

Нагорна Н. С.

*кандидат психологічних наук, доцент,  
декан факультету соціальних технологій, оздоровлення та реабілітації  
Національного університету «Чернігівська політехніка»*

## КАРКАС ТРЕНІНГУ З РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО СОЦІАЛЬНОГО ПІДПРИЄМНИЦТВА ТЕХНІКАМИ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕОРІЇ

### FRAMEWORK OF TRAINING ON DEVELOPING PSYCHOLOGICAL READINESS OF AN INDIVIDUAL FOR SOCIAL ENTREPRENEURSHIP USING CBT TECHNIQUES

У статті досліджуються питання побудови каркасу тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва за допомогою технік когнітивно-поведінкової терапії (КПТ). Авторкою актуалізовано проблему реінтеграції осіб з новим соціальним статусом внаслідок війни через їх прагнення до підприємницької діяльності, в тому числі, до соціального підприємництва. Проаналізовано особливості психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, її структурні компоненти: когнітивний, мотиваційний, операційно-діяльнісний та особистісний. Підкреслено низький рівень обізнаності щодо соціального підприємництва серед ветеранів та членів їх сімей, наявність стереотипних уявлень щодо його специфіки та соціальної місії. Вказано на ряд партисипативних практик, що сприятимуть розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва: навчальна дисципліна «Соціальне підприємництво», сертифікатна програма, як елемент неформальної освіти в університеті, та психологічний тренінг. Охарактеризовано мету, завдання та тематичні сесії тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва. Проаналізовано сутність та особливості когнітивно-поведінкової терапії взагалі, та у роботі з особами, котрі прагнуть створити власне підприємство. Розкрито загальну специфіку застосування технік когнітивно-поведінкової терапії для реалізації завдань тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва у розрізі структурних компонентів явища психологічної готовності. Перспектива подальших досліджень вбачається в розробці детальної програми тренінгу, його апробації зі здобувачами освіти, котрі мають соціальні статуси ветерана війни, члена сім'ї ветерана війни, внутрішньо переміщеної особи.

**Ключові слова:** соціальне підприємництво, реінтеграція, психологічна готовність особистості, психологічний тренінг, когнітивно-поведінкова терапія, війна.

The article explores the issues of building a framework for a training program aimed at developing an individual's psychological readiness for social entrepreneurship using techniques of cognitive-behavioral therapy (CBT). The author highlights the problem of reintegrating individuals with a new social status due to the war through their desire for entrepreneurial activity, including social entrepreneurship. The study analyzes the specific features of an individual's psychological readiness for social entrepreneurship and its structural components: cognitive, motivational, operational-activity, and personal. It emphasizes the low level of awareness about social entrepreneurship among veterans and their family members, as well as the presence of stereotypical perceptions regarding its specifics and social mission. The article points to a number of participative practices that would contribute to the development of an individual's psychological readiness for social entrepreneurship: the academic discipline «Social Entrepreneurship», a certificate program as an element of non-formal education at the university, and a psychological training course. The author describes the goals, objectives, and thematic sessions of the training program for developing an individual's psychological readiness for social entrepreneurship. The paper analyzes the essence of cognitive-behavioral therapy; its features in working with individuals who seek to create their own business. The general specifics of the application of cognitive behavioral therapy techniques to implement training tasks on the development of a person's psychological readiness for social entrepreneurship are revealed. The specificity of applying cognitive-behavioral therapy (CBT) techniques has been investigated in the context of the structural components of the psychological readiness phenomenon. The prospect of further research is seen in the development of a detailed training program, its approval with students who have the social statuses of a war veteran, a family member of a war veteran, or an internally displaced person.

**Key words:** social entrepreneurship, reintegration, psychological readiness of an individual, psychological training, cognitive behavioral therapy, war.

**Постановка проблеми.** Досвід проживання повномасштабної війни в Україні має своє відображення не лише на появі нових / нових-забутих соціальних статусів громадян (ветеран/-ка війни, члени сім'ї ветерана війни, члени сім'ї загиблого / -ої, внутрішньо переміщені особи, особи, котрі проживають на особливо небезпечних територіях). Цей досвід травматизації українського суспільства має свій прояв, як в особистісному зростанні через отримання нових навичок (пакування тривожної валізки,

основи домедичної допомоги, самозахист чи водійське посвідчення) чи професійного зростання (від технічних рішень, що допомагають військовим, до психологічних практик, що були впровадженні з врахуванням українських реалій), так і в запиті на отримання професійної психологічної підтримки зростаючому числу наших співгромадян.

