

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОЄВРОПЕЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ
СТАРОПОЛЬСЬКА ВИЩА ШКОЛА В КЕЛЬЦАХ
БРЕСТСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ О.С. ПУШКІНА
ЦЕНТР СОЦІАЛЬНИХ ІНІЦІАТИВ ТА АНАЛІТИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ
ВОЛИНСЬКИЙ ВІДОКРЕМЛЕНИЙ ПІДРОЗДІЛ АСОЦІАЦІЇ ПОЛІТИЧНИХ
ПСИХОЛОГІВ УКРАЇНИ

ОСОБИСТІТЬ І СУСПІЛЬСТВО: МЕТОДОЛОГІЯ ТА ПРАКТИКА СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

МАТЕРІАЛИ VII МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ

(13 травня 2020 року)

PERSONALITY AND SOCIETY: METHODOLOGY AND PRACTICE OF MODERN PSYCHOLOGY

VII INTERNATIONAL INTERNET CONFERENCE
BOOK OF ABSTRACTS

(May 13, 2020)

Луцьк
2020

УДК 316.61(082)
О-75

*Рекомендовано до друку Вченою радою
Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки
(протокол №5 від 14 квітня 2020 року)*

Редакційна колегія:

Гошовський Я. О. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

Лазорко О. В. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної і соціальної психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

Дучимінська Т. І. – кандидат психологічних наук, доцент, декан факультету психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

Кульчицька А. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогічної та вікової психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

Мудрик А. Б. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки;

Федотова Т. В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної і соціальної психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки.

О-75 **Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології** : матеріали VII Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (13 трав. 2020 р.) = Abstract VII International Scientific & Practical Internet Conference (May 13, 2020) / за заг. ред. Я.О. Гошовського, О.В. Лазорко, Т.І. Дучимінської, А. В. Кульчицької, А.Б. Мудрик, Т.В. Федотової. – Луцьк : ПП Іванюк В. П, 2020. – 136 с.

ISSN 2413-0273

У виданні вміщено матеріали наукових розвідок учасників VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології». Розкрито актуальні питання психології особистості, зокрема методологічних засад дослідження особистості, особистості в умовах інформаційного, політико-правового, організаційно-економічного суспільства, міжкультурного й освітнього простору.

Рекомендовано науковцям, викладачам, аспірантам, учителям, методистам, студентам.

УДК 316.61(082)

ЗМІСТ

ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В СУСПІЛЬСТВІ

Ващенья Анна, Кульчицька Анна ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ВНУТРІШНІЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ	8
Вічалковська Наталія ПСИХОЛОГІЧНА ЗНЕВАГА ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЖОРСТОКЕ ПОВЕДІННЯ ЯК КОМПОНЕНТ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН.....	10
Гаврилюк Анастасія, Кульчицька Анна РЕСУРСИ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ	12
Гладковська Єлизавета, Дучимінська Тамара ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРИЧИН ВИНИКНЕННЯ ПІДЛІТКОВОЇ АГРЕСІЇ В СУЧАСНОМУ СЕРЕДОВИЩІ	14
Заяць Олена, Федотова Тетяна КОГНІТИВНА СКЛАДОВА ДОВІРИ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ	17
Зубарев Александр ФИЛОСОФСКИЕ ЭКСПЛИКАЦИИ ЛЮБВИ	20
Кімлик Альона, Кихтюк Оксана ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗРІЛОЇ ОСОБИСТОСТІ	24
Кузьмич Олена, Кульчицька Анна СОЦІАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЗАПОРУКА УСПІШНОЇ АДАПТАЦІЇ.....	27
Москальчук Марина, Гошовська Дарія ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФЕМІНІННОЇ САМОАКЦЕПТАЦІЇ.....	29
Полікарчик Софія, Кульчицька Анна ФЕНОМЕН СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК АСПЕКТ РЕСУРСНО-ПОВЕДІНКОВОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ.....	32
Счастлива Катерина, Дмитріюк Наталія ПРОБЛЕМИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ	35
Ткачук Яна, Кульчицька Анна ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КРИЗИ	37
Трофімчук Юліана, Дучимінська Тамара ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СТРЕСУ У НАВЧАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО	40
Філіппова Інесса РИЗИК ЯК ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ: ПРОФІЛАКТИКА, МЕДИКАЛІЗАЦІЯ, ЖИТТЄВІ СТРАТЕГІЇ	42
Юрчук Вікторія, Дмитріюк Наталія ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК СКЛАДНИК ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ПСИХОЛОГА	45

ОСОБИСТІТЬ У УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА

Годебська Марія, Фенина Оксана ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ ТЕЛЕБАЧЕННЯ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ	49
Коструба Наталія ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ МЕДІАРЕЛІГІЙНОСТІ	51
Сасовська Ольга, Гошовський Ярослав ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФЕНОМЕНУ ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	53

ОСОБИСТІТЬ В СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ВІДНОСИН

Басейко Анна, Кульчицька Анна ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ МЕДИЧНИХ УСТАНОВ	57
Васькевич Софія, Федотова Тетяна ДОВІРА В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ КОЛЕКТИВУ	60
Гуцало Аліна, Мітлош Антоніна ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ПРАЦІВНИКАМИ В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ	63
Козачук Владислав, Соколова Алла КУЛЬТУРНО-ВИХОВНА СКЛАДОВА СТРАТЕГІЇ СТАЛОГО РОЗВИТКУ СІЛЬСЬКИХ ТЕРИТОРІЙ	66
Корніяшик Тетяна ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ	68
Малімон Людмила РЕСУРСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ СОЦІАЛЬНОГО КАПІТАЛУ ОСОБИСТОСТІ.....	70
Муханькова Надія, Мудрик Алла ДО ПИТАННЯ ФЕНОМЕНУ ПРОФЕСІЙНОГО МАРГІНАЛІЗМУ	72

ОСОБИСТІТЬ В УМОВАХ КРИЗИ ТА КОНФЛІКТУ

Francois Olivier Hastings Epota, Nataliia Kostruba PERSONAL CHARACTERISTICS AND TENDENCY TO STRESS: THEORETICAL ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP	77
Веремчук Вікторія, Дмитріюк Наталія ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ПОДОЛАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКИ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ	79
Вержиковська Христина, Кихтюк Оксана ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	81

Дмитрів Христина, Кульчицька Анна ВНУТРІШНІ РЕСУРСИ ЯК ДЖЕРЕЛО ПОЗИТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ	83
Любчук Валентина ОСОБИСТІТЬ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ: ПОВЕДІНКА, НАСТРОЇ, ЕМОЦІЇ	85
Манжеровська Тетяна, Дмитріюк Наталія МЕДІАЦІЯ ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ.....	87
Тарасюк Богдана, Кордунова Наталія ОСОБЛИВОСТІ КОНФЛІКТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІСІ.....	90
Юрчук Юлія, Мудрик Алла ДО ПИТАННЯ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	92

ОСОБИСТІТЬ В МІЖКУЛЬТУРНОМУ ТА ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ

Бабій Микола КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ У СУЧАСНІЙ ШКОЛІ	97
Дмитрук Дарина, Кордунова Наталія СПІЛКУВАННЯ В СИСТЕМІ ОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	98
Земба Адам, Мудрик Алла ЕСТЕТИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ГІМНАСТИКИ	100
Кихтюк Анна, Кихтюк Оксана ПСИХОЛОГО-МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ НАВЧАННЯ У СТУДЕНТІВ- ПРАВознавців	105
Книш Тетяна НАВЧАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНОМУ ЧИТАННЮ ТЕКСТІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ АНГЛІЙСЬКОЮ МОВОЮ НА ОСНОВІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПІДХОДУ	107
Ребізант Юлія, Хлівна Олександра ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	109

ОСОБИСТІТЬ У ВИМІРІ ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Домбровська Олена, Кульчицька Анна ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО УСВІДОМЛЕНОГО БАТЬКІВСТВА У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	113
Дорошенко Аліна, Фенина Оксана САМОМЕНДЖМЕНТ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ.....	116
Дучимінська Тамара, Федоренко Раїса, Хлівна Олександра ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОДЕЛІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	118
Левак Дар'я, Вічалковська Наталія АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ	121
Огребчук Валерія, Лазорко Ольга ЕМОЦІЙНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ РИЗИКУ	123

Ожга Михайлина, Дучимінська Тамара ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ	125
Олісейчик Катерина, Крижановська Зореслава МАТЕРИНСЬКЕ СТАВЛЕННЯ ДО ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ В ПІДЛІТКОВИЙ ПЕРІОД ОНТОГЕНЕЗУ	127
Сильмаха Анна, Кульчицька Анна ПОВЕДІНКОВІ І КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВІ МОДЕЛІ ПРАКТИКИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА	129
Шевчук Вікторія АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ ТА СХИЛЬНІСТЬ ДО НАСИЛЬСТВА У ПІДЛІТКІВ ІЗ РОЗЛАДАМИ РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ ДО НАВЧАННЯ	131

**ТЕОРЕТИЧНІ ТА МЕТОДОЛОГІЧНІ
ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В
СУСПІЛЬСТВІ**

Ващенья Анна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ВНУТРІШНІЙ РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Сучасне суспільство вимагає всебічного вдосконалення своїх знань і професійної майстерності, розширення сфери спілкування. На сучасному етапі становлення суспільства, життя людини емоційно навантажене кожний день, тому особистість потребує емоційного самовдосконалення як засобу у досягненні успішної самореалізації, пошуку власного потенціалу. Емоції включені до усіх психічних процесів і станів людини й супроводжують будь-які прояви її активності. Здатність людини регулювати власну поведінку та діяльність, взаємодіяти з оточенням, справлятися з життєвими труднощами, включає в себе емоційна компетентність.

Емоційна компетентність – це мистецтво ідентифікувати свої емоції в момент, коли їх відчуває людина, в результаті краще розуміти свою поведінку і раціонально вибирати свої реакції. Емоційна компетентність – це відкритість людини своїм емоційним переживанням, що є показником психологічного здоров'я людини і забезпечує ефективну міжособистісну взаємодію.

Дослідження емоційної компетентності цікавить багатьох дослідників, зокрема Д. Гоулмана К. Саарні, Р. Бак, Е.В. Лібіна, Р.У. Гільмутдинова, Т.І. Аврамова, І.Н. Андрєєва, В. Юсупова. Особливу увагу природі емоційної компетентності приділяють такі науковці як: К. Скайє та О. Гиндина., О.О. Бодальова, Л. Лепіхова, Н. Белоцерковець та багато інших видатних науковців.

Метою дослідження є визначення змісту емоційної компетентності та її значення в житті людини.

Виклад основного матеріалу. Емоційна компетентність пов'язана з емоційним інтелектом та ґрунтується на ньому: емоційний інтелект виступає інструментом емоційної компетентності, оскільки є ментальним утворенням, що виявляється в здатності діяти в згоді з внутрішнім середовищем власних почуттів і емоцій, розуміти відносини особистості, що репрезентується в емоціях, управляти емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу і синтезу і використовувати емоції для підвищення ефективності мислення і поведінки.

Поєднуючи здатність людини до усвідомлення власних емоцій і здатність розуміння емоцій інших людей, емоційна компетентність забезпечує збереження душевного балансу, духовну цілісність і здоров'я особистості, проявляючись в емоційній саморегуляції діяльності та

спілкування. Емоції є природним явищем, не варто їм опиратися, краще мудро їх використовувати. Реалізована емоція є ресурсом. На її створення організм витратив енергію. Якщо почати з нею боротися, є можливість втрати залишків енергії на внутрішню боротьбу. Тому все, що потрібно зробити, це скористатися ресурсом емоції за призначенням.

Емоційна компетентність розуміється як комплекс угруповань: самосвідомості, саморегуляції, самомотивації, соціальної свідомості та певних соціальних вмінь. Ці властивості, на думку дослідників емоційного інтелекту, значною мірою зумовлюють успішність життєдіяльності людини. Слід зауважити, що емоційно компетентною вважається людина, якій властиві врівноваженість, комунікабельність, відкритість, яка легко взаємодіє з оточуючими, яка спроможна контролювати власні емоції, адекватно оцінюючи їх природу та чинники. Емоційно компетентна людина успішно долає перешкоди на шляху до досягнення цілей, які ставить перед собою; протидіє фрустрації шляхом створення необхідної самомотивації, не впадає у відчай при виникненні труднощів, співчуває іншим людям, стримує імпульсивні спонукання до дії без достатнього обміркування її можливих наслідків.

На думку Д. Гоулмана, емоційна компетентність має дві основні складові: особиста компетентність (у керуванні собою) і соціальна компетентність (у становленні взаємин).

Особистісна компетентність включає в себе: розуміння себе – знання власних станів, переваг, ресурсів та інтуїції; саморегуляція – управління власними внутрішніми станами, імпульсами, ресурсами; мотивація – емоційні тенденції, які управляють чи полегшують досягнення цілей;

Соціальна компетентність охоплює: емпатію – чутливість до почуттів, потреб та турбот інших; соціальні навички - вміння викликати бажані реакції у інших.

Р. Бак визначає поняття «емоційна компетентність», як здатність діяти з внутрішнім середовищем своїх почуттів і бажань. Р. Бак вказує, що емоційна і соціальна компетентність взаємно підтримують один одного. Точне емоційне спілкування з оточуючими посилює здатність діяти як з іншими людьми, так і зі своїми почуттями і бажаннями.

Е.В. Лібіна, вивчаючи індивідуальні відмінності в реагуванні на стрес, вводить поняття емоційної компетентності як здатності особистості здійснювати оптимальну координацію між емоціями і цілеспрямованою поведінкою.

К. Саарні розглядає поняття емоційної компетентності як сукупність здібностей чи вмінь, зокрема, таких, як: усвідомлення власних емоційних станів; здатність розрізняти емоції інших людей; здатність використовувати словник емоцій та форми вираження, прийняті в данній культурі; здібність емпатійного включення в переживання інших людей; здібність розуміти, що внутрішній емоційний стан не обов'язково відповідає зовнішньому вираженню як у самого індивіда, так і у інших людей; здібність справлятися зі своїми негативними переживаннями; усвідомлення того, що структура та характер взаємовідносин в значній мірі визначається тим, як емоції

виражаються у взаємовідносинах; здатність бути емоційно адекватною людиною, тобто розуміти власні емоції, якими б унікальними або культурно детермінованими вони не були, і відповідати власним уявленням про власний емоційний потенціал.

Висновки. Таким чином, можна зауважити, що емоційна компетентність сприяє підвищенню адаптивних здібностей індивіда, гармонійній взаємодії із оточуючим світом, особистісному розвитку, життєвому успіху загалом. Емоційна компетентність охоплює сукупність знань, вмінь та навичок, які дозволяють приймати адекватні рішення та діяти на основі результатів інтелектуальної обробки зовнішньої та внутрішньої емоційної інформації.

Емоційно компетентна особистість – це людина, яка з успіхом долає перешкоди на шляху до цілі, здатна самомотивувати себе, перебуває у злагоді із собою, здатна розуміти свій емоційний світ та інших навколо, вдумливо підходити до розв'язування життєвих труднощів, характеризується відкритістю до навколишнього світу.

Джерела та література:

1. Аврамова Т.И. Развитие эмоционально-личностной компетентности средствами тренинга у студентов // Ак-меология. 2015. № 3. С. 20-21.
2. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. – М.: АСТ; АСТ Москва; Хранитель, 2008.-С.10-443
3. Кульчицька До питання емоційних проявів та емоційних реакцій особистості /Кульчицька А.В., Терещенко В.Г.// Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології: матеріали IV міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції (15 травня 2017 року) / за заг.ред. Л.В. Засекіної, А.В. Кульчицької. – Луцьк: ПП Іванюк В.П., 2017. – С.22-25.
4. Либина Е.В., Либин А.В. Стили реагирования на стресс // Стиль человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998. 204 с.
5. Матійків, І. М. Тренінг емоційної компетентності : навч.-метод. посібник / автор І. М. Матійків. – К. : Педагогічна думка, 2012. – 112 с.
6. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційна розумність як детермінант успішності життєдіяльності людини і шляхи її операціоналізації // Вісн. Дніпропетр. ун-ту. Сер. “Педагогіка та психологія”. – 2000. – Вип.6. – С. 3–9.

Вічалковська Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНА ЗНЕВАГА ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ ЖОРСТОКЕ ПОВОДЖЕННЯ ЯК КОМПОНЕНТ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН

Постановка наукової проблеми та її значення. Серед існуючих видів насильства, психологічна зневага та психологічне жорстоке поведіння, на наш погляд є одними з найпоширеніших. Психологічна зневага – це

послідовна нездатність батьків або особи, яка здійснює догляд, забезпечити дитині необхідну підтримку, увагу і прихильність.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Психологічне жорстоке поводження – хронічні патерни поведінки, такі, як приниження, образа, знуцання і висміювання дитини. У зв'язку зі скритністю, латентністю явища насильства під час діагностики доводиться мати справу з великою кількістю симптомів і поведінкових індикаторів [2]. Дитина має замкнену поведінку, відчужена, тривожна, дратівлива, з низькою самооцінкою та іншими проявами насильства.

Зважаючи на соціальні статуси дитини та батьків, психологічне насильство (а саме психологічне жорстоке поводження чи психологічна зневага) доцільніше розглядати в системі сімейного виховання, зважаючи на особливості взаємодії дитини та батьків. Психологічне насильство має внутрішню логіку, вибудовану дорослим. Так, якщо педагогічне зауваження з'являється як негайна реакція на негайну подію, то насильство прораховується і з самого початку є жорстокою стратегією методичного заподіяння дитині психологічних та емоційних страждань.

Крім свідомого, цілеспрямованого виховання, здійснюваного батьками, на дитину впливають вся сімейна атмосфера, сімейні умови: соціальне становище, рід занять, матеріальний рівень, рівень освіти, ціннісні орієнтації членів сім'ї. Тому будь-яка деформація сім'ї батьків призводить до негативних наслідків у розвитку особистості дитини.

А.А. Реан виділив два типи деформації сім'ї [3]:

1. Структурна деформація сім'ї – це порушення її структурної цілісності, пов'язане найчастіше з відсутністю одного з батьків.

2. Психологічна деформація сім'ї пов'язана з порушенням системи міжособистісних відносин, переважанням негативних цінностей, асоціальних установок, тощо.

