

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Київський національний університет імені Тараса Шевченка**  
**Факультет психології**  
**Кафедра експериментальної та прикладної психології**

**КВАЛІФІКАЦІЙНА БАКАЛАВРСЬКА РОБОТА**  
**«Емоційний вплив музичного фольклору на українців під час війни»**

Студентки 4 курсу, 6 групи  
ОС «Бакалавр»  
спеціальності 053 «Психологія»  
**Тропіної Юлії Євгенівни**

Науковий керівник:  
к. філософ. наук, асистент  
кафедри експериментальної та  
прикладної психології  
**Кондратьєва Вероніка Ігорівна**

**Київ – 2024**

## Зміст

<b>Вступ</b> .....	3
<b>РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади вивчення українського фольклору та дослідження його ролі в сучасній культурі</b>	
1.1 Теоретичний та історичний огляд поняття фольклор.....	6
1.2 Психологічний підхід до вивчення фольклору.....	9
1.3 Поняття «шароварщини».....	12
1.4 Елементи фольклору в сучасній українській культурі.....	13
1.5 Образ жінки як один з основних складових українського фольклору..	17
1.6 Мистецтво як технологія в інформаційній війні.....	20
Висновки до розділу 1.....	22
<b>РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження впливу української музики на психоемоційний стан українців</b>	
2.1 Організація, методи та методика дослідження.....	25
<b>РОЗДІЛ 3. Результати емпіричного дослідження впливу української музики на психоемоційний стан українців</b>	
3.1 Характеристика досліджуваної вибірки.....	27
3.2 Безпосередньо процес опитування.....	27
3.3 Аналіз отриманих даних.....	28
Висновки за розділом 3.....	44
<b>Додатки</b> .....	46
<b>Список використаних джерел</b> .....	51

## ВСТУП

Війна – це, безумовно, стресова ситуація не лише для кожного окремого громадянина, але і для народу в цілому. У суспільній свідомості на основі цього відбувається повна переоцінка цінностей - мовне питання, самоідентифікація, культурні та особистісні установки і т.д. Кожен окремо і нація загалом віднаходить в процесі цього переосмислення нові ідеї про те що означає «бути українцем» станом на даний момент. І, як показує статистика, багато хто повертається до українського контенту. Так, наприклад, за даними соціологічної групи «Рейтинг» (загальнонаціональне опитування про патріотизм до Дня Незалежності, дод. 1) понад 40 % українців відмовились від російських серіалів та музики. Водночас, 51% опитуваних зазначають, що перейшли на українську мову не лише на роботі, але і в побуті. Також, дослідження InMind на замовлення міжнародної організації Internews на тему «Українські медіа, ставлення та довіра у 2023 році» (дод. 1.1) показало, що відсоток слухачів, які віддають перевагу новинам саме з «Українського радіо» зріс із 19% до 21% (2022 – 2023 відповідно).

Таким чином, робимо висновок про те, що «українське» стало трендом. Тому дослідження глибини залученості українського фольклору в сучасну культуру і його вплив на психоемоційний стан українців є актуальним та важливим.

**Об'єкт дослідження:** народна творчість у сучасній українській культурі.

**Предмет дослідження:** вплив музичного фольклору та елементів української культурної спадщини на психоемоційний стан українців на другому році війни.

**Мета дослідження** полягає у тому, щоб практично і теоретично обґрунтувати основні ідеї та положення досліджуваної проблеми, визначити та проаналізувати зв'язок між рівнем представленості українського фольклору в сучасній культурі та психоемоційним станом українців.

**Завдання дослідження** (у відповідності до мети):

1. Виявити когнітивні конструкти за якими українці сприймають українську музику;
2. Визначити вплив української музики з елементами фольклору на психоемоційний стан українців;
3. Оцінити отримані результати і на їх основі аргументувати можливі вектори розвитку та покращення сучасної музичної культури.

**Гіпотеза проведеного дослідження:** Контакт з елементами української культурної спадщини та фольклору має вплив на психоемоційний стан українців.

**Методи дослідження:**

- пошуково-бібліографічний (пошук та обробка відповідної літератури, аналіз тематичних друкованих джерел);
- предметно-цільовий (робота з науковою літературою, близькою до заданої теми);
- опитування (проведення роботи з вибіркою респондентів у контексті досліджуваної проблеми);
- статистичний аналіз отриманих результатів опитування.

**Практичне значення дослідження:** визначається тим, що його результати та висновки можуть знайти своє застосування в збереженні національної ідентичності, розвитку та розбудові сучасної української культури, а також підтримці резильєнтості українського суспільства.

## **РОЗДІЛ 1. Теоретичні засади вивчення українського фольклору та дослідження його ролі в сучасній культурі**

### **1.1 Теоретичний та історичний огляд поняття фольклор**

Фольклор виник ще тоді, коли люди вперше почали комунікувати між собою, використовуючи для цього власну фантазію та образність. Як явище культури фольклор вважається синтетичним та комплексним, оскільки формувався впродовж багатьох століть за участі змінюючих одне одного поколінь. До появи писемності усна народна творчість була єдиною доступною формою передачі знань, звичаїв, інформації, моральних цінностей та народної етики. Тому фольклор можна вважати своєрідним «вікном» у минуле народу, яке цікавить не лише спеціалізованих науковців (фольклористів), але і мовознавців, літературознавців, філософів, психологів і т.д.

Фольклор (англ. Folklore, букв. народна мудрість) – усна народна творчість. Термін запроваджений англійським археологом В. Дж. Томсом (1846), у 1879 офіційно затверджений англійським товариством «Folklore Society» (Фольклорне товариство) у двох значеннях щодо всієї усної історії народу, переважно «примітивних епох» і щодо «давніх звичаїв, обрядів, церемоній минувшини, що перетворилися у забобони і традиції нижчих станів цивілізованого суспільства». Фольклор спочатку називав предмет дослідження та науку про нього, яка згодом набула своєї назви (фольклористика). Слов'янські дослідники спочатку надавали перевагу

поняттям «усна народна словесність» (Ф. Буслаєв), «народна поезія» (О. Веселовський, І. Франко, Є. Карський). На нараді урядових експертів зі збереження фольклору при ЮНЕСКО було подано таке його визначення: «Фольклор – це колективна, заснована на традиціях творчість груп чи індивідів, зумовлювана надіями і сподіваннями спільноти як адекватне вираження її культурної та соціальної самобутності, фольклорні зразки та цінності передаються усно, шляхом імітації та іншими каналами. Його форми охоплюють мову, усну літературу, музику, танці, міфи, обряди, ремесла, архітектуру та інші різновиди художньої творчості» [1].

Дослідження фольклору як суб'єктно-образної системи передбачає тлумачення й обґрунтування онтологічних категорій фольклору в їх взаємозв'язках і взаємозалежностях. Такий підхід ґрунтується на тому, що сучасна фольклористика все більше тяжіє до розуміння феномена фольклору як комплексу народних знань, системи уявлень, втілених у різних вербальних і невербальних формах. Роботи таких вчених, як М. Грушевського, П. Чубинського, О. Каргіна, А. Дандеса та ін. підтвердило наукову ситуацію про те, що визначення меж пізнання закономірностей побудови фольклорної дійсності зазвичай залежить від методологічної позиції вченого (розгляд функціональних ознак фольклору чи суто аналіз текстової специфіки). Сучасний вектор науки про народну творчість не може не враховувати нові форми обміну інформацією в суспільстві. Також, безперечно, контраст між усною та писемною традицією в сучасних умовах

уже не є таким важливим, як це було донедавна в науковому полі фольклористики. Більше того, наприклад, з практики усного спілкування майже зникають розгорнуті наративи, а зв'язні цілісні оповіді замінюються фрагментарними наративними кліше, тобто текстовими сигналами, які скоріше не доносять інформацію, а лише вказують на її джерело. Отже, актуальним виявляється розгляд фольклору як багатоаспектного явища, що ґрунтується на синтезі функцій, системних характеристик і текстів [3]. Сучасна фольклористика не може ігнорувати експлікацію фольклорного надбання в, на перший погляд, «нефольклорні» тексти, а отже «чистий» фольклор не може бути виділений з традицій суспільної свідомості, способу життя, бачення світу народом та національної культури.

З огляду на це і я в цій роботі під поняттям «фольклор» розумітиму не стільки його термінологічне пояснення, скільки узагальнений образ традиційних елементів української культури.

Досить довгий час український фольклор не фіксували і не вивчали. Фактично, одним із перших людей, хто зацікавився цим питанням і почав доводити думку про те, що фольклор несе важливу виховну роль у житті суспільства був Г. Сковорода. Згодом до його ідей вже з більш наукової точки зору долучилися М. Цертелєв, О. Бодянський та інші науковці у сферах філології, етнології та історії. Так, наприклад, І. Нечуй-Левицький проводив у своїх роботах своєрідну порівняльну характеристику українського та російського фольклорів, доводячи цим самим наскільки

різними є ці два народи (мова іде про трактат «Непотрібність великоруської літератури для України та слов'янщини»). У свою чергу І. Білик видавав збірки народних казок і чумацьких пісень, а М. Максимович у своїх пізніх збірках українських народних пісень висував думку про те, що кобзарів можна вважати представниками і свого роду «популяризаторами» високої моральності і, відповідно, визнавав їх значущість для історії розвитку народу.

## **1.2 Психологічний підхід до вивчення фольклору**

Фольклор вважається одним із основних формуючих ідентичність аспектів народної культури. Від маминої колискової до обрядів поховання – життя людини наскрізь пронизане відлунням народних традицій. Тому переоцінити його психологічне значення для особистості важко.

Психологічний підхід до розуміння фольклору дозволяє розглядати його як відображення психічних процесів та структур, а також архетипів, що існують у колективному несвідомому. Образи, які використовуються у фольклорі часто мають глибоке символічне значення, яке перевищує їх пряму літературну чи розповідну функцію. Символи виступають як знаки, які представляють ідеї, концепції чи емоції на загальнолюдському культурному рівні. Наприклад, український фольклор часто використовує символіку природи, яка може символізувати життя, смерть, переродження і т.д. Одними з найбільш звичних для нас образів являються: верба, тополя

береза - як образи дівчини; дуб, явір, плющ - як образи хлопця; яйце, сонце – як образ життя, світла, переродження, нового початку; калина – образ батьківської хати та рідного краю; терен – образ труднощів та перешкод, червоний та чорний кольори – образи життя та смерті, любові та журби.

Аналізуючи думи кобзарів В. Мормель виділив навіть систему моральних цінностей у їх творчості, підпорядковуючи її такій структурі: «чотири внутрішньо скоординовані та ієрархічно розташовані кола понять, причому, принаймні два верхніх з них мають абсолютну домінанту:

- 1) Мати рідна – батько – батьки – предки – старші люди – жінка як мати;
- 2) Земля батька – земля батьків – Батьківщина – земля як мати всього живого;
- 3) Віра батьківська – віра власна – віра взагалі;
- 4) Товариство – дуло (справа якій служиш)» [5]. Це не тільки підтверджує думку М. Максимовича, яку ми вже згадували у розділі 1.1, але і доводить той факт, що народна творчість і його самосвідомість це два пов'язаних взаємно-проникаючих феномени, які формують одне одного.