Досить високим є показник запиту серед ветеранів та членів їх сімей [15] та внутрішньо переміщених осіб [17] щодо заснування власного підприємства,

з працевлаштування там своїх побратимів / посестр, членів сімей ветеранів чи інших ВПО. Поєднання бажання такого пошуку самореалізації в нових умовах та підтримки інших, вказує на значну соціальну цінність таких підприємницьких ініціатив [5]. Подібне чудово поєднується у соціальному підприємництві, що являючи собою унікальний бізнес-підхід, здійснює вплив на життя не лише засновників такого бізнесу, а й тих людей, котрі стають споживачами товарів чи послуг, а також цільовою групою для отримання соціальної підтримки [10]. З іншого боку, досвід американських дослідників [23] вказує на певний терапевтичний ефект від підприємницької діяльності серед ветеранів, що потребує якісного наповнення освітніх та соціально-психологічних програм розвитку готовності особистості до підприємництва.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Явище психологічної готовності до підприємництва, в науковому контексті, ґрунтовно опрацьовано вченими Інституту психології ім. Г.С. Костюка (Л.М. Карамушка, О.В. Креденцер, В.І.Лагодзінська [6; 7; 9]). Щодо особливостей психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, то їх розкрито Н.С. Нагорною [13-14]: суть та змістовне наповнення [24], чинники психологічної готовності здобувачів освіти [13], партисипативні практики розвитку психологічної готовності особистості [14]. Однак, значний травматичний досвід різних категорій здобувачів освіти вказує на необхідність застосування елементів терапевтичних технік, зокрема технік КПТ, для реалізації програм розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва.

Відтак, **метою даної статті** є напрацювання каркасу програми тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва техніками КПТ.

**Виклад основного матеріалу.** В Україні ведеться законодавча робота щодо напрацювання та ухвалення Закону України «Про ветеранське підприємництво» (на серпень 2025 року направлено на підпис Президенту України) [16], в якому йдеться не лише про підприємницькі, а й про соціальні результати означеної діяльності ветеранів та / або членів їх родин. Проте, освітня робота з розвитку готовності індивідів до соціального підприємництва вже має значні вітчизняні напрацювання: формальний та неформальний характер, рівні освіти: шкільні програми, в професії чи університеті, міждисциплінарні зв'язки, з фінансуванням та без нього, підтримка менторів, супровід партнерів [12]. При цьому, основний акцент робиться на формуванні відповідних компетентностей [22], що необхідні для створення самого соціального підприємства: правові основи, особливості оподаткування, бізнес-планування, маркетинг та інше.

Щодо аспекту психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, то, на наш погляд, він є унікальним, як і родовий феномен: не кожного підприємця можна вважати соціальним. Так, під психологічною готовністю особистості до соціального підприємництва N. Nahorna [24] розуміє

сукупність сформованих психологічних характеристик індивіда, що корелюють з психологічним наповненням соціально-підприємницької діяльності, та є передумовою для впровадження соціально-підприємницьких ініціатив на рівні громади. На основі аналізу наукової літератури щодо структури явища психологічної готовності особистості здобувача освіти до соціального підприємництва, було виокремлено такі чотири компоненти, як: когнітивний, мотиваційний, операційно-діяльнісний та особистісний. Кожен з них, має своє змістовне наповнення, що більш ґрунтовно розкриває особливості соціально-підприємницької діяльності [24].

При цьому, результати емпіричних досліджень [11; 27] свідчать про низький рівень обізнаності щодо соціального підприємництва серед громадськості, наявність стереотипних уявлень щодо його специфіки та соціальної місії, що також має своє відображення на мотивації та соціально-підприємницькій активності. Особливо це актуально для таких категорій громадян, котрі потребують реінтеграційної підтримки через воєнні дії (ветерани війни та члени їх сімей, внутрішньо переміщені особи).