Як структурна, так і психологічна деформація сім'ї роблять значний вплив на формування особистості дитини.

Будь-яке насильство, не тільки сімейне, характеризується тим, що воно спрямоване, в першу чергу, на придушення індивідуальної волі людини (особистості), можливості самостійно приймати рішення.

Аналіз психологічної літератури дозволив встановити, що психологічне насильство в сім'ї по відношенню до дітей обумовлюється рядом факторів, однак одним з найвагоміших є владна позиція одного із членів родини. Слід також підкреслити, що застосування психологічного насильства по відношенню дітей відображається у особливостях сімейної взаємодії батьків та дитини, а саме стилем виховання та дитячо-батьківськими відносинами.

Е.О. Смирнова та М.В. Бикова у своїх дослідженнях в якості основних факторів сімейного виховання виділяють наступні [1]:

- емоційне ставлення, любов, прийняття;
- особливості вимог і контролю.

Е. Фромм виділив якісну відмінність між материнським і батьківським ставленням до дитини за ознаками умовність – безумовність та контрольованість – неконтрольованість. Материнська любов безумовна,

дана від народження, але непідвладна контролю з боку дитини, її неможливо завоювати. Батьківська любов обумовлена тим, чи виправдовує дитина його очікування, наскільки вона керована (її можна заслужити, домогтися власною активністю дитини) [2]. Таким чином, можна говорити про різні орієнтації спрямованості психологічного насильства над дітьми у повних (жорстоке поводження) та неповних (домінуюча гіперпротекція) сім'ях: у першому випадку діти страждають від відсутності батьківської любові, у другому – від її надлишку.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Узагальнюючи вище зазначене, слід підкреслити, що підвищений інтерес до психологічного насильства пов'язаний ще й з тим, що зараз робляться спроби сформулювати деякі об'єктивні критерії, які дозволили б на офіційному рівні перешкоджати порушенню прав дітей.

Джерела та література:

1. Козлова Г.Л., Мирейчик Л.Н., Пряхина М.В. Насилие над детьми. Его виды и возможности предупреждения. Мн., 2003. 76 с.
2. Насилие в отношении женщин и детей: анализ проблемы и пути ее решения в Республике Беларусь / Сост. И. Чуткова, С. Бурова, Э. Капитонова. Минск, 2003. 166 с.
3. Руководство по предотвращению насилия над детьми / Под ред. Н.К.Асановой.- М.: Владос, 1997. – 321 с.
4. Сафонова Т.Я., Цимбал Є.І. Жорстоке поводження з дітьми – М.: Психологія та педагогіка, 1993. – 158.

Гаврилюк Анастасія

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

РЕСУРСИ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Постановка проблеми. Впродовж життя більшість людей постійно самовдосконалюються і працюють над собою. Вони шукають ті психологічні ресурси, які їм необхідні. Дивлячись на це, досить великої значущості набуває вивчення самореалізації та особистісного саморозвитку. Сьогодні особливе місце серед низки питань у психології займає – саморозвиток особистості. Він пов'язаний безпосередньо з життєдіяльністю людини і формується під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів, які її оточують. Важливу роль відіграють психологічні ресурси особистості. Ресурси – це саме ті цінності, а також джерело нашої енергії, яке потрібне для досягання бажаного результату, досягання успіху і поставлених цілей. Вони дозволяють задовільнити певні необхідні життєві потреби. У процесі активізації психологічних ресурсів ми отримуємо ряд позитивних настанов, саме тих якостей, які допомагають бути стійкими до негараздів і легко

долати труднощі. Самоактуалізація та саморозвиток лежать в основі активізації внутрішніх ресурсів особистості. Тому вважаємо дану тему актуальною.

Метою дослідження є теоретичний аналіз, систематизація, узагальнення поняття ресурсів особистості, саморозвитку, визначення чинників саморозвитку особистості, реалізації внутрішнього та зовнішнього потенціалу.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Інтерес до особистісного саморозвитку був ще з часів античності, але більш широко розглядали переважно у другій половині ХХ століття. В останні три десятиріччя філософсько-епістемологічний, філософсько-етичний та філософсько-соціологічний аспекти усвідомленого саморозвитку особистості розроблялись, зокрема: Г.Ю. Глезерманом, І.А. Донцовим, Ю.Я. Злотніковим, В.П. Кисельовим, С.М. Ковальовим, В.О. Лозовим, Д.С. Шимановським та ін.

Виклад основного матеріалу. Спираючись на існуючі наукові розробки вищевказаних авторів, приходимо до того, що саморозвиток – це прагнення людини формувати у собі якості та вміння, при наявності яких, на її думку, вона зможе реалізувати свій особистісний потенціал. Тому, вважаємо за необхідне, розкрити значення понять «саморозвитку» і «процес саморозвитку».

Саморозвиток – це усвідомлений та керований особистістю процес, у результаті якого відбувається удосконалення фізичних, розумових і моральних потенцій людини, розгортання її індивідуальності. Процес саморозвитку особистості невичерпний і не має меж, як немає меж і довершеність людини. Процес саморозвитку – це позитивний поетапний процес, який не є однорідним, цілісним процесом чи окремою діяльністю, а здійснюється у різних взаємопов'язаних формах, до яких відносяться самоствердження, самовдосконалення, самоактуалізація і самореалізація [5, с.26-33].

До чинників саморозвитку відносять: постановку цілей; самоорганізація і позитивний настрій; розвиток розумових здібностей; акумулювання енергії; розвиток навичок спілкування [2, с.62-77].

Значну роль у саморозвитку особистості відіграють зовнішні і внутрішні ресурси. Під зовнішніми ресурсами, слід розуміти – матеріальні цінності, соціальні статуси та соціальні зв'язки, які забезпечують підтримку соціуму, допомагають людині зовні [3, с.296]. До зовнішніх ресурсів слід віднести: соціальну підтримку, сім'ю, друзів, соціальний статус, матеріальні ресурси (робота, фінанси), інформаційні ресурси, технологічні ресурси, людські ресурси.

Внутрішні ресурси розкривають суть психологічного особистісного потенціалу, характер і навичок людини, які допомагають їй зсередини [4, с.506]. Внутрішні ресурси: здоров'я (фізичне і психологічне), емоції, позитивне мислення, характер, навички, вміння, досвід, самооцінка, ідентифікація, самовладання, духовність.

Людина невпинно змінюється, «живе», тобто знаходиться в русі і зміні. І якщо її внутрішні і зовнішні ресурси не розвивати і не вдосконалювати, вони деградують, занепадають.

Саморозвиток особистості – це неперервний процес, його інтенсивність залежить від ступеня усвідомлення подій життя, сприйняття, його цінності та важливості для особистості. Саморозвиток здебільшого є індивідуальним процесом. Очевидно, що кожна людина має власний, унікальний, властивий лише йому набір особистісних ресурсів. Індивідуальність – неповторна своєрідність будь-якого явища, окремої істоти, людини [1]. На індивідуальному рівні саморозвиток здійснюється як у неусвідомлених, стихійних формах (імітація, стихійна адаптація, гра), коли індивід не ставить за мету змінити себе власними зусиллями, так і в усвідомлених формах (самовиховання, самоосвіта, самотворення, самовдосконалення), де особистість виступає одночасно і суб'єктом цілеспрямованої діяльності, і об'єктом, який необхідно змінити за допомогою цієї діяльності.

Висновки та перспективи наступних досліджень. Саморозвиток особистості лежить в основі успішної життєдіяльності особистості, активізації зовнішніх та внутрішніх резервів людини. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у емпіричному дослідженні чинників активізації самореалізації та саморозвитку особистості.

Джерела та література:

1. Андрущенко В. П., Михальченко М. І. Сучасна соціальна філософія. - К., 1996.
2. Колісник О. Духовний саморозвиток особистості / О. Колісник // Соціальна психологія. – 2006. – № 1. – С. 62–77.
3. Максименко С.Д. Психологія особистості: [підручник для студентів вищих навчальних закладів] / С.Д. Максименко. – К. : Видавництво ТОВ «КММ», 2007. – 296 с.
4. Павелків В.Р. Загальна психологія: підручник для студентів вищ. навч. закладів / В.Р. Павелків. – К. : Кондор, 2002. – 506 с.
5. Чаус А.Д. Самоактуалізація особистості як філософська проблема / А.Д. Чаус // Культура і сучасність: Альманах. – К. : ДАКККіМ, 2006. – № 1. – С. 26–33.

Гладковська Єлизавета

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Дучимінська Тамара

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

**ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРИЧИН ВИНИКНЕННЯ ПІДЛІТКОВОЇ
АГРЕСІЇ В СУЧАСНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

Постановка наукової проблеми та її значення. Агресивна поведінка – це поведінка, метою якої є нанесення шкоди певному об'єкту або людині. Агресивна орієнтація проявляється в діях, спрямованих проти особистості, і виражається в образах, насильстві, вбивствах тощо. Існує зв'язок між

об'єктивною ситуацією і агресивною поведінкою людини через дію опосередкованих причин: готовність до агресії (злість, гнів), а також суб'єктивна інтерпретація людиною певної ситуації. Агресія у підлітків є результатом викривленого процесу соціалізації, жорстокого ставлення до них тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психологічній літературі висвітлені фундаментальні теоретичні та експериментальні дослідження агресії (Р. Аткинсон, А. Бандура, Р. Берон, Д. Річардсон); форм агресії та її проявів (Е. Фромм); види агресії та її дослідження (А. Басс, А. Дарка); причини, наслідки та контроль агресії (Л. Берковіц); діагностика, профілактика та корекція агресії (І. Фурманов, Т. Рум'янцева), мотиви агресії (Дж. Каган).

Метою дослідження є аналіз причин виникнення агресії у підлітків на сучасному етапі.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Підліткова агресія у сучасному середовищі є однією з поширених проблем цього віку. Агресія може проявлятися у різних аспектах життя підлітка. Для вирішення цієї проблеми, спочатку необхідно визначити причини виникнення підліткової агресії.

У числі різноманітних, взаємопов'язаних причин, що обумовлюють прояв поведінки підлітків, що відхиляється, можна виділити такі чинники, як:

- психолого-педагогічний чинник, що виявляється в дефектах шкільного і сімейного виховання;
- індивідуальний чинник, що діє на рівні психобіологічних передумов асоціальної поведінки;
- соціально-психологічний чинник, що розкриває несприятливі особливості взаємодії неповнолітнього з своїм найближчим оточенням в сім'ї, на вулиці, в учбово-виховному колективі [3].

А. Бандура головним джерелом агресії вважає наuczіння через спостереження за зразком. На його думку, більшість особливостей нашої поведінки розвивається в основному шляхом наслідування моделей. Коли вихователь дитини (батьки, вчителі) виявляють агресивність, то й дитина, наслідуючи їх, стане агресивною. Навіть, якщо діти і не втілюють відразу зразки (моделі) агресивної поведінки в дію, вони їх, як правило, засвоюють [1].

Формування агресивної поведінки у підлітків може відбуватися з декількох причин:

- якщо дитина з неблагополучної сім'ї, тобто сім'ї, в якій знецінюються або ігноруються основні сімейні функції;
- дитина із соціально неблагополучних верств населення, де агресія по відношенню до інших вважається нормою;
- насильство або травматичні події, що можуть викликати агресію у підлітка, відносно себе або інших;
- психічні розлади або проблеми зі здоров'ям;
- залежність від алкоголю або наркотичних засобів, може призвести до

агресивної поведінки;

- тиск з боку оточення, неприйняття підлітка однолітками;
- мас-медіа, комп'ютерні ігри, які пропагують культ насильства та агресії;
- низька або завищена самооцінка[2].

У ході досліджень Паттерсон довів: якщо агресивність підлітка змушує однолітків його боятися та підвищує авторитетність, з роками агресія буде зростати. Одна з причин агресивної поведінки підлітків це незнання та невміння реагувати по-іншому. Діти, яких виховували з насильством та образами, виростають із схильністю до агресивних дій. Це не означає, що вони свідомо хочуть так поводитись, часто вони не знають, як вчинити інакше. Їхнє оточення показувало, що агресія може бути чи не єдиним способом вирішення проблеми. Особистість підлітка лише формується, тому він оцінює та переймає поведінку та судження найближчого оточення – батьків, друзів [5].

Структура прояву різних форм агресії обумовлена одночасно як віковими, так і статевими особливостями. У ранньому підлітковому віці у хлопчиків домінує фізична агресія, а у дівчаток вона виражена незначно – вони віддають перевагу вербальній формі прояву агресії. Якщо інші оцінюють підлітка, його здібності, риси і навички нижче, ніж він оцінює себе сам – це спричинює агресію. Ця агресія зазвичай проявляється у формі роздратованості, фізичної агресії та образ [4].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, підліткова агресія може бути викликана різноманітними причинами. Основними такими причинами є неефективне виховання підлітка, неблагополучність сім'ї, наслідування найближчого оточення, залежності різного роду, психічні розлади або проблеми зі здоров'ям, низька або завищена самооцінка, вплив мас-медіа або комп'ютерних ігор. Враховуючи причини виникнення підліткової агресії, можна вчасно запобігти її розвитку та негативних наслідків, які можуть бути викликані агресією підлітка.

Джерела та література:

1. Бандура А., Уолтер Р. Подростковая агрессия: Изучение влияния воспитательных и семейных отношений / Под ред. С. Римского. – М., Апрель– Пресс: ЭКСМО – Пресс, 2000. – 509 с.
2. Берковиц Л. Агрессия. Причины, последствия и контроль / Л. Берковиц. – Санкт-Петербург.: Прайм-Еврознак, 2001.- 512 с.
3. Вовканич М. Д. Соціально-психологічні особливості прояву агресивної поведінки в підлітковому віці/Науковий вісник, м. Ужгород. – 467 с.
4. Семенюк Л. М. Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции / Л. М. Семенюк. – Москва., 1991.– 213 с.
5. Крылов Д. Н. Критические периоды формирования личности / Д.Н.Крылов. – Москва.– Санкт-Петербург.: Речь, 2000. – 380 с.

Заяць Олена

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Федотова Тетяна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

КОГНІТИВНА СКЛАДОВА ДОВІРИ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ

Постановка наукової проблеми та її значення. Швидкий цивілізаційний розвиток зумовлює певне соціальне відчуження людей, неприйняття та відсутність взаєморозуміння, зростання агресивності і негативізму у взаєминах. Дедалі більше втрачається довіра до інших, зникають такі моральні ідеали, як взаєморозуміння та підтримка. Через брак довіри, людині важко налагоджувати близькі стосунки, тому зростає ймовірність ізоляції від суспільства[9].

Мета дослідження полягає в теоретичному дослідженні особливостей когнітивної складової у вияві довіри.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Перші спроби вивчення феномену довіри були пов'язані з роботами таких філософів, як Дж. Локк, І. Кант, Т. Гоббс, Ж.-Ж. Руссо. В них розглядалися питання довіри до держави, його моральні і нормативні підстави. Одним з перших авторів, який визнав важливість довіри у людських взаємовідносинах був Р. Емерсон.

І. Антоненко зазначає, що довіра є психічним станом (стан, віра, впевненість), психічним процесом (емоція, почуття) і формою спрямованості особистості (переконавання), адже вміщає у собі усі ці характеристики. Автор зазначає, що в широкому розумінні можна переконалися в тому, що довіра, як психічний феномен, є психічним станом, який маніфестує себе через сукупність психічних процесів, як властивість особи є певною інваріантною величиною і виявляється зовні в конкретному ставленні [1, с. 125].

Враховуючи багатоплановість поняття «довіри», вчені наголошують у відсутності загально визнаної концепції довіри. А розмаїття визначень довіри призводить до того, що довірою називають різні феномени. Зокрема, С. Касталдо під час комп'ютерного контент-аналізу визначив 72 цитовані визначення довіри. Спираючись на них, він зробив висновки:

- довіра пов'язана з очікуваннями, переконаваннями, волевиявленням або установками особистості;
- довіра може виявлятися у взаємодії з різними соціальними об'єктами;
- довіра може визначатися через дію або поведінку (діяльнісний аспект довіри – це коли дія суб'єкта є проявом довіри);
- у визначенні довіри відображаються наслідки та результати довіри іншим;

– довіра може виникати у ситуації невизначеності або ж ризику [1].

С. Максименко вважає, що на початковій стадії онтогенезу визначальною у ставленні до інших є когнітивна сфера особистості. Нові знання дають змогу дитині бачити світ таким, що відповідає уявленню про нього. Особистість відчуває себе впевнено, надійно і комфортно, вона довіряє світу. Вчений аргументує, що входження дитини в світ триває синхронно з так званим «вибухом розвитку» когнітивної сфери. «Перший рік життя є «великим вибухом» розвитку пізнавальної сфери і породжує кардинальну спрямованість її процесів» [5, с. 205].

Г. Почебут виявила, що генералізована (узагальнена) довіра до людей у молоді виражена в меншій мірі, ніж у людей старшого покоління [1].

А. Купрейченко у своїх дослідженнях констатує, що значення довіри у віковій категорії 17-20 років характеризується вираженою амбівалентністю. Тобто у молодих людей висока довіра до іншої людини поєднується з уявленнями про неї як про непередбачувану, неприємну та нерозуміючу. Для молодих респондентів більш значущими підставами довіри / недовіри, в порівнянні з іншими віковими групами, є знання об'єкт довіри та розрахунок вигоди. Найменш значущі для людей віком 17-20 років такі підстави довіри, як надійність об'єкта довіри, єдність (схожість) поглядів та установок. За іншими даними, при формуванні довіри юнаки в першу чергу спираються на надійність партнера по взаємодії [2].

У структурі довіри дослідниця виокремлює когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Пропонуємо розглянути детальніше саме когнітивний компонент довіри.

За А. Купрейченко, когнітивний компонент містить уявлення про себе, про іншого учасника довірливих взаємин, про умови взаємодії та очікування, пов'язані із поведінкою партнера. У структурі довіри цей компонент вирізняється динамічністю та зумовлений попереднім досвідом спілкування суб'єкта, постійним оновленням знань щодо соціальних ситуацій навколо [4].