У свою чергу архетипи – універсальні символічні образи, які мають глибоке значення для людей у всіх культурах та епохах. Ці образи виникають з колективного несвідомого і знаходять своє відображення у фольклорних творах у вигляді персонажів, сюжетів, мотивів і т.д. За авторкою системи національних архетипів Катериною Хоптинською,

українському суспільству притаманні наступні 8 архетипів: жіночі – Мавка, Солоха, Кайдашиха і Панночка, та чоловічі - Русин, Варяг, Турок та Єзуїт (дод. 2). Кожний з цих архетипів присутній всередині кожного українця і проявляється у відповідних умовах чи станах. Так, Мавка та Русин – це архетипи, що стосуються усвідомлення власного Я. Мавка – пов'язана з силами природи та царством мертвих (магічність, стихії, робота з основними емоціями, потойбічність). Русин, натомість, пов'язаний зі світом богів, духів та предків (складання міфів, передбачення майбутнього, ритуальність, збереження традицій, знахарство та цілительство. У свою чергу архетип Солохи – перехідний від Я до Іншого. Вона пов'язана зі знаннями про людей та безпосередньо людьми (тонко відчуває несвідоме людини, лікує душу та тіло, все знає, збирає чутки та новини – така собі відьма). Варяг та Кайдашиха – архетипи соціальної взаємодії. Варяг пов'язаний з проявом Волі та Майстерності (діє тут і зараз, цінує життя, воює за нього і здатний до самопожертви), а Кайдашиха, натомість, пов'язана з Родом та Сім'єю (створює та захищає нове життя; сильна, але при тому любляча, опікуюча, ніжна, гармонійна). Турок – це перехідний архетип від Іншого до Групи. Він пов'язаний зі світом обміну, торгівлі, комунікації (змінює реальність, створює можливості, слухає та спостерігає). Базовими національними архетипами, на думку Катерини, є Панночка та Єзуїт. Перша пов'язана із соціумом та людством, розуміється на шляхах розвитку суспільства, його спрямуваннях та потенціалах

(підтримує нові вектори, мотивує, спонукає до прогресу). У свою чергу Єзуїт пов'язаний зі світом ідей. Він вирішує проблеми на рівні людства, загального блага ( він крійтор і винахідник).

### **1.3 Поняття «шароварщини»**

Про те, наскільки важливим є значення фольклору та загалом знання своєї культури для народу, радянська влада знала ще давно. Доказом того є десятки поневолених та пригнічених росією народів, що русифікувались і піддавались масовим геноцидам насправді ще до створення СРСР. Знищенню поляків, німців, латвійців, черкесів, бурят-монголів, чеченців, грузинів та інших народів (зокрема і українців) існує вдосталь доказів, які на сьогоднішній момент є загальновідомими та визнаними багатьма країнами світу, навіть не зважаючи на спроби московської влади приховувати їх сторіччями. Проте, повернемося до терміну.

Традиційно, «шароварщиною» прийнято називати спробу зобразити українську культуру через нібито народні, стереотипні, елементи вбрання та побуту (шаровари, вусаті козаки, сало і т.д.) навмисно спрощуючи і узагальнюючи її. З'явившись приблизно наприкінці 19 ст. та набувши своєї популяризації у 20 ст. поняття «шароварщини» просувалося, за однією з версій, саме з подачі більшовиків (за Г. Ващенко). Дійсно, досить зручно демонструвати «дружність та братність» народів, проте дещо «принижувати» значення одного з них, ненав'язливо демонструючи

приблизно таку картину: село, город, тяжка праця і бідність – презентуються українською мовою, а от місто, лоск, свято та «льогкая жизнь» - російською. Прикладами цього можуть бути як і численні тогочасні театральні постановки, так і навіть література українських (!) митців ще до створення СРСР («За двома зайцями» М. Старицького, «Вечори на хуторі біля Диканьки» Гоголя і тому подібне).

Відтак, у спробах просувати українську культуру на масового споживача (театр, музика і т.д.) митці 20 ст. стикнулися ще з однією проблемою – цензура та «вимоги та правила» сцени. Театральні п'єси – обмежені у можливості створювати якісні костюми, що відповідали б історичним традиціям тих чи інших регіонів (брак фінансування), народні танці скоріше не народні, а сценічні (авторська хореографія з елементами народного танцю), оскільки вимушено адаптовані під доступні маленькі сцени і штучно гіперболізовані, так само як і макіяж акторів і танцівників виконано в стилі «треба так, щоб тебе з останнього ряду при поганому освітленні видно було». Народні пісні перед затвердженням проходять жорстке відсіювання по жанру і тривалості, а також легкості аранжування. Ну, а стосовно обмеження для літератури відомо зовсім жахливі приклади – історія «Розстріляного Відродження», арешти та репресії шістдесятників.

#### **1.4 Елементи фольклору у сучасній українській культурі**

Від моменту 24 лютого 2022 року до сьогодні в українській культурі

відбулися кардинальні зміни. Як цей період розквіту та відродження української ідеї назвуть згодом історики ми поки не знаємо, але судити, пояснювати та аналізувати наявні трансформаційні процеси, на мою думку, є одним з наших безпосередніх обов'язків як сучасників.

У статті М. Крижні «До свого коріння: як війна повернула елементи фольклору у сучасні пісні» кандидатка філологічних наук Катерина Годік виступила експерткою та пояснила причини та специфіку використання елементів фольклору у сучасних піснях. У статті наводилися приклади використання у повоєнній музиці таких жанрових спрямувань, характерних для фольклору, як Замовляння, Прокльони, Колискові, Дразнилки, Лайка та Русальні пісні. У цьому розділі пропоную розглянути інші приклади сучасних пісень з метою фіксування і підтвердження співпадінь.

Перше, що хотілося б пригадати – 25.02.2022 року. Минула доба з початку повномасштабного вторгнення, а лідер гурту «Бумбокс» Андрій Хливнюк завантажує у соц. мережі відео акапельного виконання на безлюдній Софіївській площі української народної пісні «Ой у лузі червона калина» (дод. 4, 1). У подальших інтерв'ю співак зазначав, що і сам не знає, чим був зумовлений вибір пісні. Напевно, можна було б пояснити це випадковістю чи навіть «постановою», проте існують і інші приклади підтвердження думки про те, що у складний для народу час (такий як війна) люди шукають підтримки і захисту у чомусь знайомому та надійному. А що як не народна пісня (чи інші прояви народної творчості) асоціюється з

безпекою, комфортом власного дому та родини чи навіть дитинством. Отже, і невідомі українці неодноразово підтверджували вищезгадану думку, коли співали народних пісень у метро під час повітряних тривог (дод. 4, 2).

Наступними вважаю доречним проаналізувати пісні-переможниці (призові місця) на конкурсі Євробачення останніх трьох років, а саме: Kalush Orchestra з треком «Stefania» (1 місце, 2022 рік – дод. 4, 3) та дует alyona alyona і Jerry Heil з піснею «Maria & Teresa» (3 місце, 2024 рік – дод. 4, 4). У стилістичних рішеннях, наприклад, деякі елементи є спільними для обох пісень. Так, обидві композиції мають елементи хорового співу, багатоголосся, а також демонструють народний стиль голосоведіння, що неодмінно являється елементом фольклорного жанру. Образні системи, використані у піснях, теж дещо перегукуються і відправляють нас до розділу 1.2, підтверджуючи, що є символи які особливо характерні для українського народу. Так у Калуша змальовується образ матері, як сильної та люблячої водночас, образ розквітаючого поля – це символ буйної юності сина, образи колискової та рідного слова – як символи згадки про дитинство, безпеки та пам'яті про національну приналежність до народу із «співочою, солов'їною мовою». У пісні «Maria & Teresa» теж присутній образ сильної жінки (і не один), проте акцент робиться саме на її незламності, внутрішній стійкості, також використовуються природні образи, про які ми вже говорили, а ще з'являється узагальнений образ

предків – як символ сили роду. Стилiстика вбрання виконавцiв теж схожа – національний одяг на сучасний манер. Проте є у пiснях i характернi «родзинки», що вiдрiзняють їх i, насправдi, працюють як особлива «фiшка». Так особлива увага у пiснi «Stefania» придiляється сопiлковому соло, а у дуета аlyона аlyона i Jerry Neil присутнiй, характерний для українських народних пiсень, вокалізовий розпiв, виконаний у багатоголоссi. Отже, робимо висновок про те, що бажаючи представити пiснею нашу культуру на вiдповiдному конкурсі в обидвох випадках була задiяна значна частина національної традицiї.

Окрему увагу хочу також придiлити співаку Артему Пивоварову та його авторському культурному проекту «Твої вiршi, мої ноти», спрямованого на популяризацiю та вiднаходження свiжого погляду на творчу спадщину українцiв. Суть проекту полягає в тому, що Артем бере лiрику/вiршi українських письменникiв (вiдомих i не дуже) i створює для них мелодiї та аранжування. Навеснi 2024 року проект налічує вже близько 20 вiршiв, покладених на ноти, серед яких роботи таких українських поетiв, як І. Франко, П. Тичина, Т. Шевченко, М. Старицький, В. Симоненко та ін. I хоча цей проект не є безпосередньо «фольклорним», та саме iдея просування українського вiдгукується сьогодні багатьом i є насправдi важливою. Тому що українська культура - це не лише шаровари i вареники, але i глибокі змісти, чуттєві лiрика та образи i цiлий спектр рiзних почуттiв.

## **1.5 Образ жінки як один з основних складових українського фольклору**

Опираючись на інформацію, яку ми вже встигли розглянути в попередніх розділах можемо погодитись з тим, що образ жінки є, і як виявляється, завжди був центральним в українській культурі. Приклади звернення до образу жінки в сучасній музиці ми вже розібрали в розділі 1.4. Тепер пропоную, відійти від виключно музичного спрямування думки, і спробувати проаналізувати інші види мистецтва.

Мистецтво, у будь якій його формі – це потужний терапевтичний інструмент, володіння яким дозволяє людині переживати складні періоди та травматичні події легше і екологічніше. Так, наприклад, львівська мисткиня, що відома під псевдонімом Kinder Album, на початку повномасштабного вторгнення опублікувала на своєму сайті серію робіт під назвою War Album, в яких проживала тяжкі події того часу. Основними героями її картин є українські жінки, в різних ситуаціях, що стали для нас звичними від початку повномасштабного вторгнення.



*Рисунок 1.1* Роботи художниці Kinder Album

Картини, наведені на рисунку 1, наприклад, зображають образ незламної українки, що здатна бути сильною, сміливою, захищати рідну землю, дім і власну свободу, але при цьому залишатися вразливою та ніжною, потребуючою підтримки «сестер» і шукати нові грані та розуміння своєї краси та жіночності. Посилання на сайт, на якому можна ознайомитись з іншими роботами Kinder Album знаходиться у списку джерел під номером 13.

Прикладів образу жінки в літературі можна згадати безліч. Мені, особисто, першими спадають на думку Маруся Чурай, Роксолана, Мотря Кайдаш, Мавка і Маруся (з однойменної повісті Г. Квітки-Основ'яненка). Так, Марусю Чурай можна описати як сильну жінку, яка спроможна надихати і заряджати вірою у перемогу своїм співом. Вона вмiла щиро

кохати, була гордою і була навіть готова померти через те, що випадково вбила свого коханого.

Роксолана відома своєю надзвичайною красою і гострим розумом. Вона змогла подолати тернистий шлях від полонянки до турецької султани і навіть «загубила душу» (згідно християнських законів через прийняття ісламу) заради своїх майбутніх дітей.

Мотрю Кайдаш знають по цитаті «дівчина, в якій серце з перцем». Вона теж горда, гонорова і знає собі ціну, але при тім, роботяща та хазяйновита. На честь Мавки, як вже було зазначено, названо один з національних архетипів, проте окрім магічної сили та емоційності, вона відома і своїм великим серцем. Це дівчина, що піклується про благополуччя та добробут людей та істот, що її оточують і дбає про природу. Вона також готова відступити і відмовитись від можливості жити у формі мавки (і стати вербою) через те, що її коханий обрав не її.