Досліджуючи можливості запровадження партисипативних практик розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, Н.С. Нагорна [14] окреслює такі: початкова дисципліна «Соціальне підприємництво», відповідна сертифікатна програма, як елемент неформальної освіти в університеті, а також тренінг з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва.

Щодо психологічного тренінгу, то його метою, на наш погляд, стане формування психологічної готовності особистості здобувача освіти до соціального підприємництва через розвиток окремих елементів змістовного наповнення її структурних компонентів.

Досягнення подібної мети нам здається можливим через виконання наступних завдань тренінгу:

1. Сформулювати уявлення учасників тренінгу щодо соціального підприємництва, особливостей його діяльності, а також опрацювати стереотипні уявлення про нього.

2. Визначити емоційний відгук учасників тренінгу щодо образу соціального підприємця та опрацювати ціннісне поле соціально-підприємницької діяльності через розкриття соціальної місії бізнесу.

3. Охарактеризувати специфіку мотивації до соціального підприємництва в сучасному українському суспільстві; опрацювати потреби (соціальні, екологічні, безпекові, освітні, реінтеграційні ті інші) громад учасників тренінгу для визначення їх особистої мотивації та складання місії майбутнього соціального підприємства.

4. Здійснити роботу над визначенням особистісних і професійних цілей, кроками їх досягнення та ризик-менеджментом у соціально-підприємницькій активності.

5. Опрацювати розвиток особистісних якостей здобувачів освіти, що є важливими у соціальному підприємстві.

Для опрацювання означених завдань в ході психологічного тренінгу варто, на нашу думку, запропонувати наступні *тематичні сесії*: 1. Соціальне підприємництво: міф чи реальність для України? 2. Образ «Супермена /Супервумен» для наших громад. І чому ж планета соціального підприємництва обертається? 3. Елементи до соціально-підприємницької активності. 4. Я і ти – змінотворці в громадах України: працюємо над власним розвитком.

Програма тренінгу традиційно міститиме вступну, основну та заключну частини [1]. А в ході проведення кожної тренінгової сесії буде опрацьовано: *інформаційно-смысловий* (надання брїфу інформації з означеної теми сесії), *діагностичний* (визначення рівня сформованості відповідних елементів психологічної готовності особистості до соціального підприємництва) та *корекційно-розвивальний* (виконання тематичних вправ для розвитку того чи іншого елементу психологічної готовності особистості до соціального підприємництва) компоненти.

В ході реалізації завдань тренінгу, вважаємо за можливе, використовувати елементи технік когнітивно-поведінкової терапії, особливо в роботі з ветеранами війни, членами їх сімей, а також з ВПО. То в чому полягає цінність використання технік КПТ для осіб, котрі мають певний травматичний досвід?

На думку авторів посібника «Вступ до когнітивно-поведінкової терапії» [3], саме поширення практики застосування технік КПТ у Великобританії позначилось не лише на показниках психічного здоров'я безпосередньо, а й на результатах економічної активності населення, чії показники психічного здоров'я покращились, опосередковано. Українська дослідниця Н.В. Бень [2] також запропонувала застосовувати методи КПТ для підтримки осіб, котрі знаходяться в тривалому пошуку роботи, зневірилися та негативно оцінюють власні можливості до працевлаштування, започаткування своєї справи.

Д. Вестбрук, Г. Кеннерлі & Дж. Кірк [3] характеризують КПТ як сукупність поведінкової терапії (що наголошує на важливості поведінкових змін задля подолання проблем психічного здоров'я) та когнітивної терапії (яка акцентує на розумінні та зміні значення, яке ми надаємо подіям). При цьому, І. Єнгаличева [4] вказує на основну ідею когнітивно-поведінкового підходу як на те, що емоційна, поведінкова та фізіологічна реакція людини значною мірою визначається її когнітивною інтерпретацією події, зокрема думками й переконаннями щодо неї. Практика застосування технік КПТ в Україні розширилися у зв'язку з війною та її соціально-психологічними наслідками: робота з ветеранами [8], боротьба з соціальною ізоляцією та її наслідками [18], робота з тривалим горем [21] та інші.

Відповідно, травматичний досвід учасників тренінгів з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва з такими соціальними статусами потребує подібного опрацювання.

Спробуємо окреслити можливості виконання завдань тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва

через врахування особливостей травматичного досвіду учасників та використання технік КПТ.