Т. Скрипкина, А. Кульчицька наголошують на важливості прогностичної складової (когнітивного компоненту) в структурі довіри до себе. Ця складова довіри містить переживання, думки, поведінку, які пов'язані з можливостями людини, що дозволяють їй задовольнити свої наміри (переживання «Я можу»). Авторка визначає когнітивну складову довіри як знання людини про себе та світ, норми поведінки, на основі чого формується прогноз наслідків передбачуваного вчинку. На думку дослідниці, лише зріла особистість, відзначається узгодженістю компонентів довіри до себе, що стає можливим завдяки високому рівню самоорганізації, а, отже, властива лише дорослим особистостям [3; 7, с. 56].

У когнітивному компоненті довіри до себе певним чином виявляється ступінь саморозкриття особистості самій собі та іншим людям у життєво важливих сферах: сімейній, інтимній, соціальних контактах, навчанні [7, 8]. Підсумовуючи розмірковування про характеристики довіри до себе у когнітивному компоненті, Т.Скрипкина відзначає, що їх взаємозв'язок стисло може бути визначений як сукупність власних думок, які особистість

має, відповідаючи на запитання: якою мірою, чому, і наскільки довіряти собі у вирішенні важливих життєвих питань [7].

Когнітивний компонент довіри – це сукупність уявлень, знань про людину, з якою встановлюється взаємозв'язок. Зокрема, в дослідженнях, які проводились А.Бодальовим у межах соціальної перцепції, зауважено, що провідну роль у регуляції міжособистісного спілкування виконують уявлення, поняття про іншу людину, які атрибутуються на основі минулого досвіду міжособистісної взаємодії [5]. В цьому випадку довіра виступає як впевненість суб'єкта в тому, що на партнера можна сподіватися в критичній ситуації. Надійність у цьому випадку стає імперативом довіри.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, теоретичний аналіз наукової літератури дозволяє зробити припущення, що наявність в особистості довіри до світу, до себе та інших людей залежить від її віку. Також можна стверджувати, що когнітивний компонент є домінантним у становленні структури довіри на усіх етапах життя особистості.

Джерела та література:

1. Антоненко И. В. Доверие: социально-психологический феномен / И. В. Антоненко. – М. : Социум; ГУУ, 2004. – 320 с.
2. Ильин Е. П. Психология доверия / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2013. – 288 с.
3. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ / А.В. Кульчицька// Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / за заг. ред. Л. В. Засєкіної , А. В. Кульчицької. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С.58-77.
4. Купрейченко А. Б. Психология доверия и недоверия / А. Б. Купрейченко. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – 571 с.
5. Максименко С. Д. Теоретичні засади психології особистості: генезанужди / С. Д. Максименко // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України. – К., 2005. – Вип. 26. – Т. 1. – С. 3-18.
6. Москаленко В. В. Соціалізація особистості: монографія / В. В. Москаленко. – К.: Фенікс, 2013. – 540 с.
7. Скрипкина Т. П. Психология доверия: учеб. пособие / Т. П. Скрипкина. М. : «Академия», 2000. – 264 с.
8. Федотова Т. В. Особливості вияву суб'єктивного благополуччя як показника психічного здоров'я особистості (на прикладі працівників державної служби)/ Т. В. Федотова // Психологічні перспективи. – 2018. – 310 – С.280-291. <https://doi.org/https://doi.org/10.29038/2227-1376-2018-31-280-291>
9. Федотова Т.В. Особливості переживання самотності в осіб раннього юнацького віку / / Т. В. Федотова// Психологічні перспективи. – 2015. – 26. – 297-307. Retrieved <https://psychoprospects.eenu.edu.ua/index.php/psychoprospects/article/view/93>

Зубарев Александр

кандидат социологических наук, старший преподаватель,
Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина

ФИЛОСОФСКИЕ ЭКСПЛИКАЦИИ ЛЮБВИ

«То, что я с моего единственного в бытии места хотя бы только вижу, знаю другого, думаю о нем, не забывая его, то, что и для меня он есть, - это только я могу для него сделать в данный момент во всем бытии, это есть действие, восполняющее его бытие, абсолютно прибыльное и новое, и только для меня возможное» [1, с.22].

М. Бахтин.

Философские экспликации природы любви поистине неисчерпаемы. В древнеиндийской и древнегреческой философии (Гесиод, Эмпедокл) любовь понималась как космический принцип, посредством которого умиряется и объединяется Вселенная во всем ее стремящемся к распаду обилии сил и форм [2, с.251]. Древнекитайская философия, представленная, в частности, даосской традицией философствования, трактатами Лао-цзы, Чжуан-цзы, устраняла всякую возможность мнимого противопоставления телесного и духовного. Оригинальные концепции любви были созданы в классической античной философии (Платон) и христианстве (Августин), которые нашли свое отражение в трудах философов эпохи Возрождения и Нового Времени (Н. Кузанского, Ф. Бэкона, Р. Декарта), позднее – представителей немецкой классической философии. Античные и христианские представления о любви синтезировал в своем творчестве украинский философ Г. Сковорода, а российские мыслители В. Соловьева, Н. Бердяева размышляли о «вселенском» смысле этого феномена. Более современные трактовки любви принадлежат психоанализу (З. Фрейд, Э. Фромм), экзистенциализму (Ж.-П. Сартр).

Как ответ на проблему человеческого существования рассматривает любовь в своей книге «Искусство любить» немецкий философ, социолог Э. Фромм [3]. В чем заключается смысл этого ответа? Он состоит, главным образом, в том, что посредством любви мы приобретаем возможность выхода к другому человеку, обретения некоторого единства с ним, в котором каждый сохраняет свою индивидуальность. Любовь не может быть зависимостью от кого-то, господством над кем-то, подчинением кому-то. Любить, – пишет Э. Фромм, – это, прежде всего, отдавать, а не брать. Мы очень часто впадаем в заблуждение по поводу того, что отдавать – это непременно лишаться чего-то или жертвовать чем-то и что, не получая что-то взамен, мы обделены. Напротив, «отдавать», «дарить» – означает «обретать». Когда мы дарим, то чувствуем себя уверенными, сильными, способными на бескорыстные поступки. Даря другому человеку частичку своей жизни, – свое хорошее настроение, свою улыбку, свое чувство юмора, свое понимание, свою искренность, – мы обогащаем его. И, отдавая, мы не можем не вызвать в другом человеке ответного движения доброты. Только

если мы лишены самого необходимого, здоровья и сил, мы лишаемся этой радости жизни – одарить чем-то другого.

Э. Фромм отмечает, что действенный характер любви проявляется в том, что независимо от своих форм она всегда предполагает определенный набор качеств, в которых индивид реализует это чувство. Согласно Э. Фромму, это забота, заинтересованность, ответственность, уважение и знание.

Итак, любить – это означает быть заинтересованным в жизни и развитии того, к кому мы испытываем это чувство [3]. Любовь невозможна без этого. В данном случае речь идет о заинтересованности, не являющейся порождением каких-то внешних факторов или условий, которые могут нас к ней побуждать, но как о проявлении нашей свободы. К такой заинтересованности нельзя принудить или обязать. Если мы заинтересованы в жизни другого человека, то это означает, что он ценен для нас, он для нас имеет значение и обретает некоторое место в нашем мире. «Когда мы глядим друг на друга, два разных мира отражаются в зрачках наших глаз» [4, с.22], – так выразил мысль о неповторимости жизненного мира личности философ М. Бахтин. Размышляя о феномене Другого, мы подходим к проблеме понимания.

Если мы вступаем в коммуникацию с кем-то, мы вынуждены понимать, это необходимое условие сосуществования людей друг с другом. Так, в социальной жизни процессы понимания приобретают форму типизаций (П. Бергер, Т. Лукман), где понять – это определить социальный тип, с которым мы взаимодействуем. Разнообразные проявления субъективности Другого (улыбка, смех, одобрительное кивание) актуализируют те или иные усвоенные нами типизации, что позволяет соотнести свое поведение с предполагаемым поведением другого участника коммуникации. Благодаря наличию «типизаций» социальная жизнь приобретаем предсказуемый, упорядоченный характер. В тоже время, понимание обнаруживает и более глубокую сущность. Так, В. Дильтей [5], представитель философии жизни, предлагает рассматривать элементарные и высшие формы понимания. К элементарным формам понимания относится истолкование одного отдельного проявления жизни (например, выражение лица может свидетельствовать о радости или страдании). Процесс, на котором оно основывается, заключается в обнаружении отношения выражения к тому, что в нем выражается. Элементарное понимание не есть заключение от следствия к причине. Напротив, высшие формы понимания предполагают обнаружение отношения между многообразием проявлений жизни другого человека и внутренней связью, лежащей в основе этого многообразия. Иными словами, например, за раздражительностью или смехом мы можем понять некоторые общие причины, лежащие в основе такого состояния человека. Понять – это означает поставить-себя-на-место-другого, что возможно только при условии, как ни странно, рефлексивного поворота к самому себе, к собственному опыту переживания разнообразных феноменов человеческого бытия (радости, печали, болезни, счастья). Такое понимание приобретает форму «вчувствования», «сопереживания».

Любовь невозможна без заботы. Это утверждение может вызвать ряд замечаний. Понятие «заботы» часто приобретает негативную коннотацию, когда мы говорим: «Этот человек не способен позаботиться о себе, потому мы вынуждены это делать». Однако данная интерпретация – не исчерпывающая, заботой пронизана вся наша жизнь. Вспомним, например, М. Хайдеггер, который рассматривает «заботу» как одну из экзистенциальных человеческих существующих [2, с.534], обозначая этим понятием структуру бытия в ее целостности «бытия-в-мире, «забегания-вперед» и «бытия-при-внутримировом-сущем». Конечно, наше понимание заботы намного ближе к ее традиционному истолкованию. Заботу проявляет, например, Маленький Принц в одноименной философской сказке Антуана де Сент-Экзюпери [7]. Если бы Маленький Принц говорил, что любит свою розу, но при этом забывал бы ее поливать и накрывать колпаком на ночь, и она бы засохла – то мы бы сказали, что он говорит неправду.

Любовь немислима без чувства ответственности перед тем, кого любишь. Ответственность часто понимается как нечто тягостное, навязанное извне, ограничивающее нашу свободу. Но это так, если под свободой мы понимаем, прежде всего, «свободу-от», – и тогда действительно ответственность выступает ограничением, – однако она расширяет и увеличивает другое измерение нашей свободы – «свободу-для». Добавим, что в этике ответственность – это, главным образом, ответственность перед самим собой и собственным моральным законом, и перед другими, – теми, с кем мы вступили в соприкосновение, – в той мере, в какой мы воспринимаем их как часть своей суверенности, в какой другие принимаются нами как продолжение нас самих или как такие, через которых мы оказываемся представленными в мире [8, с.219]. Чем перед большим числом людей мы чувствуем себя в ответе, тем богаче наш жизненный мир, тем больше мы выходим за пределы ограниченности собственного существования. Согласно М. Бахтину, само наличие Другого кардинальным образом усложняет архитектуру жизненного мира, требует от нас поступка, живого поступка, поступка «изнутри» – в его ответственности [9, с.23]. М. Бахтин говорит о собственном «не-алиби в бытии»: «То, что я с моего единственного в бытии места хотя бы только вижу, знаю другого, думаю о нем, не забываю его, то, что и для меня он есть, – это только я могу для него сделать в данный момент во всем бытии (выделено мной – А.З), это есть действие, восполняющее его бытие, абсолютно прибыльное и новое, и только для меня возможное» [1, с.22]. Каждый мир – неповторим, не предполагает аналогов, а потому и поступок каждого – уникален. Только другого можно обнять, ощутить хрупкость и завершенность его бытия, доверится ему.¹

И, наконец, любовь невозможна без уважения. Согласно Э. Фромму, уважать – это способ видеть человека таким, каким он есть, осознавать его уникальность и желать, чтобы другой человек максимально развил свою

¹Приходят, однако, на память слова Ф. Ницше: «Чем шире раскрываешь объятия, тем легче тебя распять»

индивидуальность. Когда мы любим, то мы любим человека таким, каким он есть и таким, каким он хочет быть, а не таким, каким мы его видим в качестве средства достижения собственных целей [3]. Смысл уважения прекрасно раскрывается в формулировке категорического императива² И. Канта, который, конечно, имеет намного более широкое значение: «Поступай так, чтобы ты всегда относился к человечеству и в своем лице, и в лице всякого другого так же как к цели и никогда не относился бы к нему только как к средству»³ [8, с.114].

Здесь важно затронуть еще один аспект. Исследование любви должно включать ее рассмотрение как специфически культурного феномена, с учетом конкретных координат социокультурного пространства и времени. Следуя Э. Фромму, можно сделать довольно пессимистический вывод: любовь в современном западном обществе, основанном на принципах политической свободы и рынка, приходит в упадок. Это происходит за счет того, что логика рынка распространяется на все остальные социальные институты, происходит своеобразная колонизация жизненного мира (Ю. Хабермас). Незаметно для себя мы начинаем мыслить рыночными категориями. К примеру, для обозначения своего супруга или супруги мы все чаще употребляем слово «партнер», вместо «спутник» или «спутница». Тем не менее, мы согласны с Э. Фроммом лишь отчасти: в современном обществе открываются и новые возможности для любви.

Итак, любовь как феномен человеческого бытия раскрывается в заинтересованности, понимании, заботе, ответственности, уважении к другому человеку. Можно сказать и наоборот, заинтересованность, понимание, забота, ответственность и уважение раскрываются как конститутивные составляющие любви как человеческого феномена. Конкретизация этих составляющих – достижение гуманистической философии и психологии. Вопрос лишь в том, способны ли мы раскрыть в себе эти качества? Решится на это?

«Туман и осенний дождь.
Но пусть невидима Фудзи.
Как радуется сердце она!»

Мацуо Басё

²И. Кант называет императив «категорическим», чтобы отличить от «гипотетических императивов». Последние говорят нам, что делать, если мы желаем вызвать определенные последствия, такие, например, как счастье. «Категорический императив» предписывает, что мы должны делать, без ссылки на какие-то последствия. По сути, только нравственный императив может быть категорическим [8, с.114]. Напомним, что этика И. Канта – это этический ригоризм, безусловное подчинение некоторому нравственному принципу. В тоже время, существует множество других этических систем, различающихся в зависимости от центрального морального принципа. Если этот принцип – удовольствие, то мы имеем дело с гедонизмом, счастье – с эвдемонизмом, польза – с утилитаризмом, совершенство – с эвфоризмом, удовлетворение естественных побуждений – с этическим натурализмом.

³Приведем и другую формулировку категорического императива: «Поступай только согласно такой максиме, руководствуясь которой ты в то же время можешь пожелать, чтобы она стала всеобщим законом» [8, с.114].

Источники и литература:

1. Бахтин М.М. К философии поступка [Электронный ресурс] / М.М. Бахтин // Философия и социология науки и техники: Ежегодник 1984–1985 гг. – М., 1986. – С.82–160. – Режим доступа: http://www.gumer.info/bogoslov_Buks/Philos/Article/Baht_FilPost.php
2. Философский энциклопедический словарь. – М.: ИНФРА-М, 2006. – 576с. – (Бака словарей «ИНФРА-М»).
3. Фромм Э. Искусство любить: исследование природы любви [Электронный ресурс] / Э. Фромм. – Режим доступа к книге: <http://psylib.org.ua/books/fromm03/index.htm>
4. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества / М.М. Бахтин; [Сост. С. Г. Бочаров; Текст подгот. Г.С. Бернштейн и Л. В. Дерюгина; Примеч. С. С. Аверинцева и С. Г. Бочарова]. – М.: Искусство, 1979. – 424с. – (Из истории сов. эстетики и теории искусства).
5. Saint-Exupéry A. Le petite prince [Электронный ресурс] / Antoine de Saint-Exupéry. – Режим доступа к книге: http://www.bytecode.ch/IMG/pdf/st_exupery_le_petit_prince.pdf
6. Дильтей В. наброски к критике исторического разума / В. Дильтей // Вопросы философии. – №4. – 1988. – С.135-152.
7. Saint-Exupéry A. Le petite prince [Электронный ресурс] / Antoine de Saint-Exupéry. – Режим доступа к книге: http://www.bytecode.ch/IMG/pdf/st_exupery_le_petit_prince.pdf
8. Гусейнов А.А. Этика: Учебник / А.А. Гусейнов, Р.Г. Апресян. – М.: Гардарики, 2000. – 472с.
9. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т.М.Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376с.

Кімлик Альона

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кихтюк Оксана

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗРІЛОЇ ОСОБИСТОСТІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Сьогоднішнє суспільство, для якого характерні стрімкі соціальні, економічні та політичні зміни, розвиток сучасних засобів комунікації, удосконалених технологій, пред'являє до своїх членів особливі завищені вимоги, серед яких важливе місце займає особистісна зрілість. Суспільству потрібні зрілі особистості, орієнтовані на досягнення досконалого успіху і бездоганного ідеалу у всіх сферах суспільної життєдіяльності, громадяни, які є суб'єктами свого життя, автономні і вільні особистості, які вміють організовувати своє життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Феномен зрілості досить вивчений і являє собою міждисциплінарний предмет наукових досліджень: психології, біології, медицини, соціології, філософії та інших наук про людину. У психології дослідження феномену зрілої особистості почали проводитися порівняно недавно, разом з тим на сьогоднішній день в

психологічній літературі дане явище представлено багатьма вітчизняними і зарубіжними авторами. У вітчизняній психології вивчення зрілої особистості представлено в роботах Л.С. Виготського, Б.Г. Ананьєва, К.А. Абульханова-Славської, А.Г. Асмолова, С.Л. Рубінштейна. У роботах даних авторів зрілість пов'язується з настанням дорослості, де вона розглядається як етап розвитку особистості. Кожен автор в рамках своєї роботи описує зрілу особистість через притаманні їй основні характеристики. Так, Б.Г. Ананьєв і С.Л. Рубінштейн пишуть про відповідальність, активну участь в житті суспільства, К.А. Абульханова-Славська говорить про організацію та регулювання зрілою особистістю свого життєвого шляху. А.Г. Асмолов підкреслює, що формування якостей зрілої особистості активно здійснюється в підлітковому віці. Саме в цей час закладаються психологічні передумови, які будуть служити орієнтиром подальшого розвитку зрілості людини [2, 3].

