

## **Суб'єктивний досвід переживання перемог і поразок та його вплив на формування особистості: результати тематичного аналізу інтерв'ю Сеїдов Гідаят Аріф-огли, студент 1-го курсу магістратури,**

<https://doi.org/10.67242/conference-2026-38>

**кафедра психології, Зігмунд Фройд Університет Україна,**

*Київ, Україна*

*Слав'янський Максим Владиславович, студент 1-го курсу магістратури,*

*кафедра психології, Зігмунд Фройд Університет Україна,*

*Київ, Україна*

Вступ. Досвід участі у творчих конкурсах та спорті створює специфічне середовище, де особистість регулярно стикається з оцінюванням та ієрархіями. Це може призводити до формування «умовної цінності себе», коли відчуття власної значущості стає похідним від зовнішніх перемог (Crocker & Wolfe, 2001). Актуальність дослідження зумовлена необхідністю розуміння того, як ці процеси впливають на довготривале становлення особистості та її стійкість. Об'єктом нашого дослідження були суб'єктивні наративи учасників змагань, а предметом – вплив досвіду перемог і поразок на особистісну трансформацію. Тож ми зформуваємо наступне дослідне запитання: «Як люди з тривалим досвідом змагальної діяльності описують вплив перемог і поразок на формування своєї ідентичності, дисципліни та емоційної стійкості?» Методи. Дослідження організовано як серію напівструктурованих інтерв'ю (тривалістю 1 год) з 20 респондентами (творчі особистості та спортсмени). Для обробки даних застосовано тематичний аналіз у логіці рефлексивного кодування (Braun & Clarke, 2006). Результати. Тематичний аналіз виявив спільну траєкторію (дисципліна, поразки, як джерело аналізу, мотивації та подальшого зросту), проте виокремив специфічні особливості для кожної групи: Для творчих особистостей змагальний досвід нагадує механізм або траєкторію компенсації: - Травма як відправна точка: змагання часто виступають способом «переписати» досвід безсилля (булінг, заїкання) на досвід контролю. - Динаміка як захист: безперервний рух виконує регулятивну функцію, не дозволяючи зіткнутися з «екзистенційною порожнечою». - Пастка перемоги: успіх сприймається як «допінг», що швидко знецінюється і підсилює перфекціоністичну потребу в нових підтвердженнях («хронічне недо-»). У спортсменів – це більше схоже на загартовування характеру та стійкості: - Толерантність до успіху: сформована здатність «тримати голову холодною», розуміючи мінливість статусу («Сьогодні ти найкраща, завтра – ні, і це ок»). - Поразка як аналітичний інструмент: програш не руйнує ідентичність, а сприймається як обов'язковий етап для самоаналізу та покращення навичок. - Спокій: спорт виховує емоційну рівність («стабільність, коли всюди штормить») та здатність до дії попри біль чи втому. - Дисципліна понад усе: формування образу «працьовитої машини», де системність стає фундаментом результатів. Спільні чинники для обох груп: - Поразка як ресурс розвитку: у всіх респондентів поразка виступає ключовим джерелом самоаналізу, додаткової мотивації та корекції навичок («Коли програв – ось там починається робота»). - Дисципліна та стресостійкість: сформована внаслідок тривалого змагального циклу здатність функціонувати в умовах тиску та перехід дисципліни із зовнішнього примусу у внутрішній принцип життя. Обговорення. У творчих осіб змагання частіше мають

характер психологічної сублимації травми, що робить їх більш вразливими до «знецінення результату». У спортсменів досвід інтегрується як розвиток психологічної стійкості та адаптивної саморегуляції. Проте в обох групах фігура наставника виступає ключовим чинником екологічності досвіду: від «безпечної бази» до джерела вторинної травматизації. Висновок. Досвід творчої та спортивної діяльності формує цілісну траєкторію розвитку особистості. Поразка виявляється більш функціональним механізмом росту, ніж перемога, оскільки активує рефлексію та вольові зусилля. Ключовим результатом тривалого перебування в оцінювальному полі є перехід від емоційної вразливості до свідомої дисципліни та високої стресостійкості. Література: Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review*, 108(3), 593-623. Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470. Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *Sports Medicine*, 44(9), 1259-1273. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.