Відтак, виконання першого завдання тренінгу, розвиток когнітивного компоненту психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, може включати: елементи терапії установками для нівелювання наявних у суспільстві стереотипів щодо соціального підприємництва; розвиток позитивних стратегій вирішення соціальних проблем своїх особисто / сімейних чи проблем громади як унікальна можливість, що зреалізовується соціальним підприємництвом. Звісно, йдеться також про застосування механізмів ідентифікації обмежуючих стереотипів чи страхів, пов'язаних з підприємницькою діяльністю.

Щодо роботи над другим завданням тренінгу, ціннісний бік соціального підприємництва, то, на наш погляд, поширення досвіду нових, для учасників тренінгу, стратегій вирішення проблем, взаємодія із засновниками соціальних підприємств для обміну думками, цінностями та історіями про ризики, допоможе побудувати власний образ соціального підприємця. Формування останнього допоможе більш чітко окреслити вже соціальну місію майбутнього соціального бізнесу. Також тут буде доречно використати елементи арт-терапії та рефлексії.

Опрацьовуючи третє завдання тренінгу, звісно ми вважаємо на широкий спектр підприємницької мотивації [19], що може бути притаманний учасникам. Однак, на переконання N. Nahorna [24] в соціальному підприємстві варто звернути увагу на афіліативні мотиви, що й відповідають соціальній сутності даного виду бізнесу. Саме тому, тут є можливим застосування: дискусій про символи громади, родини, особисті значення, що мотивуватимуть до змін, розвитку себе у підприємстві, як новому виді діяльності; розвиток позитивного самоприйняття для формування більш високих показників мотивації досягнень у порівнянні з мотивацією уникнення поразки.

Виконання четвертого завдання тренінгу, операційно-діяльнісного компоненту психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, можливе завдяки використанню технік аналізу підприємницької поведінки особистості, раціоналізації дій, цілепокладання та роботи над ризиками для полегшення планування підприємницької активності особистості невеликими кроками до глобальних змін [5], врахування можливих ризиків за умов війни, а також віднайдення власного стилю підприємницької активності [20].

Щодо роботи над реалізацією п'ятого завдання, особистісного компоненту психологічної готовності особистості до соціального підприємництва, то варто зосередитись над опрацюванням таких особистісних якостей, як: стресостійкості, емпатійності та лідерства. При цьому, з огляду на травматичний досвід учасників тренінгу першочерговим може бути, як розвиток стресостійкості й резильєнтності, так і лідерства. Це залежить від рівня готовності учасників до опрацювання цих тем [26].

**Висновки.** Аналіз наукових джерел з теми дозволив нам напрацювати каркас тренінгу з розвитку психологічної готовності особистості до соціального підприємництва. Так, були описані: мета та завдання тренінгу, його можливі тематичні сесії. Проте, врахування травматичного досвіду учасників тренінгу (ветеранів війни, членів їх сімей, ВПО) дало можливість