Метою дослідження є теоретичний аналіз психологічних особливостей зрілої особистості.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Термін «зріла особистість» в психологічну науку був введений А. Адлером і позначений як особистість, яка «вселяє задоволення і надію, а не страх і розчарування», що має своїми основними рисами альтруїзм, людяність, прагнення до співпраці, почуття власної гідності і творче начало [1; 2; 5].

В рамках психоаналітичної теорії (З. Фрейд, К. Г. Юнг, Е. Еріксон) поняття зрілої особистості розглядали як кінцеву мета психоаналітичного лікування, а уявлення про зрілу особистість зводилися до розуміння дорослої людини [4, 5, 6]. Зрілу особистість З. Фрейд характеризує як особистість, якій притаманні активність у вирішенні життєвих проблем і здатність прикладати зусилля, вміння працювати, вміння відкладати задоволення, відповідальність в соціальних і сексуальних відносинах і турбота про інших людей. К. Г. Юнг пов'язує досягнення зрілості з прийняттям індивідом на себе відповідальності, перш за все, за свої проєкції, їх усвідомлення і подальшу асиміляцію. Зріла особистість, за Е. Еріксоном, – це синхронна організація всіх стадій розвитку людського життя. Вона являє собою продукт як внутрішніх, так і суспільних факторів. У своїх дослідженнях він розглядає зрілу особистість, яка намагається знайти витоки її організації, будови та функціонування на попередніх стадіях розвитку суспільства [5; 6]. Основний акцент в дослідженні зрілої особистості ставився на управлінні особистістю своїх потреб, відкладання їх задоволення без фрустрованості особистості.

В рамках гуманістичної психології А. Маслоу і Г. Олпорт зробили опис зрілої особистості через загальновідомі характеристики зрілості, описані в психологічній літературі. Вони вбачали у зрілій особистості, автономну особистість, здатну керувати власним життям і життєвими виборами, нести відповідальність за прийняті рішення; яка прагне до задоволення своєї потреби в самоактуалізації, яка для зрілої особистості є рушійною силою її розвитку [5].

У екзистенціальній психології (Е. Фромм, В. Франкл) підкреслюються якості зрілої людини і унікальність її особистого досвіду. За Е. Фроммом, турбота, відповідальність, повага і знання – це сукупність якостей зрілої людини. В. Франкл також приділяє відповідальності значне місце у своїй концепції і стверджує, що саме у відповідальності перед життям укладена сама сутність людського існування. Очевидно, що з відповідальністю пов'язана не тільки сутність буття зрілої особистості, але також успішність і способи її само актуалізації [4; 5].

Представники вітчизняної психології зрілу особистість визначають як особистість, що володіє рядом складних інтеграційних властивостей, таких як розвинене почуття відповідальності, здатність до активної участі в житті суспільства, самореалізації, ефективному використанню своїх знань і здібностей, конструктивному вирішенню різних життєвих проблем [1, 5]. Така особистість здатна регулювати і організовувати свій життєвий шлях згідно зі своїми цілям і цінностям, керувати своєю поведінкою. Отже, при описі зрілої особистості в рамках вітчизняної психології акцент ставиться на описі її ціннісно-мотиваційної та емоційно-вольової сфер.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, на підставі проаналізованих психологічних теорій можна зробити висновок про те, що зріла особистість виступає каталізатором відповідальності, самореалізації, ефективного існування. Автори психологічних теорій сходяться на тому, що зріла особистість – це психічно здорова особистість, яка вміє організовувати і управляти власним життям, життєвими виборами, своєю поведінкою, самостійно приймає рішення і несе відповідальність за них. Найвні визначення зрілості особистості зводяться до опису соціально бажаних якостей і властивостей особистості. Отже, зріла особистість – це стійкий комплекс рис особистості, що визначають її ефективний розвиток і становлення в житті. Зріла особистість є повноцінним суб'єктом своєї діяльності.

Джерела та література:

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер ; [пер. с англ. А. Боковой]. – М. : Академ. Проект, 2007. – 240 с.
2. Кихтюк О. В. Цінність феномену толерантності у формуванні особистості / О. В. Кихтюк // Психологічні перспективи. Випуск 11 / Луцьк. : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 1. – С. 136 – 145.
3. Максимова В. Н. Зрелость как акмеологический критерий развития растущего человека // Мир психологии. – 2002. – No 3. – С. 239–245.
4. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Эрих Фромм; [пер. с нем. Э. М. Телятникова] – М. : ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 1998. — 672 с.
5. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – [3-е изд]. – СПб. : Питер, 2004. – 607 с.
6. Юнг К. Г. Психологические типы / Карл Густав Юнг – М. : АСТ : ХРАНИТЕЛЬ, 2006. – 766 с.

Кузьмич Олена

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

СОЦІАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЗАПОРУКА УСПІШНОЇ АДАПТАЦІЇ

Постановка наукової проблеми та її значення. Формування соціальної компетентності є одним з найбільш актуальних завдань сучасної особистості, оскільки це визначає її успішність в повсякденному житті, стимуляцію інтеграційних процесів, дозволяючи не тільки адаптуватися, але й активно впливати на життєві події, засвоювати певні соціальні позиції, змінювати навколишню дійсність і самого себе.

В сучасному суспільстві загострюється проблема формування соціальної компетентності. Глобалізаційні процеси та інноваційний тип прогресу суспільства у світі значно посилює необхідність формування відповідних якостей людини, які б утвердили життєві принципи, загальнолюдські принципи та заклали підґрунтя для розвитку орієнтирів особистості. Тому дану тему вважаємо **актуальною**.

Метою дослідження є визначення змісту соціальної компетентності та її ролі у соціальній адаптації особистості.

Аналіз актуальних досліджень і публікацій свідчить про посилення уваги науковців до проблем формування соціальної компетентності знаходимо у роботах А. Бочагової, М. Головань, О. Грішнєвої, З. Возної, М. Докторович, І. Зимньої, В. Калініна, В. Ковальчук, О. Кононко, А. Кульчицької, А. Мудрик, Н. Нагорної, Г. Руденко, Т. Смагіної, Т. Федотової, В. Шахрай та ін.

Виклад основного матеріалу. Під соціальною компетентністю в психологічній науці розуміється наявність упевненої поведінки, при якій різні навички відносин з людьми є автоматизованими й дають можливість мобільно змінювати свою поведінку залежно від ситуації. В основі складових цієї якості виділяються: здатність брати на себе відповідальність, брати участь у прийнятті рішень і регулювати конфлікти у різнокультурному суспільстві, що включає в себе розуміння відмінностей між культурами, повагу та здатність жити з людьми інших культур, бажання і здатність до саморозвитку й самонавчання [5].

У науковій літературі до визначення поняття «соціальна компетентність» використовується, переважно, два підходи – педагогічний та соціологічний. Так, педагогічний підхід полягає в тому, що соціальна компетентність – це сукупність певних особистісних властивостей, потреб, здібностей, теоретичних знань, практичних умінь та сформованих навичок соціального мислення, мовлення, емоційно-мотиваційної та міжособистісної поведінки. Соціальна компетентність – це динамічна характеристика

особистості. Вона являє собою сукупність соціальних, когнітивних та емоційних навичок, які є необхідними для успішної соціальної адаптації, співробітництва, контролю соціальної ситуації та професійної діяльності. Із соціологічної точки зору соціальна компетентність розглядається, як здатність особистості орієнтуватися в різних життєвих ситуаціях, жити й ефективно працювати в суспільстві з ринковою економікою на основі сучасної базової методологічної, світоглядної, духовної, моральної, інформаційної культури. В даному підході соціальну компетентність у тісному взаємозв'язку з такими особистісними характеристиками, як: громадянська спрямованість, соціальна відповідальність, міжособистісна толерантність, активність тощо. [2, с. 56].

Особистість – істота соціальна, то формат соціальної компетентності охоплює як соціальні мотиви, знання, навички, необхідні для успішної взаємодії із соціальним середовищем, так і самопочуття та самосприйняття особистості в мінливому соціумі. При цьому соціальна компетентність передбачає як достатній рівень уміння будувати партнерські відносини, здатність до кооперації на рівноправній основі, так і достатній рівень комфортності, аби не йти врозріз з вимогами суспільства [5].

Для визначення структури соціальної компетентності дослідниця Н. Калініна виділяє два складника: когнітивно-поведінковий, що являє собою сукупність соціальних знань, умінь та навичок, необхідних для успішної суспільної діяльності, та мотиваційно-особистісний – ставлення людини до суспільства, наявність особистої мотивації до самореалізації [2].

Процес формування соціальної компетентності проходить ряд етапів (соціальна адаптація, соціальна ідентифікація, індивідуалізація та персоніфікація), триває протягом життя людини, розгортається послідовно у відповідності до її психофізіологічного розвитку, в кожному віковому періоді набуваючи нових форм та змісту. Кожний віковий період у житті людини характеризується специфічними способами формування і прояву соціальної компетентності. Такими показниками є суспільне становище, характер діяльності, діапазон соціальних ролей [1, с. 9].

На думку Л. Лепіхової, соціальна компетентність вимагає від особистості як принциповості, вміння відстояти власну думку, протистояти небажаному впливу, так і толерантності, вміння не просто пристосовуватися, а ефективно діяти в соціальних умовах, що постійно змінюються; вимагає як досить високого рівня оптимізму, що дає віру в успіх, так і достатнього рівня песимізму, який дає змогу реально оцінити себе та свої знання з метою уникнення зайвої ейфорії, змушує ліквідувати прогалини в знаннях і вміннях, що гальмують справу [4].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Соціальна компетентність формується у процесі оволодіння людиною системою знань і уявлень про навколишню дійсність, реалізується у процесі активного засвоєння соціальних відносин, обумовлюється етичними нормами, які є основою побудови та регулювання міжособистісних і внутрішньо-особистісних позицій та відносин. Сформована соціальна компетентність характеризує людину, як відкритую до суспільства особистість, що володіє

навичками соціальної поведінки, готовністю до сприймання соціальної інформації, бажанням пізнати оточуючий світ. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у емпіричному дослідженні чинників соціальної компетентності особистості.

Джерела та література:

1. Докторович М. О. Формування соціальної компетентності старшого підлітка з неповної сім'ї: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Докторович М. О. – К., 2007. – С. 20.
2. Ковальчук, В. А. Соціальна компетентність: проблема визначення. Наукові записки Ніжинського державного педагогічного університету імені Миколи Гоголя. Серія: психолого-педагогічні науки. – 2002. – №4. – С. 54–57.
3. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ. Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / Д. П. Власюк, О. В. Кихтюк, А. В. Кульчицька та ін./ за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. - Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С. 58-77.
4. Кульчицька А. Феноменологія соціальної дезадаптації: теоретичний аспект /Н. Гаврилюк Кульчицька А.// Особистість і суспільство: методологія та практика сучасної психології : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (13 трав. 2019 р.) = Abstract I International Scientific & Practical Internet Conference (May 13, 2019) / За заг. ред. Я.О. Гошовського, О.В. Лазорко, А. В. Кульчицької, Т.В. Федотової. – Луцьк: ПП Іванюк В. П., 2019. – С. 13-15
5. Лепіхова Л. Соціально-психологічна компетентність у психологічній взаємодії / Л. Лепіхова // Вища освіта України. – 2004. – № 3. – С. 16–21.
6. Федотова Т.В. Суб'єктивне благополуччя як показник психічного здоров'я особистості./ Т.В.Федотова //Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С.43-58 с.

Москальчук Марина

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Гошовська Дарія

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФЕМІНІННОЇ САМОАКЦЕПТАЦІЇ

Постановка проблеми та її значення. Трансформація соціуму в умовах нових політично-соціальних змін призводить до заміни морально-етичних установок гендерних ролей. Як правило, при таких видозмінах виникають внутрішні конфлікти у формуванні свого реального-Я жінки, як особистості та індивіда. Самоакцептація особистості є однією з важливих складових функціонування здорового «Я» в умовах сьогодення.

Аналіз останніх досліджень з цієї проблеми. Про становлення самосвідомості в контексті гендерної ідентичності згадували в своїх працях С. Бем, Ш. Штерн, І. Кон, Дж. Мані, М. Мушкевич та інші. Вперше, на

початку ХХ ст. в США, спробували фундаментально дослідити феномен самоакцептації А. Рое та М. Сігельман. Самоакцептація жінок як один із компонентів самопізнання вивчалася в роботах М. Алексєєвої, О. Насонової, А. Рое, А. Kolodziej, М. Jacuska [1,2,7,8,9]. Вивченням факторів виникнення та становлення фемініної самоакцептації займається Д. Гошовська [4,5].

Мета дослідження полягає в теоретичному вивченні психологічних особливостей формування та становлення фемініної самоакцептації.

Виклад основного матеріалу. Самоакцептація – це різностороннє самопізнання і самовизнання, що мають різні форми психологічного вияву. До емоційної форми вияву належать: самопочуття, самолюбство, гордість, почуття власної гідності та ін.

Самоакцептація посідає одне з найважливіших місць в контексті самосприймання та самоприйняття особистості. Вперше, на початку ХХ ст. в США, спробували фундаментально дослідити феномен самоакцептації А. Рое та М. Сігельман. Вони зазначали, що на самосприйняття впливають батьківські референтні установки стосовно акцептації (любов – випадковість), уникнення (нехтування – занедбаність) та емоційна концентрація (опіка – надмірна вимогливість) [8].

Дана тема яскраво досліджена в польській психологічній літературі. Зокрема в дослідженнях А. Kolodziej, де розглядається самоприймання в руслі акцептації батька та матері, а також власної акцептації дитини. При цьому позитивні установки батьків є підґрунтям для позитивного формування самоакцептації у дитини, а відповідно негативні установки спрямовані на уникнення власного «Я» у дитини [7].

Інша польська вчена М. Yurda відзначає, що на самосвідомість дівчат-підлітків впливає багато соціогенних гальмівних детермінант, зокрема батьківська депривація. До таких депривованих структур належать: недостатня кількість батьківських орієнтирів, нестача інтимно-особистісного спілкування з батьком та матір'ю, або повна відсутність батьківської акцептації [9].

Тому зрозумілим є те, що феномен самоакцептації гостро постає саме у дитячому віці, проте піком можна вважати підлітковий вік. Саме у віці 11-16 років формуються установки власного Я, які тим чи іншим чином впливають на формування та становлення статево-гендерної ідентичності. Однією із важливих онтогенетичних особливостей є самоакцептація дівчини-підлітка.

Вітчизняна психологічна наука також має певне наукове надбання у вивченні даної теми. А. Алексєєва трактує самоакцептацію, як позитивне настановлення на себе, що формується під впливом акцептуючих настанов щодо індивіда у процесі його соціалізації [1,2]. Разом із О. Насоною дослідниці стверджують, що рівень самоакцептації проявляються у задоволені та впевненості у собі, своїй діяльності та взаємостосунках з іншими людьми [2].

С. Павличко зазначає, що самоприйняття жінки є основою її фемінінного самоототожнення у розвитку власної Я-концепції [6].

Т. Говорун визначає, що саме у контексті вивчення соціалізації одним із основних факторів виступає Я-концепція фемінінної [3].

Не дивним є той факт, що будь-яка поведінкова діяльність підлітка, яка спрямована на самоприйняття, містить в собі опосередкований ситуативний характер. При цьому важливу роль відіграють оцінки і ставлення з боку інших (батьки, друзі).

В дослідженнях Д. Гошовської зазначено, що формування самоакцептації у дівчат-підлітків зумовлене різнотипною природою та специфікою сімейного виховання та навчання у закладах певного типу. Дослідниця зазначає, що психогенна та соціогенна природа по-різному впливають на самоотождолення дівчат, на задоволеність станом свого здоров'я, своєю зовнішністю, своїм характером та, навіть, своїм іменем. Дівчатам притаманне абсолютне засвоєння зовнішніх установок і норм, що позначається на їхньому особистісному розвитку та підсилює відчуття самотності, відчаю, невпевненості та призводить до розгалуженості самоприйняття. При цьому визначальним є те, що під впливом соціогенної природи формування, акцептація проходить крізь призму психогенних аспектів: навички, звички, установки, інтереси, цінності та ін. Д. Гошовська зазначає, що до соціогенної природи походження феномену самоакцептації також належить тип навчально-виховного закладу, а не лише внутрішньо-сімейне сприйняття батьківських установок [4,5].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, після здійснення теоретичного аналізу наявної дослідної бази, важливе місце займає Я-концепція у становленні фемінінної самоакцептації у жінок. Можна зазначити, що факторами, які впливають на формування та утвердження самоакцептації у дівчат та, в подальшому, у жінок є психогенні та соціогенні чинники.

Перспективи нашого дослідження включають емпіричне вивчення основних впливів соціогенних чинників, а саме вплив структур освітнього навчального закладу на формування фемінінної самоакцептації.

Джерела та література:

1. Алексеева М. І. Взаємодія батьків і дітей як фактор соціалізації підростаючої особистості / М. І. Алексеева // Актуальні проблеми психології: традиції і сучасність : тези Міжнар. наук. конф. (9–11 черв. 1992 р.). – К. : [б. в.], 1992. – Т. 1. – С. 196–197.
2. Алексеева М. І. Внутрішньосімейна взаємодія та самоакцептація підлітків / М. І. Алексеева, О. Б. Насонова // Психологія : наук.-метод. зб. – К. : Освіта, 1993. – Вип.40. – С. 63–73.
3. Говорун Т. В. Соціалізація статі як фактор розвитку Я-концепції: автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 / Говорун Т. В. – Київ, 2002. – 35 с.
4. Гошовська Д. Психологічна специфіка фемінінної самоакцептації дівчаток-підлітків із міської та сільської загальноосвітніх шкіл, регіональної гімназії та школи-інтернату / Д. Гошовська // Психогенеза особистості: норма і девіація / за ред. : Я. О. Гошовського, Н. К. Вічалковської, О. Є. Іванашко ; Східноєвропейський нац. ун-т імені Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – С. 100-106.
5. Гошовська Д. Роль зовнішності у самоприйнятті дівчаток підліткового віку / Д. Гошовська // Актуальні проблеми психології : зб. наук. ст. / [гол. ред. Ж.П. Вірна] ; Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. – Луцьк, 2014. – С. 51-60.