Маруся ж була ніжною, тихою, розумною дівчиною, що сильно любила своїх батьків. Вона була працьовита, ввічлива і глибоко поважала старших. Вірила в бога та мала добре серце.

Так, бачимо, що образ жінки дійсно є центральним у багатьох роботах митців і давнього часу, і наших сучасників. Вони із разу в раз повертаються до нього, тому що немає нічого й близько такого ж теплого, як мамина колискова, солодкого як цілунок коханої чи мудрого, як порада бабусі. Жінка це початок усього життя, його берегиня і підтримка.

Тому, підводячи підсумок, вважаю, що говорити про образ української жінки можна як про сильну, люблячу, горду та все ж добру і гармонійну пані.

### **1.6 Мистецтво як технологія в інформаційній війні**

Психологічне значення мистецьких творів свого народу для його представників важко переоцінити. Цю думку ми вже не одноразово підтвердили у попередніх розділах, проте, як наслідок, виникає питання: «А чи можна перетворити щось, що дає нам так багато сили, не просто на ресурс поповнення внутрішньої мотивації, а на справжню зброю?».

Відповідь на це запитання недвозначно дали українські митці після початку повномасштабного вторгнення. Розуміючи, що доступ до контенту, що публікується на просторах Інтернету має будь-хто бажаючий, вони почали дещо видозмінювати стиль своєї творчості і перетворювати її на своєрідний «рупор». Представники медіа та арт-спільноти почали публікувати на своїх сторінках збори та пости інформації про масовані обстріли та інші злочини, що коїть росія (для розголосу на міжнародній арені), а Мстислав Чернов зі своєю командою вирішив, що найголосніше, все ж, говорять очі, і зняв оscarоносний фільм «20 днів у Маріуполі», який дійсно «побачила і почула» світова спільнота.

Музиканти почали писати пісні у яких відкрито цькується російський народ. Однією з найвідоміших таких композицій є пісня Маші Кондратенко

«Ванька-встанька», у якій вона іронізує над російським солдатом і ненав'язливо радить «приготувати собі пакет», оскільки ходити по українській землі йому лишилося недовго. Або ж пісня-дражнилка VovaZiLvova «Вмри вмри вмри (путін)» яка, на мою думку, є внутрішнім криком душі кожного українця вже більше ніж два роки.

Ще одним доказом того, що творча спадщина – це неоцінено важливий для нації ресурс може бути той факт, що росіяни, після початку війни, почали нещадно красти наші твори і «переробляти» їх на свій манер. Найбільшого розголосу і заслуженого обурення, напевно, набула ситуація з піснею «Пливе кача», яку зрадник з Маріуполя Акім Апачев переробив і заспівав сумісно з Дар'єю Фрей на новорічному «галубом аганьке» на першому російському каналі. Вони використали не просто пісню, яку можна порівняти з болючим шрамом на тілі українського народу з 2014 року, але і виконали її українською мовою будучи закутаними в триколонор. Ще одним прикладом стало «переінакшення» пісні Христини Соловій «Тримай», яку в росії переспівали для спектаклю на льоду «Вечори на хуторі», написаного за мотивами повісті М. Гоголя. Тобто, не музикою єдиною) Здається, що росіяни живуть за принципом якщо вже і красти, то «всього і побольше». Більше про вкрадені українські пісні можна дізнатися з відео Олени Морозової, на ютуб-каналі «Музичний фронт» (список джерел, №14).

Таким чином, стає очевидним, що культура це своєрідний важіль впливу на народ, пануючий у ньому психоемоційний стан і «загальні внутрішні болі». Тому важливо дбати про автентичність мистецтва, що твориться, пам'ятати своє коріння і головні ідеї і цінності народу (які, насправді, і зберігаються у народній творчості). Ну і, звісно, продовжувати творити прекрасне і збагачувати нашу культурну спадщину.

### **Висновки до розділу 1**

Таким чином, у Розділі 1 ми запевнилися в тому, що фольклор є багатограним явищем, яке охоплює різноманітні аспекти культурного, історичного та психологічного життя народу. Завдяки теоретичному та історичному огляду поняття фольклору, досліджуючи складний процес його формування та передачі фольклорних знань через покоління, нам вдалося глибше зрозуміти його витoki та еволюцію. Психологічний підхід до вивчення фольклору, в свою чергу, висвітлює те, як народна творчість впливає на формування світогляду та психіки людини, показуючи, що фольклорні образи та сюжети можуть слугувати своєрідними психологічними інструментами для осмислення реальності.

В рамках підрозділу 1.3 було прослідковано, як елементи фольклору буквально перетворюються на стереотипні образи («шароварщину»), втрачаючи при цьому свою автентичність та глибину. Однак, навіть у такому вигляді, фольклор продовжує відігравати важливу роль у сучасній

українській культурі, залишаючись джерелом натхнення для мистецтва, літератури та популярної культури. Елементи фольклору знаходять своє відображення у сучасних культурних практиках, збагачуючи їх символікою та наративами, що підтримують національну ідентичність.

Особливої уваги заслуговує і образ жінки в українському фольклорі, який виступає, як виявилось, одним з центральних і, навіть, дещо формуючих образів для культурних традицій українців. Цей образ відображає соціальні ролі, ідеали та стереотипи, що існували в різні історичні періоди і, водночас, продовжує еволюціонувати, адаптуючись до умов сучасного світу.

На завершення, дослідження ролі мистецтва, як технології в інформаційній війні, показало, що фольклор може бути потужним засобом впливу на суспільну свідомість та емоції людей. Використання фольклорних мотивів та символів у інформаційних кампаніях підкреслює важливість народної творчості у формуванні культурної традиції та підтримці колективної пам'яті.

Таким чином, всебічне дослідження українського фольклору не лише розширює наші знання про минуле, але й надає інструменти для розуміння та вирішення сучасних культурних та соціальних викликів. Проаналізовані дослідження, статті та наукові роботи дають змогу вважати, що зв'язок між психоемоційним станом народу та елементами національної спадщини в сучасній культурі дійсно існує.

Також із інформації, наведеної вище, робимо висновок про те, що способів для застосування елементів фольклору насправді безліч. Вони можуть бути неочевидними і нестереотипізованими, як нам протягом довгого часу намагалися нав'язати. Відповідно до цього, важливістю та значенням уваги до цієї теми не можна нехтувати, адже, подібно до думки Ліни Костенко про те, що «Нації помирають не від інфаркту. Спочатку їм відбирає мову..», я вважаю, що і без культурної спадщини нація не зможе існувати.

## **РОЗДІЛ 2. Емпіричне дослідження впливу української музики на психоемоційний стан українців**

### **2.1 Організація, методи та методики дослідження**

Дослідження було організовано та проведено на інтернет-платформі “Google Form”. У ньому взяло участь 35 осіб різного віку, статі та рівня освіти. Участь респондентів була добровільною та не передбачала жодних винагород (фінансового чи іншого роду). Учасникам було представлено опитування, що складалося з трьох тематичних частин (тестовий забір даних про психоемоційний стан учасників, прослуховування української музики, контрольний забір даних) та мало, загалом, 5 запитань різного виду (ранжувальні та відкритого типу).

Перша частина опитування включала в себе 4 запитання короткої версії опитувальника для самооцінки емоційних станів Уессмана та Рікса. Дана методика є ефективною у ситуації, коли необхідно виявити зміну емоційного стану досліджуваного протягом певного періоду часу. З інструкцією та списком запитань, передбаченим даною методикою можна ознайомитись у додатках до роботи (дод. 4).

Друга частина опитувальника містила 10 українських пісень різного жанру, стилю та новизни. Учасникам було запропоновано прослухати хоча б 3 з них, обираючи композиції на власний смак. Після цього, їм пропонується поділитися власними враженнями стосовно української пісні

(запитання на виявлення асоціацій). Переглянути список запропонованих до прослуховування композицій можна переглянути у дод. 5.

Третя частина опитування являлася безпосереднім повторенням частини 1.

## РОЗДІЛ 3. Результати емпіричного дослідження впливу української музики на психоемоційний стан українців

### 3.1 Характеристика досліджуваної вибірки

У дослідженні взяло участь 35 людей, 24 з яких ідентифікують себе як “жінка” і 11 - як “чоловік”. Найбільше у вибірці представників вікового діапазону від 31 до 50 років, при чому наймолодшому учаснику від 10 до 18 років, а найстаршому - 50 і більше років. Зображення вікового розподілу можна побачити на наступному малюнку:

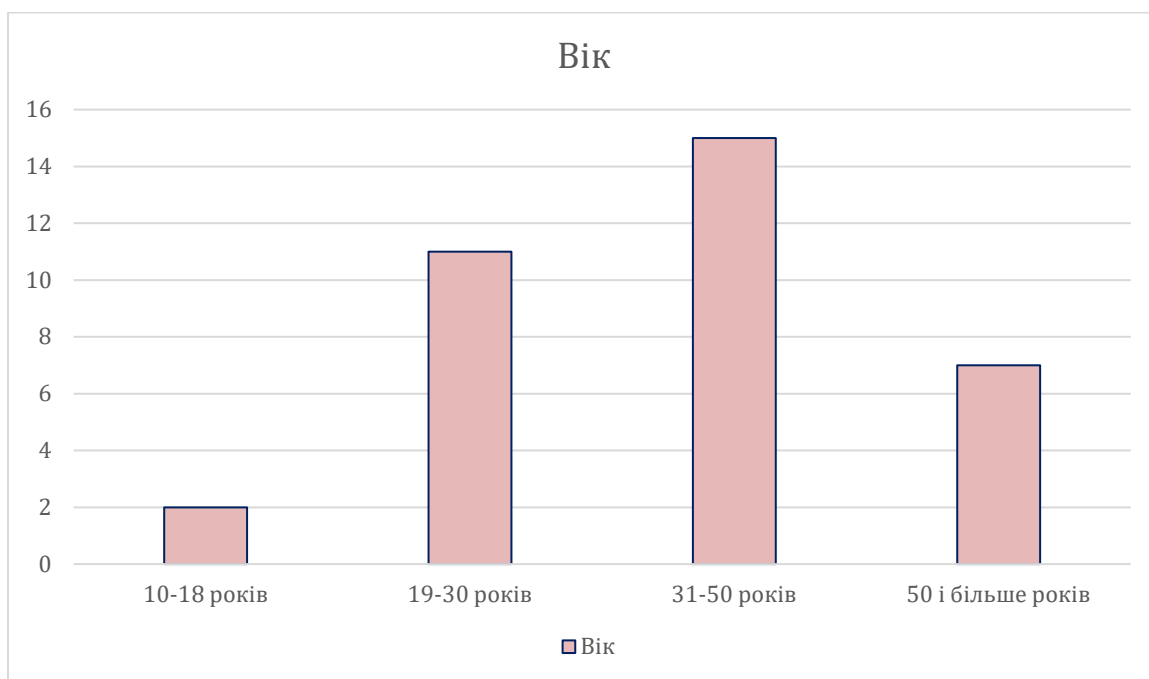


Рисунок 3.1 Віковий розподіл досліджуваної вибірки

### 3.2 Безпосередньо процес опитування

Досліджування проводилось українською мовою. Для характеристики вибірки, на початку опитування учасники давали

інформацію щодо свого віку, статі, місця перебування та надавали згоду на участь у дослідженні. Після цього йшла перша частина опитування, у якій респонденти оцінювали себе та власний психоемоційний стан за методикою самооцінки емоційних станів Уессмана - Рікса. Відповідно до питань, досліджувані могли оцінити свій стан за такими шкалами: спокій - тривожність, енергійність - втома, піднесеність - пригніченість, впененість у собі - безпорадність.