охарактеризувати розкриття завдань тренінгу через використання технік когнітивно-поведінкової терапії.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо в розробці детальної програми тренінгу, його апробації зі здобувачами освіти, котрі мають соціальні статуси ветерана війни, члена сім'ї ветерана війни, внутрішньо переміщеної особи.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу: навч. посіб. Харків: ХНАДУ, 2015. 251 с.
2. Бень Н.В. Когнітивно-поведінкова терапія як інструмент розвитку здібностей людини в ситуації пошуку роботи. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. Київ, 2017. Том 6. Випуск 13. С. 207–216.
3. Вестбрук Д., Кеннерлі Г., Кірк Дж. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. Львів: Свічадо, 2014. 410 с.
4. Єнгаличева І. Когнітивно-поведінковий підхід у соціальній роботі та його роль у процесі медіації. *Ввічливість. Humanitas*. 2025. №2. С. 61–66.
5. Захаріна Т.І. Соціально-психологічні аспекти підприємництва як механізму соціальної реабілітації ветеранів: теоретико-методологічний підхід. *Соціальна робота та психологія: освіта і наука*. Кам'янець-Подільський, 2025. № 1, С. 23–29.
6. Карамушка Л.М. Психологія управління : монографія. Київ: Milenium, 2003. 344 с.
7. Креденцер О.В. Психологічні умови підготовки підприємців до професійної діяльності у сфері торговельного бізнесу : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 / Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2009. 339 с.
8. Кухарук О. Особливості когнітивно-поведінкової терапії у роботі із ветеранами АТО : дипломна робота на завершення кваліфікаційної програми «Когнітивно-поведінкова терапія». Київський інститут сучасної психології та психотерапії. Київ, 2017. 22 с.
9. Лагодзінська В.І. Формування психологічної готовності підприємців до ведення ділових переговорів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 / Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2011. 324 с.
10. Нагорна Н.С. Дослідження понятійного контуру соціального підприємництва у вітчизняній та зарубіжній літературі. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 97–103.
11. Нагорна Н.С., Максьюм К.В. Соціальне підприємництво як детермінанта реінтеграції військовослужбовців, ветеранів АТО/ООС та членів їх сімей. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. 2022. № 36. С. 272–276.
12. Нагорна Н.С. Роль закладів вищої освіти у підготовці особистості до соціального підприємництва. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. Київ, 2023. № 4 (30). С. 135–147.
13. Нагорна Н.С. Аналіз чинників психологічної готовності здобувача освіти до соціального підприємництва. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. Київ, 2024. № 3-4 (33). С. 145–159.
14. Нагорна Н.С. Комплекс практик з розвитку готовності особистості до соціального підприємництва. *Вчені записки Таврійського нац. ун-ту ім. В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. 35 (74) № 4. С. 85–90.
15. Потреби ветеранів і ветеранок. Результати бгю опитування Українського ветеранського фонду. Український ветеранський фонд. Київ, 2024. URL: <https://surl.li/kdgend>
16. Про ветеранське підприємництво : проект Закону України. Реєстрація № 10258 від 13.11.2023. URL: <https://surl.li/uwuhjl>
17. Топ-5 послуг для внутрішньо переміщених українців від Державної служби зайнятості. Урядовий портал. 2025. URL: <https://surl.cc/napjll>
18. Триандофілова Т., Раєвська Я. Когнітивно-поведінкова терапія у боротьбі з соціальною ізоляцією та її наслідками, викликаними пандемією. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2024. № 4 (65). С. 44–48.
19. Фоменко К.І. Опитувальник мотиваційних орієнтацій підприємницької діяльності. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. Харків, 2020. № 62, С. 276–292.
20. Яновська С.Г. Психологічна структура підприємницької активності в малому бізнесі : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 / Харк. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна, Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Харків, 2019. 211 с.
21. Boelen P.A., Lenferink L., Norkina I. Когнітивно-поведінкова терапія тривалого горя: психологічна програма. Україномовний робочий зошит. 2023. URL: <https://surl.li/uffypw>
22. Dvynych H. Higher education trend: social entrepreneurship as the key transversal skill. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*. 2022. №3, pp. 21–28.
23. Heinz A.J., Freeman M.A., Harpaz-Rotem I., Pietrzak R.H. American Military Veteran Entrepreneurs: A Comprehensive Profile of Demographic, Service History, and Psychosocial Characteristics. *Mil Psychol*. 2017. № 29 (6), pp. 513–523.
24. Nahorna, N. Peculiarities of veterans' psychological training for social entrepreneurship. In *Traditional and innovative scientific research: domestic and foreign experience : monogr*. 2024. pp. 286–315.
25. Tihic M., Pritchard A.J., McKelvie A., Maury R.V. Entrepreneurship Education and its Role in Transitional Entrepreneurship as Veterans Transition From Military to Civilian Life. *Entrepreneurship Education and Pedagogy*. 2024. February. URL: <https://surl.li/bydkcy>
26. Verbytska A., Dvynych H. The role of the educational component in the development of social entrepreneurship as a determinant of the reintegration of military servicemen, veterans and their family members: a project approach to stakeholder engagement. *European Science*. 2023. №3, pp. 7–22.
27. Verbytska A., Nahorna N., Dvynych H. Participatory Model of Social Entrepreneurship Development as a Determinant of Veterans' and their Family Members' Reintegration: Theoretical Framework. *Baltic Journal of Economic Studies*. 2024. № 10 (2). pp. 51–59.

Дата першого надходження рукопису до видання: 27.08.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 12.09.2025

Дата публікації: 30.09.2025