6. Павличко С. Фемінізм / С. Павличко. – Київ : Основи, 2002. – 322 с.
7. Kolodziej A. Poziom samoakceptacji a spostrzeganie postaw rodzicielskich / A. Kolodziej // Psychologia Wychowawcza. – 1974. – № 2. – S. 220–225.
8. Roe A. A parent-child Relations questionnaire / A. Roe, M. Siegelman // Child Development. – 1963. – Vol. 34. – № 2. – P. 355–369.
9. Yurga M. Z badan nad rozwojem osobowosci dorastajacych wychowanek panstwowych domow dziecka / M. Yurga // Psychologia Wychowawcza. – 1975. – № 5. – S. 713–718.

Полікарчик Софія

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ФЕНОМЕН СТРЕСОСТІЙКОСТІ ЯК АСПЕКТ РЕСУРСНО-ПОВЕДІНКОВОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ

Актуальність теми. Дослідження природи стресостійкості, шляхів і засобів її формування та її ресурсно-поведінкового потенціалу має важливе значення для особистості у цілому ряді життєвих і професійних подій. У процесі трудової діяльності фахівець систематично піддається психоемоційним впливам, що пов'язані з надмірними вимогами, високим рівнем контролю виробничих ситуацій, обмеженістю ресурсів щодо можливості їх зміни й удосконалення.

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі феномену стресостійкості та його ресурсно-поведінкового потенціалу для особистості.

Виклад основного матеріалу. Під терміном «стресостійкість» С.В. Суботін (1992) розуміє такі приватні його складові, як емоційна стійкість, психологічна стійкість до стресу, стрес-резистентність, фрустраційна толерантність. Цей погляд на феномен стресостійкості є досить поширеним [8].

Б.Х. Варданян (1983) визначає стресостійкість як особливу взаємодію всіх компонентів психічної діяльності, в тому числі емоційних. Стресостійкість можна більш конкретно визначити як властивість особистості, що забезпечує гармонійне ставлення між усіма компонентами психічної діяльності в емоціогенній ситуації і тим самим сприятиме успішному виконанню діяльності [3].

Аналіз досліджень та публікацій свідчить про те, що проблема стресостійкості у наукових дослідженнях розглядалась як проблема бар'єру психічної адаптації людини (Ю.А. Александровський [1], А.В. Вальдман [2], В.І. Лебедев [6]), емоційної стійкості та здатності контролю емоцій (Е.А. Мілерян) [7]. Ряд дослідників основою стресостійкості вважають саморегуляцію людини (Л.Г. Дика, О.А. Конопкін, В.І. Моросанова, Р.Р. Сігаєв), яка складається із певних ланцюгів (О.А. Конопкін). До

стресостійкості відносять різноманітні копінг-механізми і механізми психологічного захисту (Н.Хаан), на які впливає локус контролю (Д.Роттер), етнічний фактор (Л.Таукенова), тип ВНД (Л.Собчик), психічні і соматичні захворювання (Е. Чехлатий, Н. Сирота, В. Ялтонський). Усі дослідники відзначають, що стресостійкість як властивість психіки відображає здатність людини успішно здійснювати необхідну діяльність (життєдіяльність) у складних умовах.

З позицій когнітивно-трансактного підходу до аналізу психологічного стресу багатовимірною оцінкою стресостійкості повинна включати в себе комплекс когнітивно-афективних оцінок стресової ситуації і доступних ресурсів для її подолання [4]. Під ресурсами розуміються внутрішні і зовнішні змінні, що сприяють психологічній стійкості в стресогенних ситуаціях; це емоційні, мотиваційно-вольові, когнітивні і поведінкові конструкти, які людина актуалізує для адаптації до стресогенних/стресових трудових і життєвих ситуацій.

Передбачається, що на ранніх стадіях стресу люди намагаються боротися з безперервними (триваючими) стресорами шляхом інтенсивного вкладення особистих ресурсів, спрямованого на подолання (копінг) руйнуючого стрес-фактора. Якщо ресурсів недостатньо, щоб вплинути на стрес-ситуацію, то люди перезбуджені, тривожні і фрустровані. У разі дефіциту ресурсів люди переключаються на захисну поведінку, для збереження або поповнення своїх персональних ресурсів. Проводячи захисну політику, люди запасують доступні для себе ресурси (проактивне подолання стресу), прагнуть зменшити прямі і непрямі втрати ресурсів, які можуть виникати від постійного вкладення в дії або рішення, які не будуть винагороджені. Втрата ресурсів негативно позначається на задоволеності якістю життя і стан здоров'я особистості.

Психологічні ресурси можна уявити як сильні сторони особистості, які підвищують соціальну адаптивність і психологічну стійкість до стресів. Це можуть бути позитивні емоції, позитивний настрій, наявність сил і внутрішня готовність до вирішення поставлених завдань і т.д.

Е. Фром виділив три основних психологічних ресурси, що допомагають людині зберігати душевну рівновагу в скрутних життєвих обставинах [4]. Надія – психологічна категорія, яка сприяє життю і зростанню. Це активне очікування і готовність зустрітися з тим, що може з'явитися на світло. «Сподіватися – значить, в кожен момент часу бути готовим до того, що ще не з'явилося на світло, і не дивлячись ні на що не впадати у відчай, якщо на тій чи іншій ділянці життєвого шляху це народження не відбулося». Рациональна віра – переконаність в тому, що існує величезна кількість реальних можливостей і потрібно вчасно виявити ці можливості. Віра – рациональна інтерпретація сьогодення. Душевна сила, мужність – здатність чинити опір спробам поставити під загрозу надію і віру і зруйнувати їх шляхом перетворення в голий оптимізм або в ірраціональну віру. Спіноза під душевною силою розумів здатність сказати «ні» тоді, коли весь світ хоче почути «так» [9].

Індикаторами наявності ресурсів можуть служити показники як зовнішньої успішності діяльності, так і настроїв, задоволеність працею, якістю життя, оптимістичний настрої, позитивне ставлення до себе і оточуючих.

Висновки та перспективи подальших досліджень. У ході теоретичного аналізу феномену стресостійкості, встановлено, що більшість дослідників відзначають, що стресостійкість як властивість психіки відображає здатність людини успішно здійснювати необхідну діяльність (життєдіяльність) у складних умовах. В результаті взаємодії суб'єкта і стресогенної ситуації виникають відносини, які запускають ті чи інші ресурсні механізми адаптації і подолання. Ми можемо використовувати ресурси в момент стресу або «консервувати» їх, тобто зміцнювати свої ресурси задовго до того, як опинимося в стресовій ситуації (допомагати друзям, займатися спортом, вкладати гроші у власне навчання і здоров'я).

Перспективу подальших досліджень вбачаємо у емпіричному вивченні феномену стресостійкості та його ресурсно-поведінкового потенціалу для особистості. Для діагностики ресурсів стресостійкості повинен бути використаний комплекс методик, що дозволяють оцінити наявність психологічних ресурсів різного рівня.

Джерела та література:

1. Александровский Ю. А. Состояние психической дезадаптации в экстремальных условиях / Ю. А. Александровский, П. М. Румянцева, Б. П. Щукин, В. В. Юров // Журн. невропатологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – М. : Медиа Сфера, 1989. – Т. 89, №5. – С. 111–117.
2. Вальдман А. В. Экспериментальная нейрофизиология эмоций. / А. В. Вальдман. – М. : Изд-во МГУ, 1972. – 216 с.
3. Варданян, Б.Х. Механизмы регуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян // Категории, принципы и методы психологии. Психические процессы. М., 1983. С. – 542-543.
4. Величковский Б. Б. Многомерная оценка индивидуальной устойчивости к стрессу: Автореф. дисс. ... канд. псих. наук. — М., 2007.
5. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ / А.В. Кульчицька// Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / за заг. ред. Л. В. Засекиної , А. В. Кульчицької. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – 165 с.
6. Лебедев В. И. Личность в экстремальных условиях / В. И. Лебедев – М.: Политиздат, 1989. – 303 с.
7. Милерян Е. А. Эмоционально-волевые компоненты надежности оператора / Е. А. Милерян // Очерки психологии труда оператора. – М. : Наука, 1974. – С. 5-82.
8. Субботин С.В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 // С.В. Субботин. Пермь, 1992. С – 152 с.
9. Фром Э. Революция надежды. — СПб., 1999.
10. Pearlin L., Schooler C. The structure of coping // Journal of Health and Social Behavior. 1978. Vol. 19. P. 2–21.

Счастлива Катерина
студентка географічного факультету,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Дмитріюк Наталія
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПРОБЛЕМИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Проблема збереження і зміцнення здоров'я в умовах сучасного суспільства широко обговорюється представниками різних професій: медиками, валеологами, психологами, педагогами. В умовах трансформації українського суспільства особливої значущості набувають питання психічного здоров'я сучасної молоді, адже це одна з найбільш піддатливих до стресів соціальна група, що чутливо реагує на агресивні впливи сучасної цивілізації, перебуваючи під практично постійним впливом несприятливих соціально-психологічних факторів. Саме тому, згідно статистики ВООЗ, на даний віковий період припадає найбільша кількість депресивних розладів та самогубств [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми збереження психічного здоров'я присвячені фундаментальні теоретичні розробки Л.І. Божович, Л.С. Виготського, А.В. Запорожця, О.М. Леонтьєва, С.Д. Максименка, С.Л. Рубінштейна, І.В. Дубровіної, О.В. Хухляєвої та інших провідних психологів. Різні аспекти психічного здоров'я, розглядали, зокрема, О.В. Алексєєв (настрій і здоров'я); М.Й. Боришевський (психологія самоактивності та суб'єктного розвитку особистості як саморегульованої соціально-психологічної системи); І.В. Дубровіна (психологічне здоров'я учасників освітнього процесу); Л.Д. Дьоміна, І.О. Ральнікова (психічне здоров'я та захисні механізми особистості); Г.В. Ложкін, М.І. Мушкевич, О.В. Наскова, І.В. Толкунова (психологія здоров'я людини); С.Д. Максименко (генетична психологія); Г.С. Нікіфоров (психологія здоров'я); В.М. Панкратов (саморегуляція психічного здоров'я); Д.Д. Федотов (збереження психічного здоров'я); О.В. Хухлаєва (особливості психічного здоров'я студентів); О.Я. Чебикін (проблема емоційної стійкості) та інші.

Мета дослідження розкрити поняття психічного здоров'я як одного з компонентів здоров'я особистості, порівняти психічне та психологічне здоров'я людини, визначити критерії психічного здоров'я; проаналізувати взаємозв'язок між визначеннями психічного здоров'я різними вченими полягає у тому, щоб повідомити, як, в умовах загальноосвітніх шкіл, формуються складові успіху особистості.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Термін «психічне здоров'я» став актуальним у зв'язку з доповіддю Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) в 1979 році на тему «Психічне здоров'я та психосоціальний розвиток дітей». У матеріалах ВООЗ велика увага приділялася сімейному і шкільному вихованню, як і здатні істотно вплинути

на психосоціальний розвиток дітей. Психічне здоров'я розуміється дослідниками як здатність особистості до самореалізації, самоактуалізації, адекватного сприйняття себе та світу [1; 4].

Розкриваючи поняття психічного здоров'я, Всесвітня організація охорони здоров'я виокремлює такі компоненти: усвідомлення постійності та ідентичності свого фізичного і психічного; постійність й однаковість переживань в однотипних ситуаціях; критичне ставлення до себе і своєї діяльності; адекватність психічних реакцій впливу середовища; здатність керувати своєю поведінкою відповідно до встановлених норм; планування власної життєдіяльності і реалізація її; здатність змінювати свою поведінку залежно від зміни життєвих обставин [5].

На основі аналізу джерел можна виділити складність і багатоаспектність феномену «психічне здоров'я» а також виокремити його критерії, розподіливши на певні групи: соматичне, фізичне, моральне та психічне здоров'я. Найбільш типовими ознаками соматичного здоров'я є стан організму людини, основу якого складає біологічна програма індивідуального розвитку, зумовлена основними потребами, які домінують на різних етапах онтогенетичного розвитку. Ці потреби, по-перше, є пусковим механізмом розвитку людини, по-друге, вони забезпечують індивідуалізацію такого процесу. Фізичне здоров'я знаходить своє відображення як рівень росту і розвитку органів та систем організму, основу якого становлять морфологічні резерви, що забезпечують адаптаційні реакції до зміни умов навколишнього середовища. Найбільш типовими ознаками морального здоров'я є комплекс характеристик мотиваційної сфери життєдіяльності, основу якої визначає система цінностей, настанов і мотивів поведінки індивіда у суспільстві. Моральним здоров'ям є висока духовність людини, яка пов'язана з загальнолюдськими цінностями – добром, любов'ю і красою. Щодо психічного здоров'я, то воно характеризується як стан психічної сфери, основу якої становлять стан загального душевного комфорту, що забезпечує адекватну психоемоційну і поведінкову реакцію. Такий стан зумовлюється як біологічними, так і соціальними потребами, а також можливістю їх задоволення [6].

Отже, психічне здоров'я – стан душевного благополуччя людини, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і можливістю свідомого регулювання поведінки і діяльності.

Ознаками психічного здоров'я студентів є їхня активність, життєрадісність, спостережливість, адаптованість до умов навчальної діяльності, низька тривожність, емоційна стабільність, здатність сприймати та аналізувати інформацію. Психічне здоров'я студентів залежить від педагогічних та психологічних чинників. До педагогічних чинників можна віднести: умови навчання; умови проживання; організація навчальної діяльності; навчальне навантаження.

До розвитку дезадаптації студентів під час професійного навчання, а згодом і до емоційного виснаження призводять такі основні види чинників, що негативно позначається на психічному здоров'ї та поділяються на групи:

- 1) чинники, пов'язані з навчальним процесом;

- 2) біологічні та фізіологічні чинники;
- 3) психологічні чинники;
- 4) соціальні чинники [2].

Змінити ситуацію можливо лише за активної та свідомої участі молодих людей, в особистісному зростанні і розвитку, у творчій самореалізації та професійному вдосконаленні. У зв'язку з цим питання про формування ставлення до власного здоров'я як до неминущої цінності стає важливим суспільним завданням. Дисципліни психологічного циклу у системі вищої освіти сприяють поліпшенню психічного здоров'я студентської молоді [2].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Відповідно до поширених поглядів психічне здоров'я розглядається як здатність особистості до самореалізації, самоактуалізації, адекватного самоприйняття себе та світу. Психічне здоров'я дає змогу молодій людині усвідомлено, враховуючи свої можливості, а також умови, забезпечувати власні потреби на основі повноцінної життєдіяльності. Тому, в закладах вищої освіти слід посилити систему фахової підготовки на засадах популяризації психогігієни та формування психічного здоров'я в освітньому середовищі.

Джерела та література:

1. Бевзенко Л. Стили жизни переходного общества / Л. Бевзенко – Київ: Інститутсоціології НАН України, 2008. – 416 с.
2. Березовская Р. А. Концепция психологии отношений личности и её методологическая значимость для развития психологии здоровья / Р. А. Березовская // Актуальные вопросы теории и практики психологии отношений: материалы всерос. науч.- практ. конф., Екатеринбург, 24-27 мая 2010 г. – С. 36–39.
3. Статистика самоубийств среди молодежи и подростков [Электронный ресурс] — Режим доступа. — URL:<http://web4health.info/ru/answers/bipolar-suicide-statistics.htm>
4. Практикум по психологии здоровья / под ред. Г.С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2005. – 351 с.
5. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. — К. : «Академ-видав», 2006. — 424 с.
6. Поташнюк Р. З. Психогігієна: Навч. посібн. / Волин. держ. ун-т ім. Л. Українки. – Луцьк: Надстрія, 2000. – 62с.

Ткачук Яна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ПОДОЛАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КРИЗИ

Постановка наукової проблеми та її значення. Сучасне суспільство характеризується швидкими змінами у багатьох його сферах. Постійні зміни породжують критичні стани особистості, які переростають у психологічні

кризи. Часто людина намагається самотійно подолати життєві кризи, без допомоги психолога. Вирішення складних життєвих ситуацій вимагає правильного використання внутрішніх ресурсів. Уміння правильно використовувати психологічні ресурси задля вирішення складних ситуацій є запорукою ефективного виходу із складної життєвої ситуації та збереження психічного здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему знаходження і використання людиною внутрішніх ресурсів під час кризи досліджували О. Анненкова І. Шкуратова та інші вчені. Над дослідженням життєвих криз особистості працювали Т. Титаренко Василюк Ф. та інші видатні вчені. Засобом подолання стресу та кризових ситуацій була приділена увага у працях В.Бодрова, А. Деркача, В.Маркова.

Метою дослідження є теоретичний аналіз, узагальнення та систематизація особистісних ресурсів у подоланні психологічних криз.

Виклад основного матеріалу. Поняття «криза» (від гр. crisis – рішення, поворотний пункт) означає, що наявна ситуація породжується проблемою, яка постала перед людиною. Оминути проблему – не вихід, її оминути неможливо, але й розв'язати її звичним способом в коротких термінах теж неможливо. Визначення «життєва криза» – феномен внутрішнього світу людини, який виявляється в різних формах переживання власної непродуктивності протягом життєвого шляху. Т. Титаренко визначає життєву кризу як довгостроковий внутрішній конфлікт з приводу життя в цілому, його сенсу, головних цілей та шляхів їх досягнення [6, с. 91].

Ф. Василюк визначає «кризу» як поворотний пункт життєвого шляху, що виникає в ситуації неможливості реалізації життєвого замислу, що вже склався. Причиною кризи людини може бути конкретна подія чи ситуація в житті особистості, загострення особистісних протиріч: наявних чи таких, що виникають. Загалом життєва криза, в розумінні Ф. Василюка, – це складний і багатовимірний стан, який мобілізує творчий потенціал особистості [4, с. 6]. Аби подолати життєві кризи, які стали на шляху людини, важливо визначити ресурси особистості, які їй можуть допомогти. Для подолання криз повинен бути достатній рівень мобілізації психологічних ресурсів. У такій ситуації важко визначити однозначно, що є причиною кризової ситуації – внутрішні проблеми, які поступово загострюються, або вкрай несприятливі зовнішні обставини. Для екстерналів з їх умінням всюди бачити руку долі, світову змову зовнішні причини будуть найсуттєвішими. Для інтерналів, навпаки, життєві обставини сприйматимуться як фон, на тлі якого розгортається складна внутрішня проблема. Коли починається криза, надовго втрачається спокій, врівноваженість, передбачуваність. Замість них приходить роздратування, невпевненість у собі, неприйняття свого оточення, своєї діяльності, колишніх планів. Разом з тим зростає внутрішній хаос. Поведінка втрачає цілеспрямованість, людина не може пояснити причини своїх вчинків. Людині, яка переживає кризу, доводиться докорінно себе перетворювати,

відмовляючись від звичного і зручного уявлення про власну цінність, про своє призначення у цьому світі.