Після цього, слідувала частина експериментального впливу, в якій досліджуваним пропонувався до прослуховування перелік українських композицій різних жанрів та стилів (10 треків). Було поставлено завдання прослухати хоча б 3 з них перш ніж переходити до наступної частини досліджування. Також, у кінці цієї частини досліджуваним було запропоновано дати відповідь на запитання «якою вони вважають українську музику?».

Третя частина дослідження фактично повторювала першу, тобто містила у собі перелік з 4 шкал, у яких досліджувані могли оцінити свій стан від 1 - як майже відсутнього прояву стану, до 10 – як найвищого ступеня проявленості стану.

### **3.3 Аналіз отриманих результатів**

Таким чином, після проведення опитування було отримано наступні результати. Після першої частини опитування за шкалою Спокою, 11 людей

зазначають, що в них «присутня певна стурбованість» (це позначка 4 у цифровому еквіваленті). 6 респондентів оцінюють свій стан як «виключно холоднокровний», а крайні прояви тривоги такі як позначки 1 і 2 («зовсім втратив самовладання від страху» і «величезна тривога») взагалі не проявляються. Схематично результати опитування за шкалою Спокою зображено на рисунку 3.2:

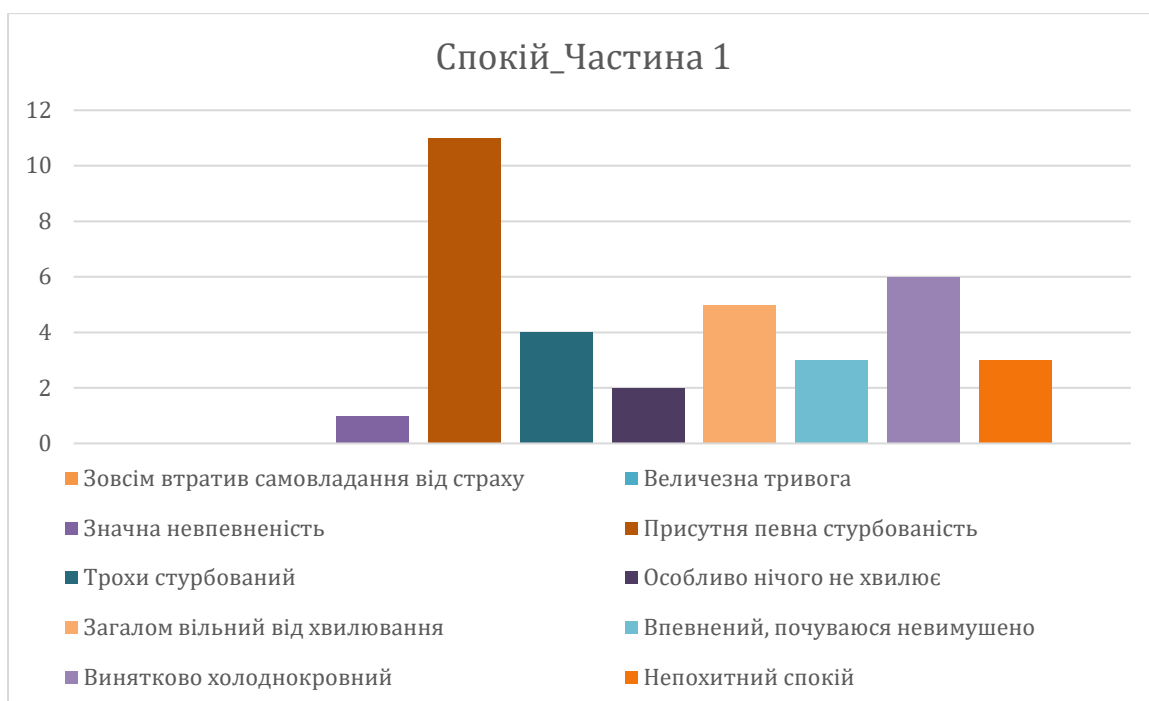


Рисунок 3.2 Розподіл за шкалою «Спокій», 1 етап

За шкалою Енергійності найбільша кількість респондентів (8) зазначає, що «трохи втомилися» (позначка 5 в цифровому еквіваленті). По оцінках високо рівня енергії (позначки 7, 8 і 9) «Почуваюся бадьоро», «Багато енергії», «Величезна енергія» відповіді респондентів розподіляються як 7, 5 і 4 відповідно. Випадків максимального і

мінімального прояву стану («Порив, що не знає перешкод» і «Зовсім виснажений») не виявлено. Схематично результати опитування за шкалою Енергійності зображено на рисунку 3.3:

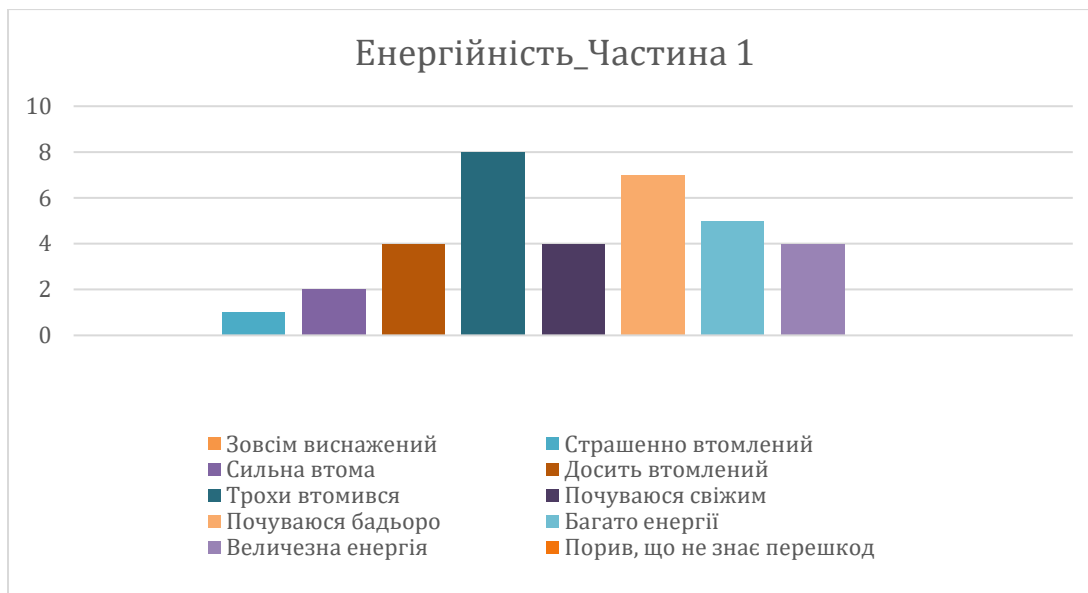
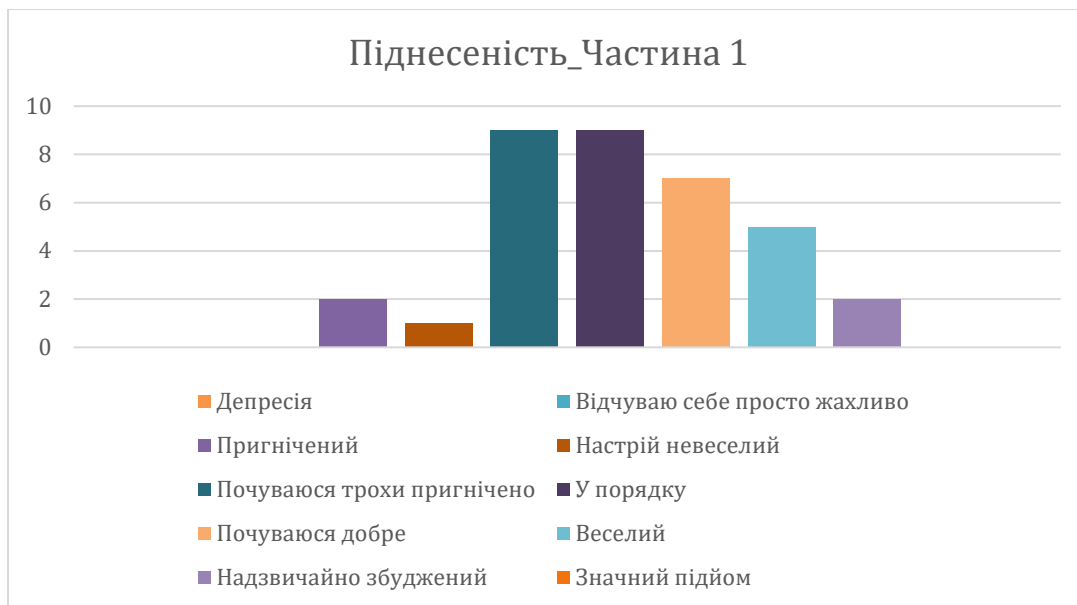


Рисунок 3.3 Розподіл за шкалою «Енергійність», 1 етап

За шкалою Піднесеності рівна кількість респондентів оцінює себе як «почуваюся трохи пригнічено» і «у порядку» (по 9 відповідей). У високих проявах стану 7 досліджуваних «почуваються добре», 5 - «веселі» і 2 проявляють «надзвичайну збудженість». Найвищого («Значний підйом») і найнижчого («Депресія») проявів стану не зафіксовано. Схематично результати опитування за шкалою Піднесеності зображено на рисунку 3.4:

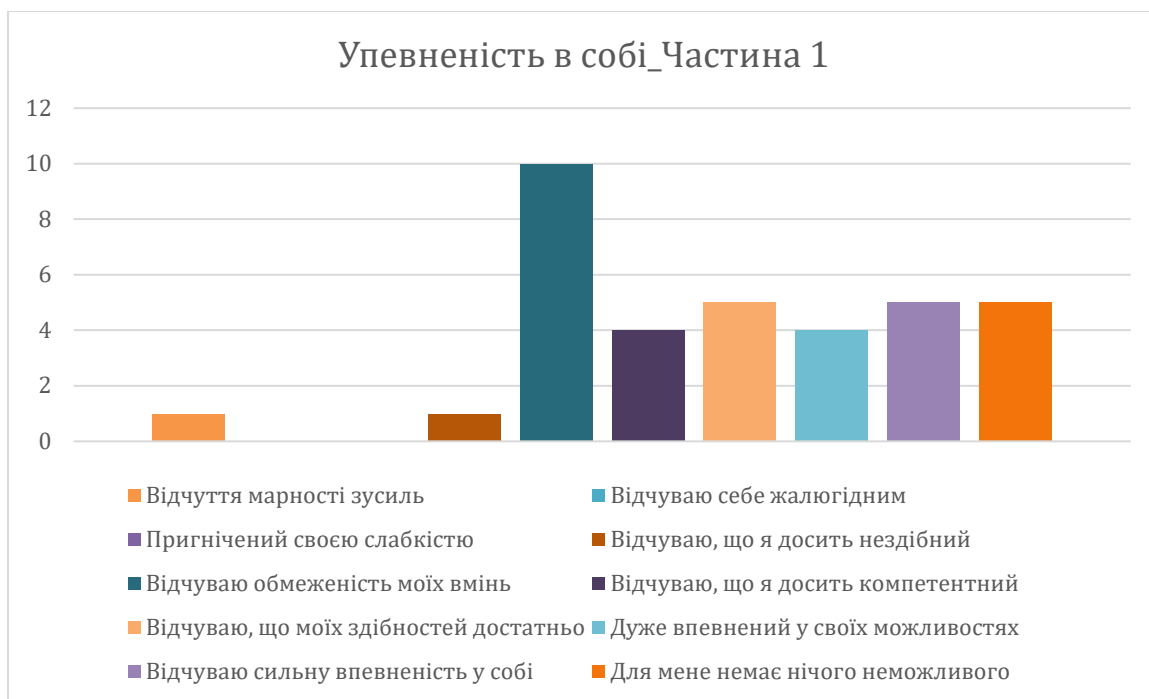


*Рисунок 3.4* Розподіл за шкалою «Піднесеність», 1 етап

За шкалою Упевненості в собі найбільша кількість респондентів (10) зазначають, що «відчувають обмеженість власних вмінь». Загалом, кількість відповідей, що свідчить про високий прояв стану варіюється від 4 до 5. Максимальний і мінімальний прояви вперше проявлені: 5 респондентів вважають, що для них немає нічого неможливого (позначка 10 по цифровому еквіваленту), а 1 респондент зазначає відчуття марності зусиль (1 по цифровому еквіваленту).

