники захочуть, вони можуть поділитися цими висловами з групою.

Вправа «Рефлексія»

Мета: отримати зворотній зв'язок від учасників про корекційну програму в цілому.

Тривалість: 30 хв.

Процедура: відбувається заключне обговорення програми, закріплення отриманих знань, умінь і навичок. Учасники відповідають на питання щодо того, чи сподобалась їм програма, чим вона допомогла і т.д.

Вправа «Компліменти» (ритуал прощання)

Тривалість: 10 хвилин.