І. Шкуратова та О. Анненкова виділяють такі групи особистісних ресурсів, які допомагають особистості пережити кризи: світогляд і вірування людини, сила духу; інтелект, креативність, інтерес до світу; системи навичок, вмінь та знань; енергетичний ресурс (фізичне та психічне здоров'я, витривалість, темпераментні характеристики); властивості особистості, що спрямовані на протистояння руйнівним впливам (життестійкість, цілеспрямованість, оптимізм, локус контролю та ін.) [7]. А. Баканова підкреслює, що ефективність подолання кризи залежить від глибини внутрішньої роботи з власними переживаннями, використання проблеми, що виникла для розвитку та усвідомлення екзистенційного контексту кризи [2].

В. Марков тлумачить особистісні ресурси як все те, що належить особистості – це її риси характеру, здібності, цінності та інші властивості, які утворюють цілісну систему, яка постійно розвивається [5]. А. Деркач до внутрішніх ресурсів особистості відносить психічні стани, здібності, особистісні якості, що можуть забезпечувати оптимізацію діяльності, підвищувати її ефективність [1]. В. Бодров визначив внутрішні ресурси людини як «функціональний потенціал, що забезпечує високий рівень реалізації її активності, виконання трудових завдань, досягнення заданих показників упродовж певного часу». А до особистісних ресурсів було віднесено «особистісні якості та установки, які впливають на регуляцію поведінки» [3, с.116-117].

Висновки та перспективи подальших досліджень. До особистісних ресурсів подолання психологічної кризи відносять адекватну самооцінку, емоційну стабільність, несхильність до почуття провини, наявність цілей у житті та інше. Також визначаємо такі ресурси: толерантність до невизначеності, життестійкість, самоповага, професійні уміння, самоконтроль, життєві цінності. Ресурс визначається як стан, як засіб досягнення мети, як внутрішні сили, які необхідні людині для конструктивного подолання життєвих криз, тому атрибутами ресурсності вбачають ініціативність, відповідальність, прагнення сенсу. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у емпіричному дослідженні внутрішніх ресурсів особистості.

Джерела та література:

1. Акмеологическая оценка профессиональной компетентности гос. служащих / Под общ. ред. А. А. Деркача. – М.: Изд-во РАГС, 2006. – 108 с.
2. Баканова А. А. Экзистенциальный аспект преодоления кризисных ситуаций в юношеском возрасте / А. А. Баканова // Безопасность жизнедеятельности – профессия XXI века: проблемы становления и перспективы развития: Сборник трудов всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 19-20 ноября 2002 г. – СПб., 2002. – С. 82-84.
3. Бодров В.А. Проблема преодоления стресса. Часть 2. Процессы и ресурсы преодоления стресса / В. А. Бодров // Психологический журнал. – 2006. Т. 27. – № 2. – С. 113–123.

4. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Федор Ефимович Василюк. – М.: Издво МГУ, 1984. – 200 с.
5. Марков В.Н. Личностно-профессиональный потенциал кадровуправления: психолого-акмеологическая оценка и оптимизация: дис. ... д-ра психол. наук : спец. 19.00.13 / В. Н. Марков. – М., 2004 – 453 с.
6. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Перша частина / Тетяна Титаренко. – К.: Главник, 2007. – 144 с.
7. Шкуратова, И. П. Личностные ресурсы как фактор совладания с кризисными ситуациями / И. П. Шкуратова, Е. А. Анненкова / Психология кризиса и кризисных состояний. Междисциплинарный ежегодник. – 2007. – Вып. 4. – С. 17- 23.

Трофімчук Юліана

магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Дучимінська Тамара
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СТРЕСУ У НАВЧАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО

Постановка наукової проблеми та її значення. Сучасне життя неможливе без стресових впливів, необхідності адаптації та адекватного реагування на них. Соціокультурні зміни, що відбуваються в нашій країні, відкривають, з одного боку, необмежені можливості для самореалізації особистості, з іншого – вимагають від людини відповідальності, готовності до самостійного вирішення проблем, не завжди при цьому забезпечуючи її соціальний захист. Це впливає на процес формування ідентичності сучасної молоді, її самовизначення, які відбуваються в умовах зіткнення молодої людини з ситуаціями реального розв'язання проблем, з ситуаціями ускладненої різними обставинами взаємодії з іншими людьми в складних життєвих (стресових та фрустраційних) ситуаціях [3]. Багато праць присвячені дослідженню психологічних аспектів стресу, але більшість з них не враховують потужні соціальні та культурні трансформації сучасності і сутнісні зміни соціально-психологічних характеристик сучасної студентської молоді.

Метою дослідження є теоретичний аналіз психологічних особливостей навчального стресу студентів закладів вищої освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Низка досліджень зарубіжних та вітчизняних вчених присвячені психологічним особливостям стресу (Г. Сельє, Е. Геллгорн, У. Кенон, Р. Лазарус, С. Фолкман, Л. Китаєв-Смик, Т. Титаренко, В. Бодров, М. Хуторна, Т. Бохан, В. Крайнюк та ін.). Однак, незважаючи на достатньо високий теоретичний та емпіричний рівень досліджень, лише незначна їх частина розкриває особливості стресових реакцій, що проявляються в навчальній діяльності студентів (Дж. Гринберг, Ю. Щербатих, О. Лозгачова, О. Коқун, Т. Кружева,

С. Гапонова, І. Меньшикова, Г. Аракелов та ін.). Це свідчить про недостатню вивченість даної проблематики. Натомість, навчальний та екзаменаційний стрес займають одне з провідних місць серед причин, що викликають психічне напруження у студентів, призводять до порушення продуктивності в навчальній діяльності та гальмують пошук виходу зі стресових ситуацій [1].

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Навчання студентів завжди пов'язане з високим рівнем стресогенного навантаження, а вплив стресорів середовища додатково збільшує це навантаження. У студентів досить часто порушується емоційний, когнітивний, поведінковий та мотиваційний компонент діяльності, що пов'язаний зі підвищеним рівнем стресу та зниженням показників стресостійкості [5].

Подоляк Л., Юрченко В. [2] виділяють низку особливостей навчально-професійної діяльності студента та вказують, що складність завдань і змісту цієї діяльності може призводити до психічного перевантаження, психофізіологічного напруження, виникнення стресових ситуацій.

Таку ж думку поділяє В. Семиченко, вважаючи, що навчальна діяльність студентів характеризується високими емоційними перевантаженнями, регулярною перевтомою, стресовими ситуаціями. Головним фактором, що викликає нервово-психічні перевантаження, перевтому, є інформаційний стрес – необхідність перероблення великої кількості інформації у короткий термін. Навчальні стрес-фактори породжують негативні емоційні реакції, які можуть дезорганізувати навчальну діяльність [4].

Суттєву увагу дослідники відводять екзаменаційному стресу. Факторами, які призводять до його появи вважають: порушення режиму сну, підвищення інтелектуального навантаження, емоційні переживання, зменшення інтенсивності рухової активності, а також особистісні фактори такі як, наприклад, рівень тривожності. Сучасні науковці наголошують, що очікування екзамену і психологічна напруга, що пов'язана цим, проявляються у студентів у вигляді різноманітних форм: страх перед екзаменатором, переживання через очікування отримання негативної оцінки за екзамен тощо [6].

В. Богуш, досліджуючи особливості впливу екзаменаційного стресу, вказує, що він негативно впливає на нервову, серцево-судинну і імунну системи людей і навіть може викликати порушення генетичного апарату, підвищуючи вірогідність виникнення онкологічних захворювань, також може привести до психічних розладів. Екзаменаційний стрес є серйозною загрозою здоров'ю студентів [1].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, результати проведеного аналізу свідчать, що на сьогодні у науковій літературі є недостатньо висвітленими психологічні особливості стресових реакцій, що проявляються в навчальній діяльності студентів. Стрес – це невід'ємна частина повсякденного життя кожного студента і основними причинами появи стресу у студентів є великі навчальні навантаження,

емоційні переживання, адаптаційні труднощі тощо, які можуть призводити до порушення продуктивності в навчальній діяльності.

Джерела та література:

1. Богуш В.М. Особливості прояву екзаменаційного стресу у студентів ДВНЗ / В. М. Богуш // «Молодий вчений». – № 9.1 (49.1), вересень, 2017. – С. 1-4.
2. Подоляк Л. Г. Психологія вищої школи: Підручник. 2-е вид. / Л. Г. Подоляк, В. І. Юрченко. – К.: Каравела, 2008. – 352 с.
3. Психологія стресостійкості студентської молоді / Л. Афанасенко, І. Мартинюк, Л. Омельченко, А. Шамне, В. Шмаргун, С. Яшник / За заг. ред. В. Шмаргуна. К.: Видавничий центр НУБіП України, 2018. – 198 с.
4. Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності: [навч. посіб] / Валентина Анатоліївна Семиченко. – К. : Вища школа, 2004. – 335 с.
5. Ставицька О. Г., Воробей І. І. Психологічні особливості впливу стресостійкості на учбову діяльність студентів / О.Г. Ставицька, І.І. Воробей // Психологія: реальність і перспективи. – Випуск 11, 2018. – С. 144-149.
6. Федорова Я. В. Стрес та його роль в навчальній діяльності студента / Я. В. Федорова // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Педагогіка і психологія. – 2013. – Вип. 39(4). – С. 290-294.

Філіппова Інеса

кандидат психологічних наук, доцент,
Луцький педагогічний коледж

**РИЗИК ЯК ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ:
ПРОФІЛАКТИКА, МЕДИКАЛІЗАЦІЯ, ЖИТТЄВІ СТРАТЕГІЇ**

Постановка наукової проблеми та її значення. Динаміка співзалежностей у відносинах між людьми та зростання досягнень науки, нові способи організації та нові технології створюють ситуації, коли все складніше стає передбачати наперед наслідки певних рішень, винесених ухвал і дій. Як зауважував В.Турнер: «Ризик, з яким ми сьогодні маємо справу, є наслідком великих масштабних змін, що пов'язані з самою організацією життя та прагненням до покращення його якості» [5]. В той же час, наші зусилля, що докладаються до контролю відомого та передбачуваного ризику, сприяють його зростанню в окремих сферах. Частково, ризик стає «побічним ефектом» тих дій, які спрямовані на його ліквідацію та контроль. Західними науковцями вважається, що традиційні форми контролю ризику себе вичерпали, що засвідчує про перехід сучасного суспільства на новітній щабель його еволюції – «усвідомлена сучасність» [1].

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Сучасна західна культура та наука, в тому числі психологія, соціологія, метафізика тощо, активно ініціюють дискусії про безпеку на різних рівнях. Донедавна попереджувальні заходи – більше ринку, більше раціональності, більше контролю, більше експертизи – стали малодієвими. Безпека держав, населення, а також територіальна, економічна та фінансова безпека, безпека загальна і приватна, безпека фізична і психічна, зокрема, безпека

харчування та сексу – це ті ідеї, які визначають суть сучасної політики, границі політичної доцільності, тобто межі індивідуальних дії країни, особи. Дискусія про безпеку заставляє нас замислитись над ризиками і виявити, що обмежує чи ліквідує відчуття безпеки, а також те, що керує вибором у сфері життєвих стратегій.

У.Век зазначав, що ризик є невидимим, невідчутним і всеосяжним [1]. Озонові діри, смог, перспектива зникнення традиційних джерел енергії, руйнація середовища, аварії на атомних станціях, терористичні акти, загрози розпалювання міжнаціональних конфліктів, генетичні експерименти, спалахи пандемії – руйнують світ, в якому ми живемо, і створюють реальність «суспільства ризику». В своїй концепції «Суспільство ризику» вчений описує важливу засаду самоконтролю індивіда і звертає нашу увагу на те, що в таких умовах народжуються критерії солідарності та соціального поділу, які засновані на аналогічних чи відмінних оцінках ризику [1]. Те, що для одних є смертельною загрозою, для інших означає спасіння та можливість існування, без огляду на ймовірну катастрофу. Прикладом є клонування, виробництво та вживання генетично модифікованих продуктів харчування. Логіка виникання загрози має виявляти причини зародження глобальної катастрофи. В одних випадках небезпека – це ліки, а в інших – отрута. Істотним є те, що ризик загрози, культивує критерії соціальної солідарності, а також солідарність індивіда з собою самим, хоча такого роду стан непевності може бути одночасно і започатковувачем чи генератором ризику, і винуватцем того ризику, що спроможний призводити до біди.

Z. Krasnodepski, M. Jасyno зауважують, що суспільство ризику становить собою один з феноменів відчутної «кризи цивілізації» [3]. На відміну від інших форм кризи, вона вселяє певність у тому, що буде мати перманентний характер, і що це та криза, від якої світ буде довго «лікуватися», а засоби її попередження, як ми бачимо, є смертельними. Така атмосфера безперечно підштовхує нас всіх, особливо психологів, звертатися до активної доцільної профілактики, психо-консультативної роботи, курсів оптимістичного мислення, програмування орієнтацій на перемогу, ефективних тілесно-орієнтованих практик. Наявність переживання чуття ризику стає щораз тісніше пов'язана з відчуттям неминучого, невідверненого процесу індивідуалізації суспільства, особистості.

Щодо глобального ризику, то це той ризик, по відношенню до якого донедавна застосовувалися форми виробничого контролю. Однак, практика показує, що його неможливо приборкати шляхом розширення ринку, максимізацією контролю чи збільшенням експертиз. Невидимий ризик – зараження середовища, їжі, води, повітря стає небезпечним. І хоча криза за своїм характером є глобальною, але відповідальність і обов'язкове тримання під контролем ризику є річчю персональною, і це його індивідуалізує. Відповіддю на глобальний ризик є особиста відповідальність та застосування індивідуальних стратегій з запобігання йому. Ми маємо сприяти делегуванню відповідальності як на рівні державних інституцій, так і на індивідуальному рівні щодо ефективної профілактики, як у галузях

запобігань захворюванням, терористичним актам, так і в сферах подружніх стосунків та безробіття. Спосібжиття стає основною можливістю тримати під власним контролем ризику індивідів.

Lasch, Baumann, Turner відзначали, що приватизація ризику здійснюється шляхом його медикалізації та медикалізації засобів боротьби з ним. «Медикалізація – це структурування життя за допомогою ідеї чистого, здорового та раціонального способу життя, дотримання дієти та фізичних вправ» [4]. Медичні ідеї стають рушійною силою того, що Фезерстоун називав «естетизацією повсякденного життя». Кухні та ванни стають подібні до лабораторій, звичайне купання – лікувальною процедурою, а різнокольорова їжа – ліками. Giddens підкреслює, що «медичні ідеї ініціюють нові звички або надають нового, розважливого смислу давно вибраним і вже застосованим методикам» [2]. Медикалізація – це утилітарна версія індивідуалізму, яка раціоналізує звички та бажання. Контакт людини з природою, насолода рухами, почуття гумору, відкриття в собі «внутрішньої дитини», наявність родини чи хоча б собаки, насолода життям набуває смислу, що слугує індивідові. Індивідуалізація характеризується тим, що людина не піддається загальному захопленню і відрізняється від інших. Вона не хоче бути подібною до інших, щоб зберегти свою неповторність і до певної міри протиставляється традиційним соціальним нормам, які не є надійними та валідними для неї. Вона здатна відмовлятися навіть від традицій і тримати ментальну дистанцію.

Всеосяжність ризику проявляється в тому, що він реально присутній в кожній сфері людського сприймання. Ризик визначає сутність чи прихований смисл того, що відчувається індивідом. Всеосяжність ризику визначає два *типи життєвих стратегій*. Перший – це *спроба контролю та управління ризиком*. В цьому випадку експертиза підмінює собою правила і сама стає правилом: регулює, спрямовує вибір, надає смислу діям стосовно як до себе, так і інших. Експертиза може обмежувати незалежність особи, як і традиція. Другий тип життєвої стратегії – *спроба ігнорувати приховане в ризикові та профілактика смислу*. Навіть тимчасова відмова від контролю і вибір ризику на власний розсуд – це другий спосіб підкорення ризику собі.

Вибір ризику є формою його контролю, тому що він вибирається як власна доля. На жаль, надмірний контроль ризику перетворює дім у клініку, а життя – в поліклініку і профілактику захворювання. Профілактичні мотиви та цінності керують способом життя і життєвими пріоритетами особистості. Медикалізація ризику спричиняє неухильну медикалізацію життя, яке змінюється на дієти та тренування, а смерть розподіляється між хворобами і групами психосоматичних дисфункцій. Медикалізація надає оптимізові механічного характеру. Оптимізм перестає бути життеутверджуючим і замінюється «позитивним мисленням». Створюється уявлення, що така профілактика і здоровий спосіб життя – це не тільки контроль над ризиком, а значною мірою – спроба надавати смислу власним відчуттям. Таким чином, медикалізація має не тільки змінювати смисл, але усувати «остаточне розв'язування проблеми». Однак, медикалізація може сприяти здійсненню заміщення самого життя тими чи іншими

переживаннями про нього. В такому випадку вона повністю виносить за дужки самовираження, незалежність, не припускає самореалізації особи в сприйманні її індивідами несе у собі загрозу втратити смак до життя чи навіть прагнення жити.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Ризик, про який пише BeekUlrich, за характером його трактування повинен бути демократичним. Смог, озонові діри, пандемія COVID-19 – це ризики, які мають стосунок і значення безпосередньої перейнятливості ними всіх. Однак, ризик створює в суспільстві новий поділ, що є наслідком нерівних можливостей для контролю і захисту. В розподілі ризику важливу роль мають виконувати життєві пріоритети та різні способи життя людей, а це дало би нові форми солідарності, що засновані на однакових, менш-більш рівних оцінках людьми серйозності ризику задля запобігання його можливій загрози, ймовірній небезпеці.