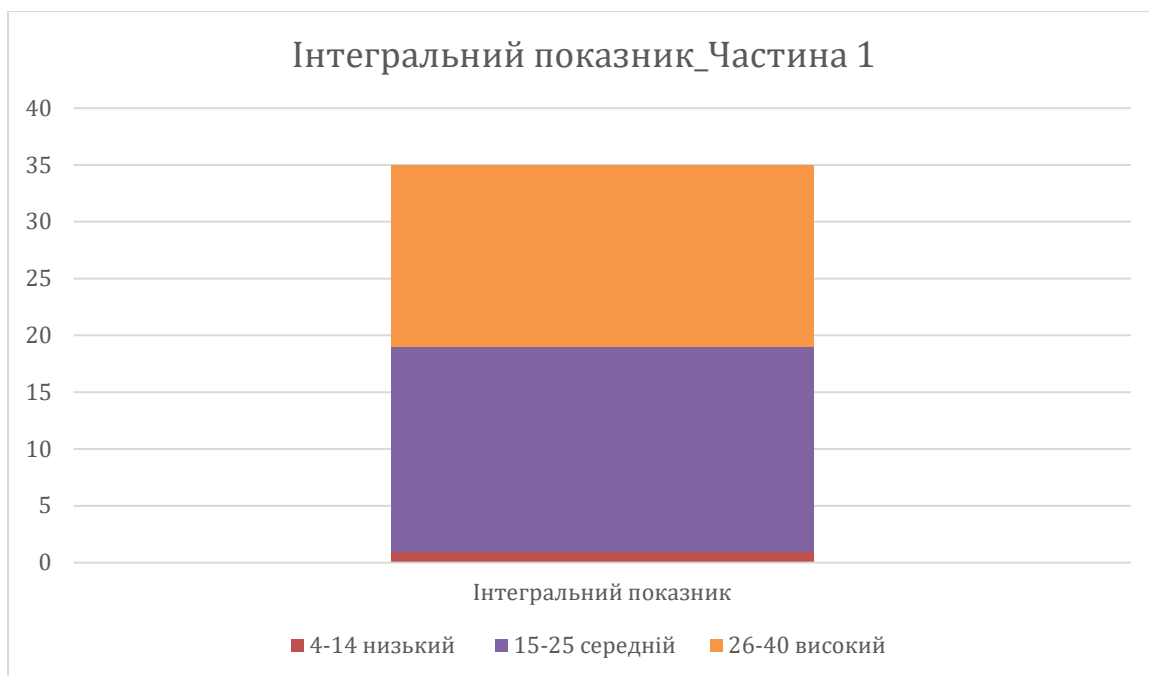
*Примітка:* до респондента (назвемо його респондент А), що зазначає марність зусиль повернемося дещо згодом для детальнішого аналізу.

Схематично результати опитування за шкалою Упевненості в собі зображено на рисунку 3.5:



*Рисунок 3.5* Розподіл за шкалою «Упевненість в собі», 1 етап

Підрахувавши інтегральні показники можемо відслідкувати розподіл від низького показника емоційного стану до високого. З візуалізації (Рисунок 3.6) бачимо, що високий рівень оцінки емоційного стану зустрічається у 16 респондентів. Респондентів, що оцінюють власний емоційний стан як середній дещо більше – 18. А також зустрічається 1 випадок низької оцінки емоційного стану (у респондента А).



*Рисунок 3.6* Інтегральний показник, 1 етап

Тепер, за аналогією, проаналізуємо результати 3 частини опитування. За шкалою Спокою тепер більша частина респондентів оцінюють власний стан як «загалом вільний від хвилювання». Також з'явився максимальний прояв стану – «непохитний спокій» (у 6 респондентів). 7 респондентів тепер відчувають «трохи стурбовано», а 1 відчуває «значну невпевненість». Схематично результати представлено на рисунку 3.7:

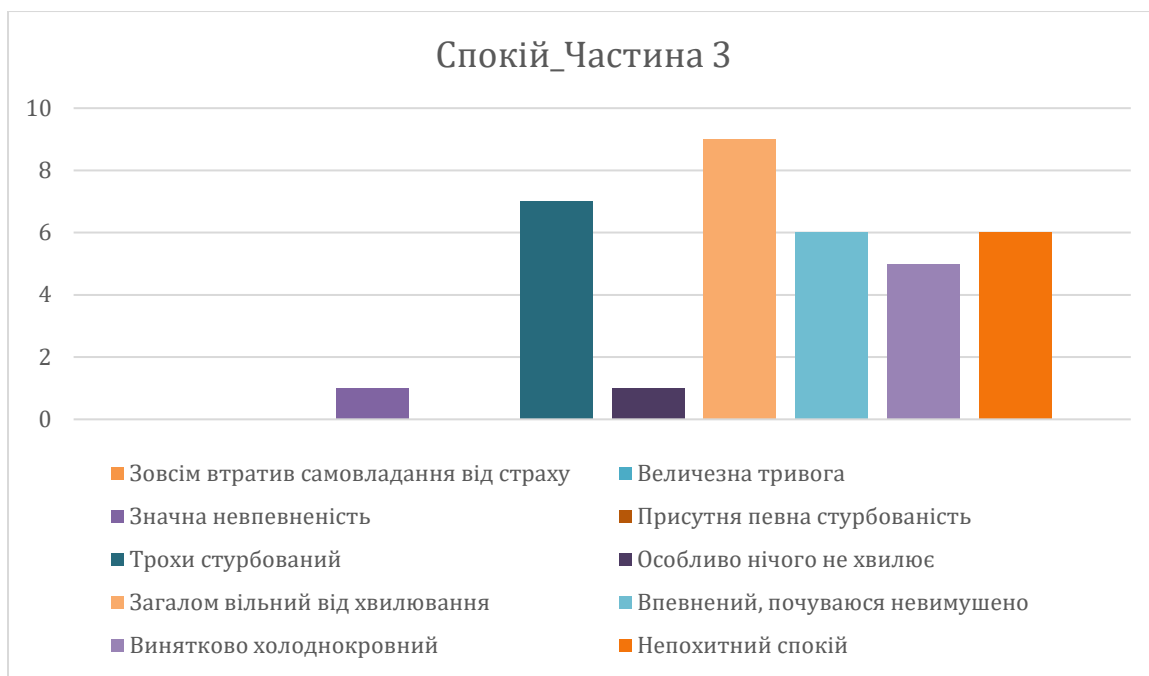
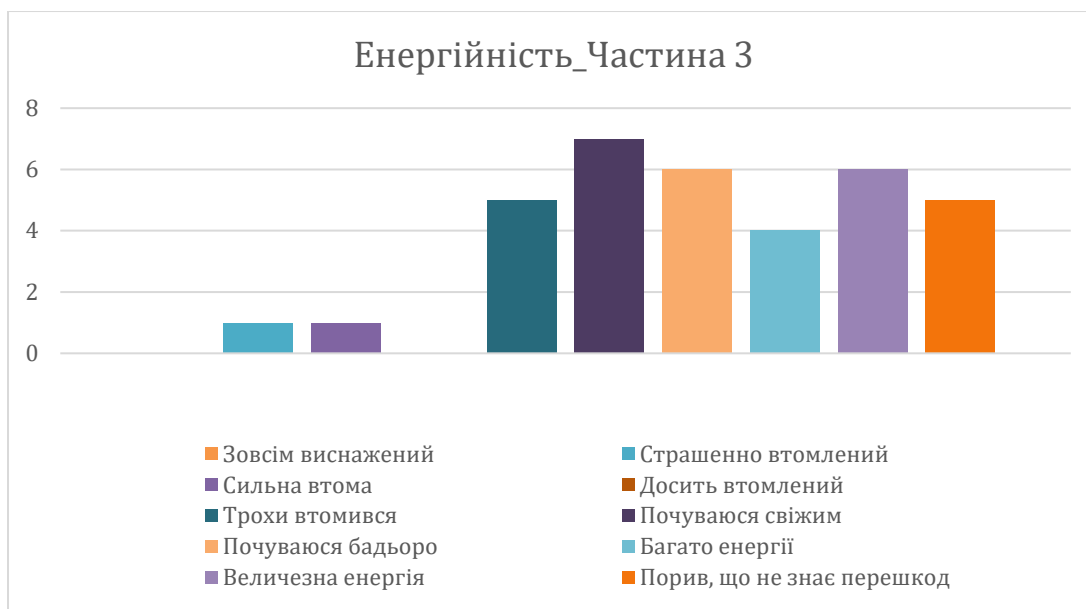


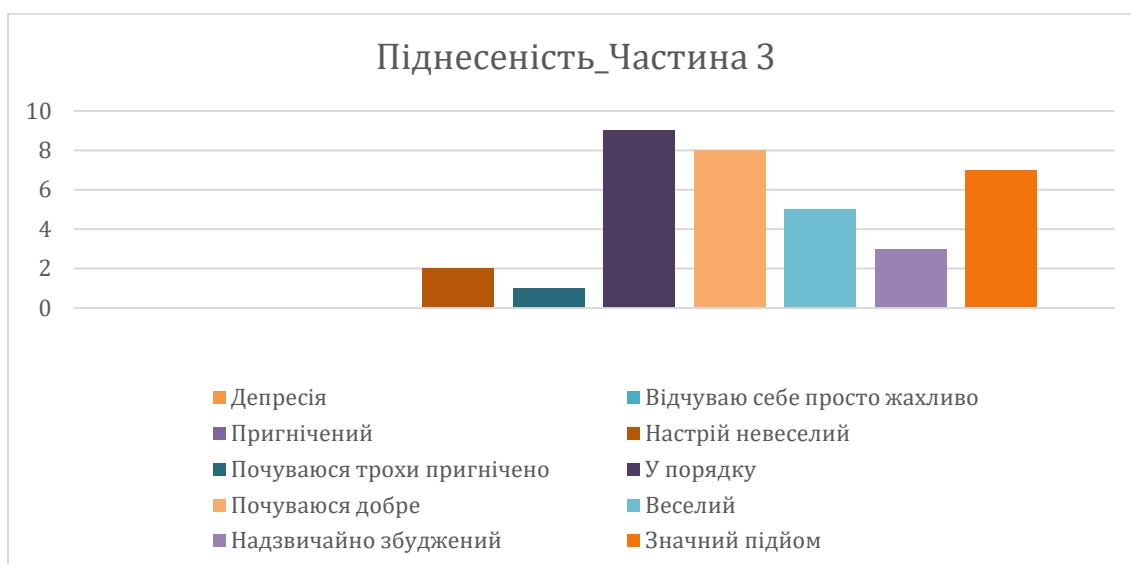
Рисунок 3.7 Розподіл за шкалою «Спокій», 3 етап