У сучасних умовах спосіб життя все більше стає основою для формування світоглядів, політичних та релігійних поглядів у індивідуальностей, що за їх допомогою, силою своїх власних візій в знаннях своєчасного контролю, самоохорони від прийдешніх загроз, небезпек, ризиків, здатні випереджувати загрозливі події заради вірогідного загального добра для якомога ширшого кола людей світу.

Джерела та література:

1. BeekUlrich (2002). Spoleczenstworyzyka. Wdrozedoinnejnowoczesności, tłum. S.Ciesla, Warszawa:Scholar.
2. Giddens Anthony (2005).Nowoczesność i toysamość „Ja” ispoleczenstwo wepocepdznej nowo-czanosci,tlum. A.Szulzycka, Warszawa, Wydawnictwo Naukowe PWN.
3. Krasnodepski Zdislaw (1993).Kryzy i nowoczesnosci a swiat przezywany.w Z.Krasnodepski. K.Nelllen (red.), Swiat przezywany. Fenomenologia i spoleczne. Warszawa.PIW.
4. Lasch Christopher (1979), Haven in a Hearless World. I bemodernism.Weber and Contemporary Social Theory, w. S. Lash (red).Max Weber, Rationality and Modernity, London: Allen and Unwin.
5. Turner Bryan S., Samson C.(1987), Medical Power and Social Knowledge, London, Sage Publications.

Юрчук Вікторія

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Дмитріюк Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК СКЛАДНИК ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ПСИХОЛОГА

Сьогодні проблема вивчення життєстійкості особистості займає особливе місце в науковому знанні. Реалії сучасного життя свідчать, що у суспільстві спостерігається погіршення психічного і соціального

благополуччя, зниження загального відчуття безпеки та захищеності людини. Актуальність психологічного вивчення здатності особистості протистояти негативним чинникам середовища обумовлена потребами практики, спрямованих на ефективну підтримку та взаємодію зі значущими людьми, досягнення успіху в житті, бути в гармонії навіть за наявності несприятливих обставин. Життестійкість особистості є одним із сутнісних показників її психічного здоров'я.

Тема життестійкості займає особливе місце у науковому знанні. Їй присвячена значна кількість праць, при чому не лише у психології, але й у галузі медицини, у сфері громадської безпеки, спорту, бізнесу, військової справі. Безперечно, що розвиток життестійкості є основною професійно важливою якістю майбутніх психологів. Життестійкість в діяльності фахівця-психолога передбачає вміння ефективно існувати всупереч життєвим перешкодам та труднощам, здатність зберігати баланс між пристосуванням до нових вимог та прагненням жити гармонійно, повноцінно [2].

Вперше поняття «життестійкість» було використано Сьюзен Кобейса (Suzanne C. Kobasa), в той же час основні дослідження феномену життестійкості і його значення для людини належать американському психологу Сальваторе Мадді (Salvatore Maddi). За С.Мадді «життестійкість» відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресогенних життєвих ситуацій [1].

На думку С.Мадді життестійкість базується на настановах, що визначають взаємодію людини зі світом: це включеність, вплив і виклик [4].

Включеність – характеристика щодо себе і навколишнього світу і характеру взаємодії між ними, яка дає сили і мотивує людину до реалізації, лідерства, здорового образу думок і поведінки. Включеність чи залученість сприяє самоактуалізації особистості, мотивує до саморозвитку, сприяє формуванню «здорових думок та поведінки». Така особистість впевнена у собі та отримує задоволення від власної діяльності. Вона дає можливість відчувати себе значущим і достатньо цінним, щоб повністю включитися у вирішення життєвих та професійних завдань, незважаючи на наявність стресогенних чинників і змін.

Контроль передбачає переконання у тому, що боротьба дає можливість вплинути на результат. Цей вплив помітний навіть тоді, коли він не є абсолютним, і успіх зовсім не гарантовано. Протилежним до такого переконання є відчуття власної безпорадності. Особистості з високим контролем самостійно приймають рішення та розв'язують повсякденні завдання. Особи з низьким рівнем контролю не здатні до самостійного розв'язання завдань, постійно очікують допомоги та підтримки у прийнятті рішень. Тим самим вони проявляють свою невпевненість та неготовність брати на себе відповідальність за вчинки, бояться ризикувати. Прийняття ризику – це переконання людини у тому, що все, що з нею трапляється, сприяє її розвитку, який відбувається за рахунок знань, отриманих з досвіду (неважливо – позитивного чи негативного). Людина, яка розглядає життя як спосіб отримання досвіду, готова діяти в умовах, коли відсутні

стовідсоткові гарантії успіху, на свій страх і ризик. Прийняття ризику дає змогу людині вчитися на власному житті, власному досвіді, а не очікувати на легке безтурботне життя [4].

Описуючи життестійкість, більшість дослідників визначають найважливіші складові психологічної стійкості: стабільність, врівноваженість, опірність (резистентність). Стійкість полягає у подоланні труднощів, здатність зберігати віру у себе, впевненість у власні можливості, здатність до ефективної психічної саморегуляції. Стабільність передбачає збереження здатності особистості функціонувати, розвиватися і адаптовуватися до змін. Знижена ж стійкість призводить до того, що, потрапивши у ситуацію ризику, особистість долає її з негативними наслідками психічного та соматичного здоров'я, особистісного розвитку, сформованих міжособистісних відносин. Можливість ефективно справлятися з складними життєвими ситуаціями забезпечує достатній рівень життестійкості, формуванню якого сприяє рівень внутрішньої життєвої енергії людини (вітальності) [3, с. 266-269].

Життестійкість, як характеристика, що відображає можливість суб'єкта знаходити міру відповідності наявним умовам, визначає захищеність людини від різного роду загрозливих впливів, пов'язана з уявленнями людини про свою здатність успішно реалізувати поведінку, необхідну для досягнення очікуваних результатів, долати негативні впливи навколишнього середовища. Завдяки життестійкості майбутні фахівці сприймають життєві проблеми як менш загрозливі і реагують на них більш позитивними емоціями, максимально включені в соціальні відносини з оточуючими, що, безумовно, є одним з найважливіших умов ефективної діяльності психолога.

Джерела та література:

1. Александрова Л.А. Концепции жизнестойкости в психологии / Л.А. Александрова // Сибирская психология сегодня : сб. науч. трудов. Вып. 2 / [под ред. М.М. Горбатова, А.В. Серого, М.С. Яницкого]. – Кемерово : Кузбассвузиздат, 2004. – С. 82–90.
2. Волобуева Н. М. Психологическая культура как условие развития жизнестойкости студентов: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.13 / Н. М. Волобуева. - Белгород: ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», 2012. - 21 с.
3. Леонтьев Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М., 2006. – 63 с.
4. Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health / S. R. Maddi, D. M. Khoshaba // Journal of Personality Assessment. – 1994. – Oct. – Vol. 63. – N 2. – P. 265–274.

**ОСОБИСТІТЬ У УМОВАХ
ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА**

Годєбська Марія
студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Фенина Оксана
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВПЛИВУ ТЕЛЕБАЧЕННЯ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Суттєві зміни в соціально-економічному та політичному житті українського суспільства потребують покращення інформаційної культури, активних змін у використанні сучасних інформаційних технологій, зокрема телебачення, у формуванні інформаційної компетентності особистості, що має певні психофізіологічні особливості на кожному етапі вікового розвитку. Телевізійні програми можуть за певних обставин наносити шкоду психічному здоров'ю особистості. Тому особливо важливим у наш час є дослідження цих небезпек та їх попередження для досягнення психологічного благополуччя особистості. [1].

Серед усі ЗМІ телебачення займає провідні позиції. Можна без перебільшення стверджувати, що за рівнем свого впливу на духовний та психічний розвиток телебачення випереджає інші засоби масової інформації (зокрема, радіо та друковані періодичні видання). Воно, пропагуючи певні цінності, є одним із чинників духовно-морального виховання народу.

Стрічка новин також повинна конкурувати з розважальними програмами для своєї аудиторії та за їхній попередній телевізійний проміжок, відповідно це роблять, для маніпуляції нашим психічним станом, тобто підкреслюючи емоційно релевантні матеріали, такі як злочин, війна чи голод за рахунок більш позитивного матеріалу.

Мета статті полягає у аналізі інформативного наповнення телевізійних програм, що деструктивно впливають на усі аспекти розвитку особистості.

Аналіз основних публікацій. Аналіз наукової літератури показав, що ця проблема останнім часом викликає все більший інтерес дослідників і практиків, про що свідчить стрімкий ріст кількості досліджень та публікацій з питань впливу засобів масової інформації на психічне здоров'я індивіда [5;6].

Як вітчизняними, так і закордонними дослідниками вивчались проблеми виховання молоді, принципи взаємодії соціальних інститутів, фактори та умови виховання (І. Бех, Ю. Гальперін, Л. Гордін, В. Москаленко, І. Кон, В. Ксенофонов, О. Первишева, Л. Сніжко), аналіз проблеми виховання молоді, принципи взаємодії соціальних інститутів, фактори та умови виховання (В. Гуров, І. Левшина, І. Зверєва, В. Лізанчук, А. Толстих, А. Харчев, С. Хлебик), медійні форми роботи з організації навчально-виховного процесу й дозвілля старшокласників (Л. Біла, І. Дубровицький, Г. Камаєва, Л. Масол, Т. Сущенко, О. Педіско) [6; 7].

Актуальними є і праці дослідників присвячені аналізу різних аспектів функціонування ЗМІ в суспільстві. Зокрема, Н.В. Костенко розглядає теоретичні та методологічні засади функціонування ЗМІ, цінності і символи у масовій комунікації. Особливості діяльності ЗМІ, місце та роль мас-медіа, зокрема в українських реаліях, досліджують Л.В. Губерський, В.А. Вергун, В.Ф. Іванов, А.З. Москаленко та ін. Позитивні та негативні аспекти впливу засобів масової інформації, передусім, на молоде покоління вивчає В.Ю. Степанов. В роботах М.М. Матвійчик представлені дослідження організації медіа освіти в соціально-педагогічній сфері. Проте такі дослідження проводяться, переважно у соціологічних, культурологічних і соціально-психологічних дослідженнях. В рамках вікової та педагогічної психології вони практично відсутні, що й визначило наш інтерес до вказаної проблеми [4].

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Засоби масової інформації – це потужний чинник впливу на свідомість людей і особливо підлітків з незміцнілою самосвідомістю та несформованим світоглядом.

Телебачення — загальний термін, що охоплює всі аспекти технології та практичної діяльності, які пов'язані з безпроводною передачею рухомих зображень зі звуковим супроводом у реальному часі [3].

Одним із аспектів життя молодих людей, який входить до сфери впливу засобів масової інформації є процес соціалізації. Навчання та отримання нової інформації є важливим процесом на різних етапах соціалізації. Дослідження показують, що медіа, зокрема телебачення, є первинним джерелом різноманітної інформації для усіх вікових груп. Дослідження, проведені в Сполучених Штатах Америки, показали, що близько 80% учнів 6-7 класів вказали ЗМІ основним джерелом інформації про президента та віце-президента, 60% — про Конгрес та 50% — про Вищий Суд. Близько 90% опитаних американців також вказали телебачення як первинне й основне джерело інформації про події 11 вересня 2001 року[2].

Телебачення сприяє низькому рівню самооцінки як серед чоловіків, так і жінок. Чоловіки відчувають невдоволення тілом, жінки страждають через низьку самооцінку та постійне порівняння себе з нереалістичними ідеалами у ЗМІ. Такі ідеали можуть викликати депресію та порушення харчування у молодих дівчат-підлітків [7].

Окрім нереалістичних ідеалів, встановлених засобами масової інформації, гламуризація сексу у рекламі та кінофільмах є чинником формування нереальної Я-концепції особистого сексуального життя. Ця концепція передусім стосується підлітків, що перебувають на шляху статевого розвитку. Часте використання медіа та надмірний перегляд телевізійних програм може привести до звикання або ж залежності від електроніки, найчастіше розумного телефону. Поряд із залежністю від соціальних медіа виникають і розлади сну [9].

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, ЗМІ, зокрема телебачення, відіграють чи не найважливішу роль у процесі

навчання, виховання, формування особистісних ціннісних орієнтацій, процесу соціалізації, статевої ідентифікації та ін.

В основному, чим більша кількість телевізійного впливу, тим більше люди повинні розуміти, що інші мають думки, почуття та переконання, які можуть відрізнятися від їхніх. Це також пов'язує зростання проблем із психічним та фізичним здоров'ям серед молоді, включаючи ожиріння, розлади харчової поведінки, тривожний розлад, панічні атаки.

Джерела та література:

1. Варнава У. В. Психологічні особливості розвитку захисних механізмів дітей дошкільного віку / Уляна Володимирівна Варнава / Дис. ... канд. психол. наук. – Одеса: ПУНПУ, 2013. – 205 с.
2. Донченко Е. Концепция социальной психики общества // Философская и социологическая мысль / Е. Донченко. – 1994. – № 1-2. – С. 125.
3. Князев А. Основы тележурналистики і телерепортажу : навч. посібник / А.Князев. – Бішкек: Вид-во КРСУ, 2001. – 165 с.
4. Крат Д. А. Вплив засобів масової інформації на розвиток особистості у підлітковому віці / Д. А. Крат.//Серія 12: Психологічні науки. – 2016. – №4. – С. 241–247.
5. Назаров М. М. Массовая коммуникация в современном мире: методология анализа и практика исследований / М. М. Назаров. – М.: УРСС. – 2006 – 311 с.
6. Филатова О.Г. Социология массовой коммуникации / О.Г. Филатова – М.: Гардарики, 2006. – 303 с.
7. Шарков Ф.И. Социология массовой коммуникации / Ф.И. Шарков, А.А. Родионов. – М.: ИД Социальные отношения, 2003. – 378 с
8. Проблеми впливу засобів масової інформації на дітей і підлітків [Електронний ресурс] // Рекомендації Американської академії педіатрії. – 2011. – Режим доступу до ресурсу: <https://d-l.com.ua/ua-issue-article-129>.
9. Який вплив медіа-психології [Електронний ресурс] // Ти заслуговуєш бути щасливим. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.betterhelp.com/advice/psychologists/what-is-the-impact-of-media-psychology/>.

Коструба Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ МЕДІАРЕЛІГІЙНОСТІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Наше суспільство та культура тепер пов'язані через глобальні мережі Інтернет. З постійним розвитком портативних мобільних пристроїв, розширенням швидкісних бездротових мереж та збільшенням доступності до цієї мережі наш соціальний світ різко змінюється. Ці зміни вплинули те, як ми спілкуємося один з одним, як ми робимо свою роботу і навіть як ми бачимо сам світ. Тож не дивно, що Інтернет також змінив те, як ми сповідуємо релігію. Хоча виглядає так, ніби релігійні традиції та їхня практика – непохитні та стандартизовані. Насправді релігії не є статичними, вони постійно змінюються і трансформуються, адаптуються та розвиваються на основі змін у соціальному світі [4]. Релігії змінюються з часом і процвітають, або вони стають поза зв'язком з людьми і втрачають членів молодших поколінь.

Реформація, контрреформація, відродження та інновації – це постійні релігійні процеси та реакції на суспільні зміни.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. На самому базовому рівні Інтернет вплинув на релігійну спільноту, авторитет та ідентичність. Однак нові засоби масової інформації (ЗМІ) також змінили ритуальну практику, релігійну інформацію, і навіть типи релігійного досвіду у людей. Інтернет-релігійна діяльність – це складна подія, яку можна інтерпретувати різними способами. Хоча це відбувається у середовищі «віртуальної реальності», її часто сприймають як природню та справжню. Кіберпростір створив нове середовище, де священне може зустрітися новими та динамічними способами [1]. Інші стверджують, що інтернет-світ – це людська технологічна конструкція, яка не має духовної цінності. Але насправді релігійна діяльність процвітає в Інтернеті. А отже, ми можемо розглядати її як нову форму релігійно-культурного вираження [3].

Для більш детального аналізу психології медіарелігійності варто зазначити відмінності між службою у віртуальній реальності та звичайними церковними службами. Загалом, багато практик і способів спілкування – формальна структура зустрічі, частина змісту, а також ролі – переносяться з сервісів реального світу у віртуальний. Однак деякі практики трансформуються за допомогою технологій і можуть погіршити сенс релігійного зібрання: словесні обміни стають коротшими, емоційна солідарність з учасниками слабшає, а в молитовних зустрічах менше впорядкованості. Але ця технологія також приносить певні переваги: віртуальна церква дозволяє здійснювати більше відвертого обміну між учасниками, вона забезпечує доступ з усього світу і дозволяє експериментувати у використанні віртуального простору, менш обмеженого, ніж церква в реальному світі [5].

Феномен медіарелігійності виник з двох потужних тенденцій сучасного суспільства: зведення масової культури в ступінь релігійного культу; сприйняття установок віри як частини масової культури. Тобто, медіарелігійність – це специфічна область сучасної релігійності, породжена сукупністю всіх видів аудіовізуального мистецтва в контексті масової культури.

З точки зору традиційної релігійної свідомості, медіарелігійність – це груба підробка вічних цінностей, проте споживач продуктів медіарелігійності вважає себе людиною сучасною і прогресивно мислячою, тоді як адептів традиційних вірувань чи моральних принципів вона вважає носіями застарілої культури.

Використовуючи особливості сучасної медіасфери, нові принципи доступності інформації, а також появу різних технологічних платформ, медіарелігійність отримує більші можливості впливу. Якщо телебачення як канал передачі «міфу» і є одночасно і його творцем, транслює вже готову «картину», то в інтернет-ЗМІ людина отримує можливість стати співавтором цього міфу.

Розповідаючи, як правило, про будь-які екстраординарні події або сенсаційні відкриття медіарелігійний продукт завжди насичує повідомлення великою кількістю емоцій і емоційних відтінків. Медіарелігійність завжди орієнтована на сьогодення, буквально на те, що відбувається «тут і зараз». Звернення до історичного минулого або гіпотези щодо майбутнього наводяться в медіарелігійних матеріалах для того, щоб підтвердити твердження або гіпотезу, безпосередньо пов'язану з сьогоденням [2]. Медіарелігійність приділяє велике значення символіці: кожен предмет або явище може трактуватися декількома різними способами. Кожне трактування сприймається як «справжнє» навіть якщо вони суперечать один одному. В медіарелігійних продуктах рефлексія практично відсутня і може бути замінена прихованою пропагандою тієї чи іншої концепції.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, медіарелігійність розглядається як нова форма вираження релігійної діяльності, яка виникла завдяки розвитку масової культури. Медіарелігійність може реалізовуватися активно, шляхом співтворення релігії у медіа та інтернет-середовищі (найбільш притаманне так званим неорелігіям), або пасивно, через сприйняття існуючих норм, традицій, які реалізуються у релігійних ЗМІ, додатках, онлайн трансляціях богослужінь (більш притаманне канонічним релігіям).