За шкалою Енергійності було отримано наступні результати. Найбільша кількість респондентів (7) обирають відповідь «почуваюся свіжим». З'являється максимальний прояв стану «порив, що не знає перешкод» - 5 респондентів. У високому прояві стану «почуваються бадьоро» 6 досліджуваних, мають «багато енергії» - 4, і мають «величезну енергію» - 6. Схематично результати опитування за шкалою Енергійності зображено на рисунку 3.8:



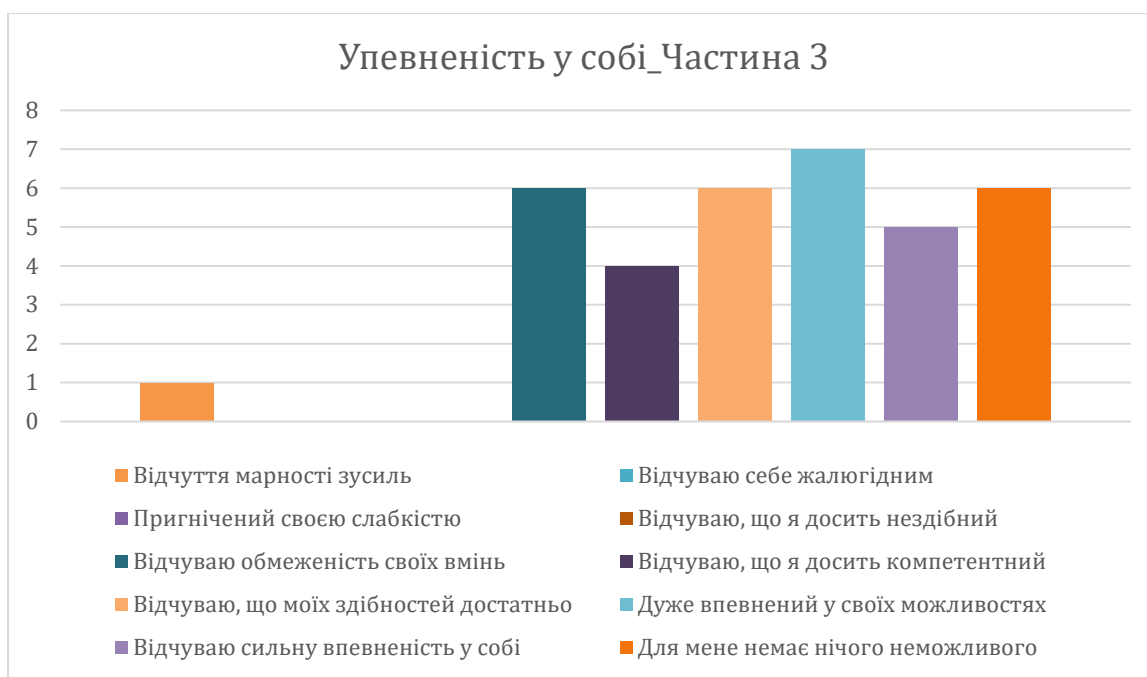
*Рисунок 3.8* Розподіл за шкалою «Енергійність», 3 етап

По шкалі Піднесеності 9 респондентів оцінюють свій стан як «у порядку». Варіант «почуваюся добре» обирають 8 досліджуваних, «веселий» - 5, а «надзвичайно збуджений» - 3 людини. 7 досліджуваних обирають максимальну оцінку прояву стану – «значний підйом». Схематично результати опитування за шкалою Піднесеності зображено на рисунку 3.9:



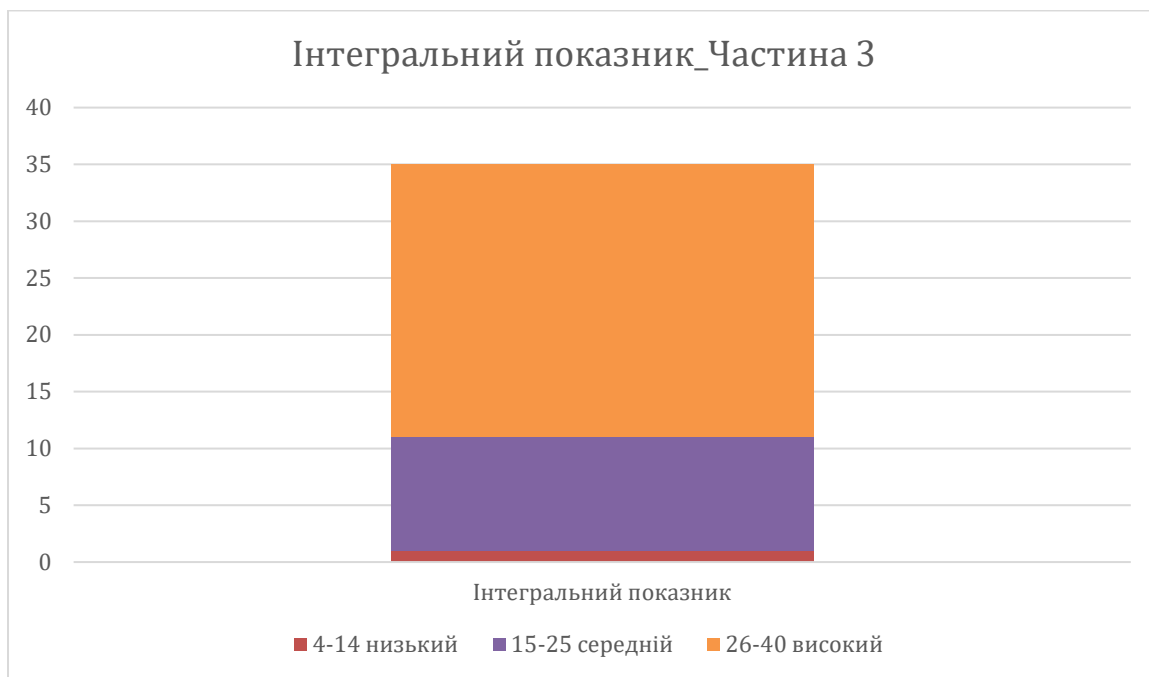
*Рисунок 3.9* Розподіл за шкалою «Піднесеність», 3 етап

По шкалі Упевненості в собі 7 респондентів «дуже впевнені у своїх можливостях». Варіант «відчуваю, що я досить компетентний» обирають 4 людини, «відчуваю, що моїх здібностей достатньо» - 6 людей, 5 «відчувають сильну впевненість у собі», а 6 взагалі вважають, що «для них немає нічого неможливого» (максимальний прояв стану). Схематично результати опитування за шкалою Упевненості в собі зображено на рисунку 3.10:



*Рисунок 3.10* Розподіл за шкалою «Упевненість в собі», 3 етап

Підрахуємо інтегральний показник після контрольного забору даних і проаналізуємо його. Низький емоційний стан за інтегральним показником залишився у респондента А. Середній інтегральний показник після прослуховування української музики залишився у 10 респондентів, а високий став проявлятися у 24 людей. Схематично результати за інтегральним показником після третього етапу зображено на рисунку 3.11:



*Рисунок 3.11* Інтегральний показник, 3 етап

Тепер, проаналізуємо детальніше результати респондента А. Нам відомо, що це жінка, у віковому діапазоні від 19 до 30 років, що перебуває за кордоном. На початку дослідження вона дає своєму емоційному стану таку оцінку: Спокій – 3, Енергійність – 3, Піднесеність – 4, Упевненість у собі – 1. Її інтегральний показник у такому випадку – 11, що є низькою оцінкою емоційного стану. У загальному вигляді емоційний стан – це характеристика емоцій людини, що відображає її ставлення до об'єктів навколишнього середовища. Також стан людини виступає регулятивною функцією адаптації до навколишнього середовища або ситуації. У такому випадку результат інтегрального показника 11 може свідчити про досить виражену психічну дезадаптацію. Враховуючи те, що респондентка знаходиться за кордоном, можемо припустити, що ця ситуація виявляється

для неї стресовою і є причиною переживання суб'єктивного неблагополуччя. У стані психічної дезадаптації людині може важко даватися самотрансцендентність як можливість самодистанціюватися саме через високий рівень стресу. А тому прослуховування музики могло не змістити фокус уваги респондентки з себе назовні, а ще більше мотивувати процес самозаглиблення. Цим і пояснюється той факт, що у третій частині дослідження інтегральний показник досліджуваної не змінився.

На основі відповідей респондентів на питання з частини 2 проведемо семантичне дослідження асоціацій. Всього учасники дали 53 слова-асоціації до поняття «українська музика». У ході аналізу їх було розподілено на такі змістові категорії:

**Характер:** Потужна, Захоплююча, Динамічна, Енергійна (2), Ритмічна, Драйвова, Запальна.

**Вплив:** До мурах (2), Викликає відчуття впевненості, До сліз, Піднімає настрій, Зворушлива, Спонукає до дії (2), Ностальгічна, Зачаровує, Вражаюча.

**Складність:** Глибока (2), Насичена, Багатошарова, Інструментальна, Голосиста.

**Культурна спрямованість:** Рідна (2), Традиційна, Народна, Патріотична (2), Для кожного.

**Якісні характеристики:** Стильна, Мелодійна (10), Сучасна, Різноманітна (6), Протяжна, Співуча .

**Емоційні характеристики:** Чуттєва, Весела (4), Мріюча, Душевна (3), Сумна, Загадкова, Натхненна, Емоційна, Щира.

**Загальні епітети:** Цікава (2), Прекрасна, Красива, Чудова, Фантастична, Класна, Найкраща, Жива, Кохана, Життєва.

Кількість згадок конкретного слова вказано в дужках поруч з ним.

Таким чином, узагальнено, українці сприймають українську музику як: Мелодійну, Різноманітну, Веселу, Душевну, Енергійну, Глибоку, Рідну, Патріотичну, Цікаву, таку що «До мурах» і Спонукаючу до дії.

Проведемо порівняння результатів першого і другого виміру емоційного стану.

### Шкала Спокій

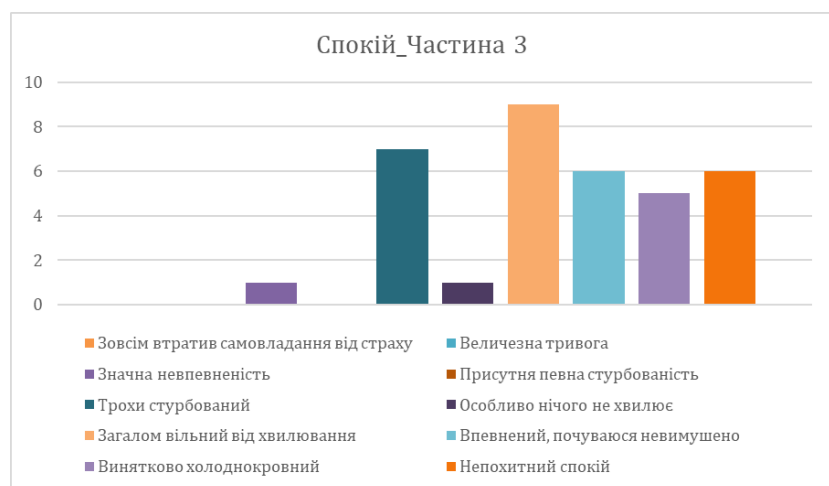
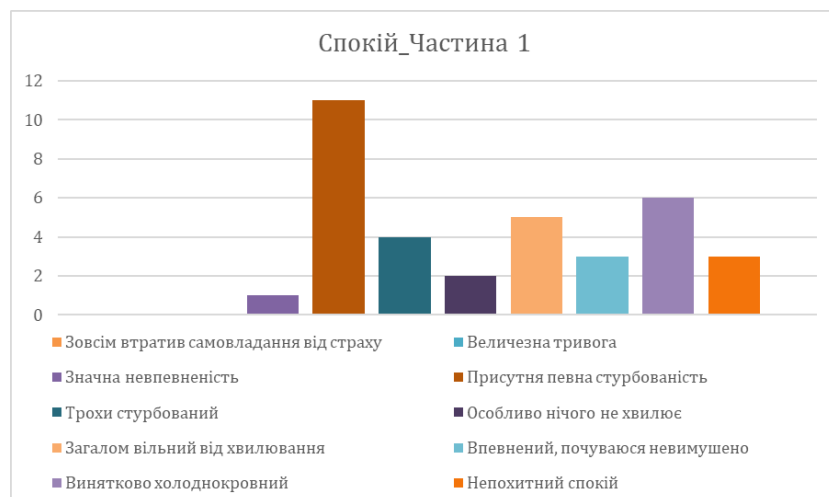


Рисунок 3.12 Порівняльний розподіл за шкалою «Спокій»

Після прослуховування українських пісень у частині 2 спостерігаємо збільшення відповідей, що вказують на високий прояв стану (від категорії «особливо нічого не хвилює» до «непохитний спокій»). Категорія, що кількісно переважала на початку опитування «Присутня певна стурбованість» зникла, і, натомість, найбільш популярною стала категорія «загалом вільний від хвилювання». Можемо припускати, що прослуховування української музики знижує ситуативну тривожність.

### Шкала Енергійність

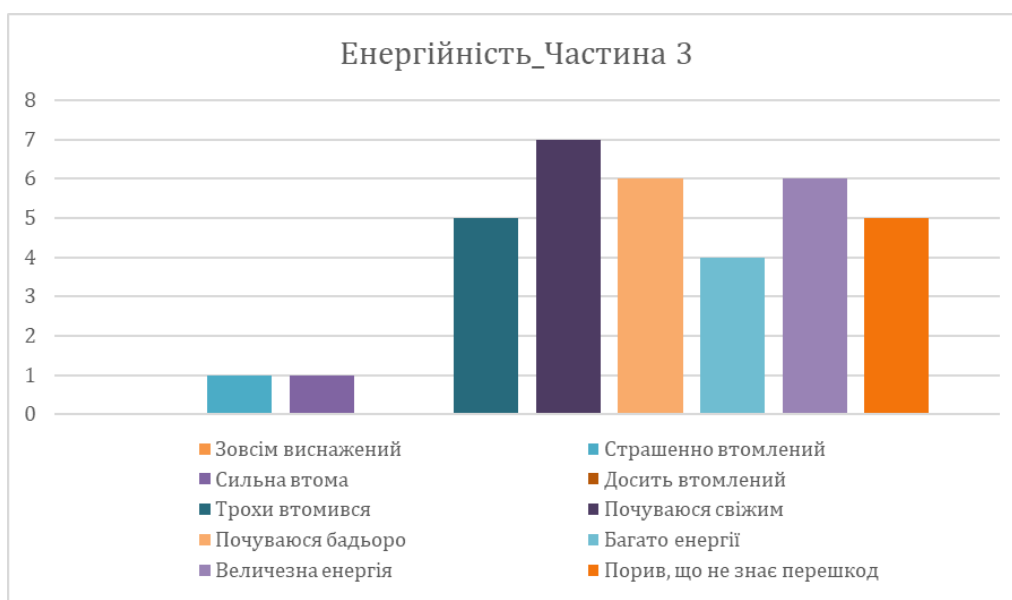
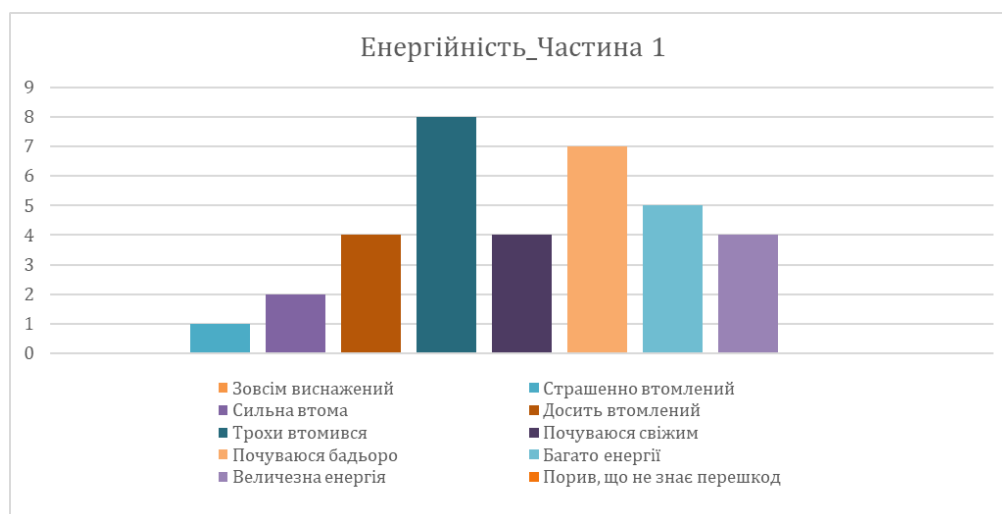


Рисунок 3.13 Порівняльний розподіл за шкалою «Енергійність»

Після прослуховування української музики спостерігаємо зсув у відповідях досліджуваних стосовно власної бадьорості. Середньо популярна категорія «почуваюся свіжим» на початку дослідження, наприкінці стала такою, що обирали більшість разів. Люди, що спочатку оцінили свій стан як «досить втомлений» і «трохи втомився» (цифровий еквівалент – 4 і 5) додали декілька балів до цієї оцінки згодом, адже бачимо зменшення цих стовпчиків. Додався також і найвищий прояв стану енергійності «порив, що не має перешкод». Таким чином, можемо припускати, що прослуховування української музики має своєрідний мотивуючий, підбадьорюючий вплив.

### Шкала Піднесеність

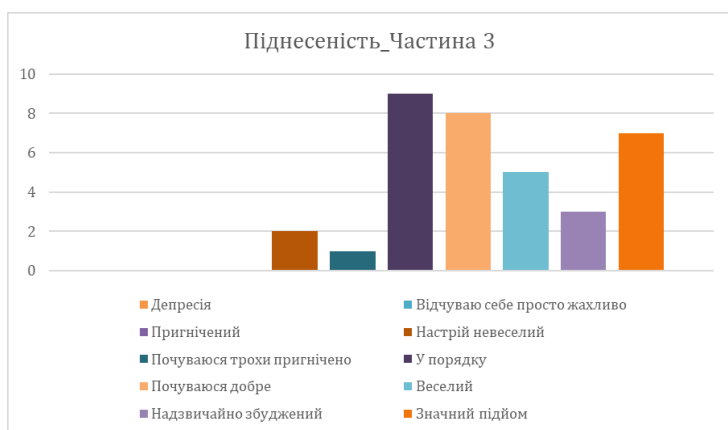
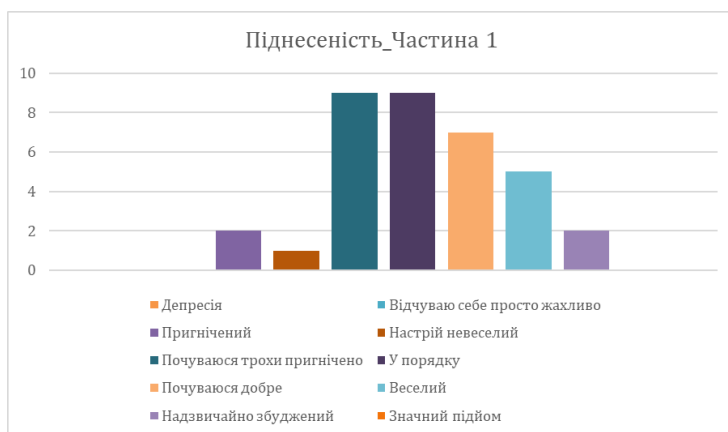


Рисунок 3.14 Порівняльний розподіл за шкалою «Піднесеність»

Спостерігаємо, зниження прояву таких позицій як «пригнічений» і «почуваюся трохи пригнічено» (3 і 5 відповідно до цифрового еквіваленту). До позицій 7 і 9 («почуваюся добре» і «надзвичайно збуджений») додалося по 1 відповіді, і досить сильно зросла категорія, що відображає максимальний прояв стану - «значний підйом». Припускаємо, що прослуховування української музики має незначний позитивний вплив на відчуття піднесеності українців.

*Примітка:* Коефіцієнт зростання оцінки за цією шкалою може бути пов'язаний з жанром та ладом (мажорним/мінорним) прослуханих композицій.

### Шкала Упевненість у собі

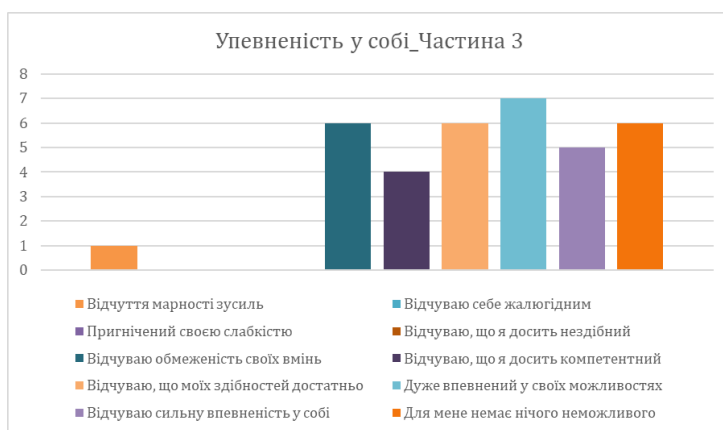
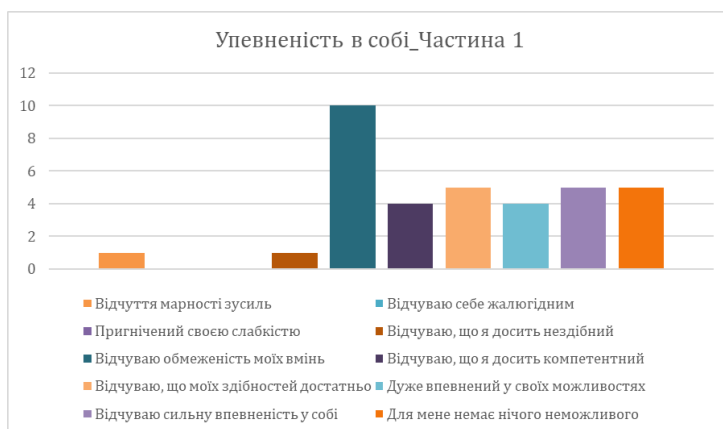


Рисунок 3.15 Порівняльний розподіл за шкалою «Упевненість в собі»

Спостерігаємо кількісне зменшення позицій 4 і 5 («відчуваю, що я досить нездібний» і «відчуваю обмеженість своїх вмінь» відповідно). Натомість дещо зростають категорії «відчуваю, що моїх здібностей достатньо», «дуже впевнений у своїх можливостях», і «для мене немає нічого неможливого». Проте кардинальних змін не зафіксовано. Припускаємо, що прослуховування української музики практично не має впливу на суб'єктивне відчуття впевненості в собі.

### Порівняння інтегральних показників

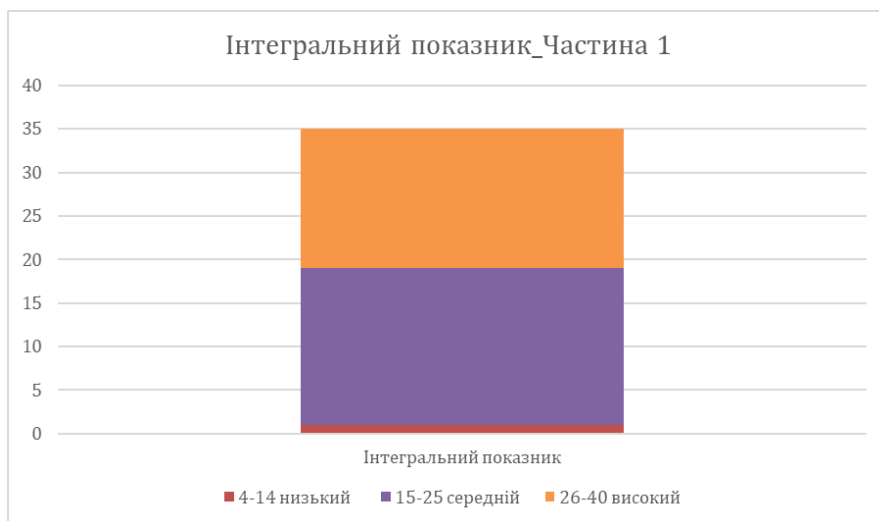


Рисунок 3.16 Порівняльний розподіл інтегральних показників

Відслідковуємо збільшення інтегрального показника і перехід від середньої оцінки рівня емоційного стану до високої. Припускаємо, що прослуховування української музики має помірний позитивний вплив на емоційний стан українців.

### **Висновки за розділом 3**

Таким чином, було проведено дослідження впливу української музики на психоемоційний стан українців. У досліджуваних було зафіксовано збільшення показників за методикою самооцінки емоційних станів Уессмана-Рікса. За результатами дослідження можна зробити висновок про те, що прослуховування української музики має позитивний вплив на емоційний стан людини, а саме зменшення рівня ситуативної тривожності, а також збільшення рівня суб'єктивної енергійності та піднесеності (ст. 4, завд. 2). Також, в рамках дослідження було проведено семантичний аналіз асоціацій респондентів з поняттям «українська музика». Цей аналіз виявив, що здебільшого українці сприймають українську музику Мелодійною, Різноманітною, Веселою, Душевною, Енергійною, Глибокою, Рідною, Патріотичною, Цікавою, такою що доводить «До мурах» і Спонукаючою до дії. (ст. 4, завд.1)

Дану роботу можна також оцінювати як пілотне дослідження, яке може слугувати основою для подальшого удосконалення, розширення теми та повторного проведення дослідження. Вплив народної музики та інших

елементів культурної спадщини на емоційний стан українців мало досліджувався в українському науковому просторі, тому будь-якого роду внески, в тому числі і дана робота, можуть стати фундаментом і поштовхом для розробки більш комплексного дослідження.

А на разі, спираючись на отримані результати дослідження можемо виділити такі вектори розвитку сучасної музичної культури України (ст. 4, завд. 3):

- розширення культурного обміну та інтеграція в світовий контекст (привернення уваги міжнародної аудиторії до війни в Україні, підвищення видимості української культури завдяки якісному національному творчому продукту),
- освіта та популяризація культури серед молоді (інтеграція української музики в освітні програми, організація тематичних лекцій, воркшопів та майстер-класів для заохочення вивчення і збереження традицій),
- підтримка національної ідентичності та патріотизму (використання музики як інструменту для зміцнення рівня національної свідомості, підвищення рівня патріотизму серед населення – «лагідна українізація», формування почуття гордості за національну спадщину та проведення культурно-музичних заходів, які об'єднують громаду навколо спільних цінностей та історії).

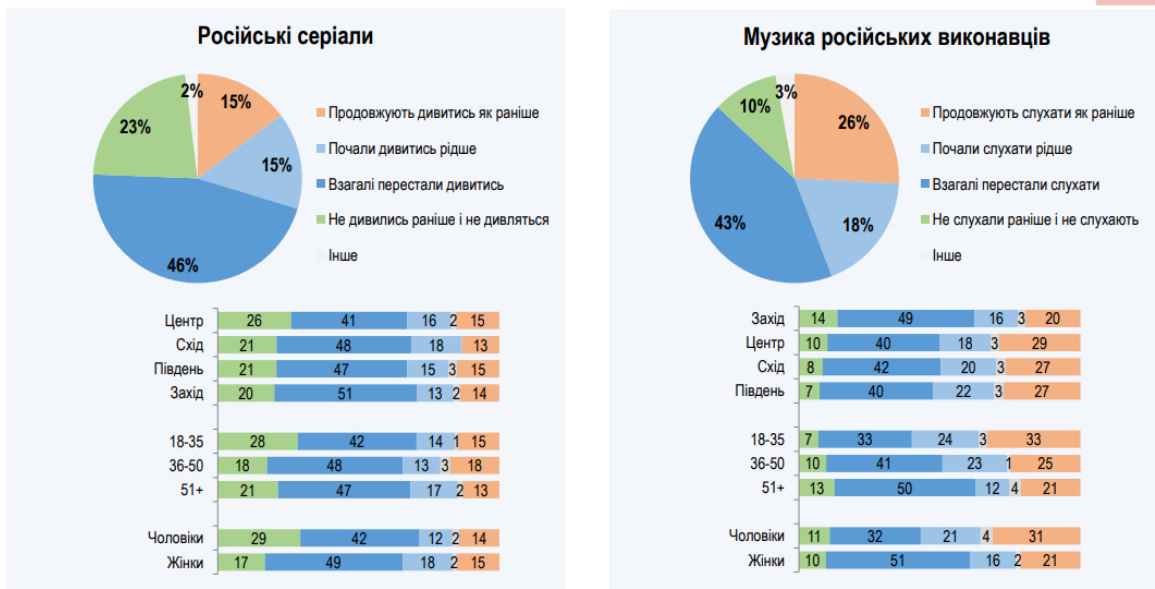
## Додатки

### Додаток 1

#### Загальнонаціональне опитування про патріотизм до Дня Незалежності

##### Відмова від російського контенту

РЕЙТИНГ



<https://ratinggroup.ua>

43

### Додаток 1.1



#### Радіо

Назвіть до трьох загальнонаціональних радіостанцій, новини яких Ви слухаєте найчастіше?



## Додаток 2



## Додаток 3

1. А. Хливнюк виконує «Ой у лузі червона калина» - <https://www.youtube.com/watch?v=SCGhRdgtidM>
2. Українці співають народних пісень у метро - [https://www.youtube.com/watch?v=xuNJ\\_ovK514&t=109s](https://www.youtube.com/watch?v=xuNJ_ovK514&t=109s)
3. Kalush Orchestra «Stefania» - <https://www.youtube.com/watch?v=Fkm3mtcspE>
4. alyona alyona і Jerry Heil «Maria & Teresa» - [https://www.youtube.com/watch?v=ZFkuLFA9E\\_c](https://www.youtube.com/watch?v=ZFkuLFA9E_c)

## Додаток 4

**Інструкція.** У наступних шкалах виберіть із запропонованого набору суджень те, що найбільше відповідає Вашому стану в цей момент. 10 - найвищий прояв стану, 1 - найменший, практично відсутній

### **Спокій-тривожність**

10. Непохитний спокій. Абсолютно впевнений у собі.
9. Винятково холоднокровний, надзвичайно впевнений і не хвилююся.
8. Відчуття абсолютного благополуччя, впевнений, відчуваюся невимушено.
7. Загалом упевнений у собі і вільний від хвилювання.
6. Ніщо особливо не хвилює мене, відчуваюся відносно невимушено.
5. Трохи стурбований, відчуваюся скуто, дещо стривожений.
4. Присутня певна стурбованість, деякий страх, занепокоєння невизначеність.
3. Значна невпевненість, страшно.
2. Величезна тривога, замучений страхом.
1. Зовсім втратив самовладання від страху. Втратив розум, наляканий нерозв'язними проблемами.

### **Енергійність - втома**

10. Порив, що не знає перешкод, життєва енергія б'є через край.
9. Величезна енергія і прагнення до діяльності.
8. Багато енергії, готовий до активних дій.
7. Почуваюся бадьоро, в запасі значна енергія.
6. Почуваюся свіжим, у міру бадьорий.
5. Трохи втомився, лінь, бракує сил.

4. Досить втомлений, апатичний, сонний, в запасі незначна енергія.
3. Сильна втома. Малі запаси енергії.
2. Страшенно втомлений, майже виснажений, не здатний до дії.
1. Зовсім виснажений, нездатний навіть до незначного зусилля.

### **Піднесеність - пригніченість**

10. Значний підйом, захоплена веселість.
9. Надзвичайно збуджений, дуже піднесений настрій
8. Веселий, активний, хороший настрій.
7. Почуваюся добре, життєрадісний.
6. Почуваюся досить добре, «у порядку».
5. Почуваюся трохи пригнічено, «так собі».
4. Настрій пригнічений, невеселий.
3. Пригнічений, почуваюся погано.
2. Відчуваю себе просто жахливо.
1. Депресія, усе здається чорним і безрадісним.

### **Впевненість в собі - безпорадність**

10. Для мене немає нічого неможливого, можу зробити все, що захочу.
9. Відчуваю сильну впевненість у собі, не боюся жодних перешкод.
8. Дуже впевнений у своїх можливостях та здібностях.
7. Відчуваю, що моїх здібностей достатньо і у мене хороші перспективи.
6. Відчуваю, що я досить компетентний.
5. Відчуваю, що мої вміння і здібності дещо обмежені.

4. Відчуваю, що я досить нездібний.
3. Пригнічений своєю слабкістю та нестатком умінь.
2. Відчуваю себе жалюгідним і нещасним.
1. Відчуття марності зусиль, у мене нічого не виходить.

## **Додаток 5**

Список запропонованих до прослуховування треків:

1. Kalush Orchestra – Stefania
2. Chico & Qatoshi - Допоможе ЗСУ
3. Authentix – Мавка
4. DakhaBrakha – Monakh
5. EtnoGen - Загули голоси
6. GO\_A – Rusalochki
7. KOLABA & Іво Бобул - Розмова з тобою
8. Василь Зінкевич - Це моя Україна
9. Ой, Марічко, чичері
10. Воплі Відоплясова - Весна

### Список використаних джерел:

1. Літературознавча енциклопедія: у 2 т. / авт.-уклад. Ю. І. Ковалів. – Київ: ВЦ «Академія», 2007, ст. 537-538
2. К. Г. Юнг – «Архетипи і колективне несвідоме»
3. Історія і теорія фольклору. Міфологія і фольклор, № 1(2)-2009 – Фольклор як суб'єктно-образна система – Олена Івановська, ст. 17-21
4. К. Хоптинська – «Базові українські архетипи»
5. Мартинова Т. Є. «Вплив народної творчості на формування національно-історичної самосвідомості українського народу (на прикладі кобзарських дум)»
6. М. Крижня «До свого коріння: як війна повернула елементи фольклору у сучасні пісні»
7. А. Фісунов «У шароварах та із сопілкою в руках. Процес деградації української народної музики»
8. К. Гончарук «Шароварщина: хто винуватий і що робити»
9. В. Гнатюк «Вибрані статті про народну творчість»
10. В. Ф. Мормель Хто такі кобзарі?//Бандура. – 1994. - № 47-48
11. В. Даниленко «Пісня як технологія в інформаційній війні»
12. А. Dundes «Interpreting Folklore»
13. <https://kinder-album.com/2022/03/27/war-album/>
14. [https://www.youtube.com/watch?v=WiX4M3V\\_K2A](https://www.youtube.com/watch?v=WiX4M3V_K2A)