Джерела та література:

1. Киберрелигия: наука как фактор религиозных трансформаций / А.П. Забияко, Е.А. Воронкова, А.В. Лапин, Д.А. Пратына и др.; под ред. А.П. Забияко. – Благовещенск: АмГУ, 2012. – 208 с.
2. Рыжов Ю. В. Новая религиозность в современной культуре: автореф. док. культ. – М., 2007. – 39 с.
3. Helland C. Virtual Religion: A Case Study of Virtual Tibet // Oxford handbooks online. – 2015. DOI: <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199935420.013.43>
4. Radde-Antweiler, K. Virtual Religion. An Approach to a Religious and Ritual Topography of Second Life. Heidelberg // Journal of Religions on the Internet. – 2008. – Vol. 03.1. DOI: <https://doi.org/10.11588/heidok.00008294>
5. Schroeder R., Heather N., Lee R. M. The Sacred and the Virtual: Religion in Multi-User Virtual Reality // Journal of Computer-Mediated Communication. – 1998. – Vol. 4 (2). DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.1998.tb00092.x>

Сасовська Ольга

аспірант,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Гошовський Ярослав

доктор психологічних наук, професор,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФЕНОМЕНУ ІНТЕРНЕТ-АДИКЦІЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІСІ

Постановка проблеми та її значення. У сучасному суспільстві новітні технології та Всесвітня мережа Інтернет є важливими та невід'ємними складовими повсякденного життя дітей та дорослих. У процесі взаємодії

людини з інтернет-павутиною виникає низка проблем, найактуальнішою з яких є проблема дослідження поняття інтернет-залежності та впливу даного феномену на особистісну сферу людини.

Проблема виникнення психологічної інтернет-адикції викликає сьогодні досить активний науковий інтерес багатьох вчених. Серед них: Аношков В., Бартків О., Вигівська В., Гошовська Д., Кенс К., Чехун В., та ін. У широкому сенсі інтернет-залежність розуміють як «нав'язлива потреба у використанні мережі Інтернет, що супроводжується дезадаптацією у соціумі та яскраво вираженими психологічними симптомами» [1].

К. Янг вказує, що термін «Інтернет-залежність» позначає велику кількість проблем поведінки та контролю над потягами, одною з яких є пристрасть до нереальних знайомств – надмірність знайомих та друзів в мережі [3].

І. Голдберг стверджує, що інтернет-адикція призводить до появи стресу, шкідливо впливає на міжособистісний, економічний, психологічний та соціальний статус особистості [5]. Безглузде використання інтернету не тільки заподіює шкоду психологічному і фізичному здоров'ю людини, але й згубно впливає на міжособистісне спілкування. Інтернет-адикція більшою мірою впливає на становлення та функціонування особистості.

Основними ознаками інтернет-адикції є: всепоглинання Інтернетом; потреба у збільшенні часу on-line сеансів; наявність кількох карбованих малоефективних спроб скорочення використання інтернет-ресурсів; поява симптомів абстиненції при припиненні інтернет-зв'язку; виникнення конфліктних проблем з найближчим оточенням (колегами по роботі, однокласниками, батьками); прагнення до приховання реального часу, проведеного у мережі; залежність настрою та поведінки людини від використання Інтернету [3].

Однією з найбільш вразливих категорій, які знаходяться під впливом інтернет-адикції, є підлітки. У процесі становлення особистості, підлітки сприймають Інтернет-павутину, як основний засіб отримання інформації та спосіб комунікації з однолітками. Оскільки особистість у підлітковому віці є ще не сформованою, вона залишається чутливою до впливу соціальних чинників, що можуть призвести до її деформації. Підліток прагне уникнути своїх соціальних проблем, з якими стикається в повсякденному житті, прагне відволіктися від страху до змін та отримати позитивні емоції. У цьому йому допомагає Інтернет-мережа. Неконтрольоване використання Інтернету несе в собі загрозу фізичному та психічному здоров'ю підлітка. Слід зазначити, що у підлітковому віці на перший план виходить потреба в спілкуванні з однолітками, причому в сучасних підлітків з'явилися та стрімко набирають популярності нові форми соціальної комунікації (соціальні мережі - Instagram, Viber, Facebook тощо), що є ще однією передумовою розвитку даного досліджуваного феномена.

На сьогодні у підлітковому віці надзвичайно швидко поширюється залежність від мобільного телефону, яка тотожна до залежності від спілкування у соціальних мережах. Це означене явище назване «номофобія». Це почуття сильного страху в людини, яка боїться на

тривалий час залишитися без мобільного телефону, а отже без змоги бути «on-line». Взагалі термін «номофобія» введений британськими дослідниками ще у 2008 році для позначення станів тривоги в людей, які залишилися без доступу до мобільного телефону – «no-mobile-phone phobia» [4].

Проаналізувавши дослідження вчених, ми зрозуміли, що головною причиною виникнення цієї хвороби названо страх залишитися повністю безпорадним, тобто ізольованим від усього світу. Це є досить актуально для підліткового віку оскільки різні підліткові комплекси (наприклад, з незадоволенням своєю зовнішністю, комплекс неповноцінності, комплекс «білої ворони» тощо), типологічні властивості й риси характеру також можуть стати причиною відходу від реального до віртуального світу.

Активність підлітка в інтернет-мережі спрямована на задоволення своїх потреб. З одного боку, Інтернет створює середовище, що дозволяє вирішувати різні завдання інформаційного та комунікативного характеру, з іншого боку, через відсутність інформаційного контролю, в інтернет-середовищі можуть розміщуватись матеріали дезінформаційної, агресивної або протизаконної спрямованості. Підліток не завжди здатний реально оцінити рівень вірогідності й безпеки інформаційних матеріалів, які знаходяться в інтернет-мережі. Так, інформаційні інтернет-ресурси агресивної спрямованості створюють підвищену небезпеку для підлітка з нестійкою психікою. Неконтрольоване й нераціональне використання інтернет-ресурсів учнями спричиняє неуспішність у навчанні й виникнення поведінкових проблем.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, Інтернет-адикція є психологічним феноменом, який полягає у тому, що у людини виникає нав'язливе бажання постійно перебувати у мережі. Даний феномен супроводжується порушенням структури особистості, відірваністю від реального світу, порушенням зв'язків із соціумом, загострення проявів акцентуйованих рис, що призводить до дезадаптації особистості підлітка.

Перспективи подальшого вивчення окресленої проблематики ми вбачаємо у вивченні психологічних особливостей інтернет-адикції особистості, які є характерними для підлітків з різними формами деривацій, а також розробку програм корекції інтернет-залежності в підлітковому віці.

Джерела та література:

1. Бутова В.В. Социально-психологические аспекты Интернет-зависимости. /Бутова В.В. – М., 2001. – С. 32.
2. Индивидуально-психологические особенности пользователей сети Интернет: Психология XXI в. [«Психология общества»] (Санкт-Петербург, 24 апр., 2001 г. – 26 апр., 2003 г.) / [вед. ред. В. А. Астафьев]. – СПб., 2003. – С. 216–225.
3. Янг К.С. Интернет-зависимость // Мир Интернет. – 2000. – №2. – С. 24-29.
4. Nomophobia. In: Wikipedia [Internet]. 2019 [cited 2019 Jan 25] Available from: <https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Nomophobia&oldid=879839860>.
5. Goldberg I. Internet Addictive Disorder [Electronic resource] / I. Goldberg // – [Cited 2010, 8 Dec.]. – Available from: <http://www.psychom.net/iadcriteria.html>.

**ОСОБИСТІТЬ В СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНО-
ЕКОНОМІЧНИХ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНИХ
ВІДНОСИН**

Басейко Анна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПРАЦІВНИКІВ МЕДИЧНИХ УСТАНОВ

Постановка проблеми та її значення. В умовах сучасного суспільства підвищуються вимоги до кваліфікації медичних працівників, продуктивності їх професійної діяльності, до якості медичної допомоги, яку вони надають [4].

Професійні обов'язки медичних працівників пов'язані з високим ступенем відповідальності за життя та здоров'я інших людей. Вони часто потребують від спеціаліста термінового прийняття рішення, самодисципліни, вміння зберігати високу працездатність в екстремальних умовах, емоційної віддачі, постійного психологічного та інтелектуального напруження. Все це може призводити до виснаження психологічних та фізичних ресурсів спеціаліста і, як наслідок, – до його емоційного вигорання [4]. Ці та інші чинники зумовили актуальність обраної теми.

Аналіз останніх досліджень. На думку науковців, однією з ключових якостей, що сприяють успішності виконання професійної діяльності та профілактиці емоційного вигорання є емоційна компетентність особистості.

Розробкою проблеми емоційного вигорання у зарубіжній психології займалися такі вчені, як Е. Аронсон, С. Джексон, Х. Маслач, А. Пінес, Г. Фрейденберг, В. Шауфелі та інші видатні вчені.

Серед робіт вітчизняних авторів слід відзначити дослідження В. Бойко, Н. Водоп'янової, А. Кульчицької, В. Орел, О. Романовської, Т. Ронгінської, О. Старченкової, Т. Федотової, О. Фурсенко, Н. Самоукіна, В. Масленікова, Н. Росін, А. Абрумовой, М. Авхіменко, М. Розанової та інших.

Водночас недостатня наукова вивченість синдрому емоційного вигорання саме медичних працівників, що здійснюють професійну діяльність у медичних закладах зумовлює актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження полягає у теоретично – емпіричному вивченні особливості емоційного вигорання у медичних працівників медичних установ.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. На думку таких науковців як В. Бойко, М. Буріш, Дж. Фрейденбергер, емоційне вигорання – це психологічний термін, що позначає симптомокомплекс наслідків тривалого робочого стресу і певних видів професійної кризи, вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій (пониження їх енергетики) у відповідь на виборчий психотравмуючий вплив, характеристика психічного стану

здорових людей, які інтенсивно спілкуються з клієнтами, пацієнтами, постійно перебувають в емоційно навантаженій атмосфері при наданні професійної допомоги [1; 2].

Виникнення емоційного вигорання у медичних працівників середньої ланки зумовлюється впливом зовнішніх і внутрішніх чинників:

Зовнішні чинники слід відносити складні особливості умов праці – напружена, емоційно насичена діяльність, використання власних повноважень, відсутність позитивної підтримки, нестабільність, конфліктність [2].

Внутрішні чинники, що зумовлюють виникнення емоційного вигорання педагогічних працівників, полягають у: індивідуальних, особистісних й соціально-демографічних особливостях та здатності до самореалізації (мотивація, осмислення своєї значущості в соціумі та життєдіяльності, обмежені можливості для особистісного зростання), схильності до емоційної ригідності, підвищеній відповідальності при виконанні професійних обов'язків, тощо [2].

З метою з'ясування психологічних особливостей емоційного вигорання медичних працівників нами було здійснене емпіричне дослідження, що базувалося на таких методиках як: «експрес-діагностика рівня емоційного вигорання» В. Бойка та «Визначення психічного вигорання» О. Рукавішнікова.

Дослідження проводилося на базі медичних установ міста Луцька. Дослідження проводилося в два етапи.

На першому етапі було досліджено такі симптоми як: незадоволеність собою, загнаність у клітку, редукцію професійних обов'язків, емоційну відчуженість і особистісну відстороненість. Дослідження таких симптомів зумовлене методикою В. Бойка «Експрес-діагностика рівня емоційного вигорання» Результати дослідження демонструються у таблиці 1.

Таблиця 1.

Відсотковий розподіл рівнів сформованості симптомів емоційного вигорання медичних працівників за методикою В. Бойка (%)

Рівень сформованості симптому	Незадоволеність собою	«Загнаність у клітку»	Редукція професійних обов'язків	Емоційна виснаженість	Особистісна відстороненість	Загальний показник емоційного вигорання
Низький (не сформувався)	88	88	72	80	88	83
Середній (формується)	4	6	20	16	4	10
Високий (сформувався)	8	6	8	4	8	7

Результати дослідження дають можливість констатувати, що переважна кількість опитаних мають низькі показники за рівнем сформованості симптомів емоційного вигорання (83%). Це може свідчити про емоційну компетентність працівників та високий рівень стресостійкості і професійної мотивації, що в свою чергу є чинником низького рівня сформованості емоційного вигорання у працівників медичних установ. Середній рівень сформованості емоційного вигорання притаманний 10% працівників, а високий – 7%.

Наступним кроком було визначення емоційного вигорання за методикою «Визначення психічного вигорання» О. Рукавішнікова. Методика передбачає дослідження за такими шкалами як психоемоційне виснаження, особистісне віддалення, професійна мотивація. І також було визначено індекс психічного вигорання. Результати демонструються у таблиці 2.

Таблиця 2.

Відсотковий розподіл рівнів сформованості симптомів психічного вигорання медичних працівників за методикою О. Рукавішнікова (%)

Рівень сформованості	Психоемоційне виснаження	Особистісне віддалення	Професійна мотивація	Індекс психічного вигорання
вкрай низьке	8	0	0	0
низьке	33	38	0	0
середнє	55	62	0	70
високе	4	0	10	22
вкрай високе	0	0	90	8

Результати дослідження засвідчують в переважній більшості середній рівень сформованості психічного вигорання у медичних працівників, він притаманний 70% респондентів. Високий рівень мають 22% опитаних та вкрай високий – 7%. Заслужує уваги той факт, що за шкалою «професійна мотивація» 90% досліджуваних проявили вкрай високий рівень психічного вигорання. Щодо шкал «психоемоційне виснаження» та «особистісне віддалення» переважна більшість респондентів проявили низький та середній рівень прояву симптому.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Емоційне вигорання трактуємо як один із захисних механізмів, що проявляється в певному емоційному відношенні фахівця до своєї професійної діяльності. Працівники медичних установ пов'язані з високим ступенем відповідальності за життя та здоров'я інших людей, значною кількістю

прийняття нестандартних рішень, великою кількістю соціальних контактів, що є підставою для формування синдрому психоемоційного вигорання.

У результаті емпіричного дослідження медичних працівників було констатовано в переважній більшості середній та низький рівень психоемоційного вигорання у медичних працівників. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у дослідженні соціально-демографічних чинників емоційного вигорання таких як вік, стать, стаж професійної діяльності, тощо.

Джерела та література:

1. Вознюк Н. В. Професійне вигорання фахівців соціальної сфери [Електронний ресурс] / Н. В. Вознюк, В. М. Тименко // Соціальна робота в Україні: теорія і практика. - 2015. - № 1/4. - С. 167-176. .

2. Гірняк К. М. Причини емоційного вигорання особистості: теоретичний аспект управління [Електронний ресурс] / К. М. Гірняк // Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій ім. Ґжицького. – Львів, 2015. - Т. 17, № 1(4). - С. 183-188.

3. Керик О. Професійне вигорання та прояви вторинної травми у фахівців системи "людина – людина" [Електронний ресурс] / О. Керик // Проблеми гуманітарних наук. Психологія : зб. наук. пр. ДДПУ / Дрогоб. держ. пед. ун-т ім. І. Франка. – Дрогобич, 2013. - Вип. 31. - С. 64–72.

4. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ. Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / Д. П. Власюк, О. В. Кихтюк, А. В. Кульчицька та ін./ за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. - Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С. 58-77.

5. Лисенкова І. П. Діагностика, профілактика та корекція синдрому емоційного вигорання у соціальних робітників [Електронний ресурс] / І. П. Лисенкова, Г. В. Гончарова. // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія : електрон. наук. фах. вид. / Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Богдана Хмельницького. – Хмельницький, 2018. - Вип. 3. .

6. Маляр-Газда Н. М. Емоційне вигорання – актуальна проблема медицини сьогодення / Н. М. Маляр-Газда // Науковопрактичний журнал для педіатрів та лікарів загальної практики – сімейної медицини. – 2015. – № 3. – С. 15–18.

7. Федотова Т.В. Суб'єктивне благополуччя як показник психічного здоров'я особистості./ Т.В.Федотова //Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С.43-58 с.

Васькевич Софія

магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Федотова Тетяна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ДОВІРА В КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ КОЛЕКТИВУ

Сучасний рівень розвитку організаційних структур і масштабні зміни в економічній і соціальній сферах суспільства, висувають підвищені вимоги

до людини в її професійній діяльності, зростає значущість соціальних наслідків управлінських рішень. Розширився спектр й управлінських проблем, в яких особливої актуальності і значення набувають аспекти формування соціально-психологічного клімату колективу.

Адже він є не лише причиною виникнення актуальних соціально-психологічних труднощів в організації, але й зумовлює вирішення завтрашніх, перспективних завдань, пов'язаних з моделюванням нових, досконаліших форм людських взаємин. Суперництво змінюється співпрацею та кооперацією.

Сьогодні актуальна орієнтація на командні цілі, в яких присутні й власні цілі та цінності учасників. А тому, існує потреба у вдалому розподілі ролей та забезпеченні якісного зворотного зв'язку, формуванні нових форм спілкування та вияві організаційної культури, побудові нових моделей поведінки та здатності до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій. Впевненість працівників організації у тому, що кожен член колективу робить усе, що треба для втілення в життя організаційних цілей та цінностей є певним виявом довіри в колективі. Формування довіри – це робота особистості як над собою, так й над взаєминами у колективі [2].

Мета публікації полягає в теоретичному аналізі феномену довіри в контексті соціально-психологічного клімату колективу.

Колективне досягнення цілей призводить до забезпечення високої ефективності діяльності організації, що веде за собою закономірне зростання інтересу наукових дослідників і практиків до вивчення соціально-психологічного клімату та основних його чинників [1].

Соціально-психологічний клімат та феномен довіри розглядали у своїх працях такі дослідники: В. Агеев (психологія міжособистісних та міжгрупових стосунків), Я. Коломинський, А. Кульчицька, Р.Шакуров (психологія взаємовідносин у колективі), В. М'ясищев (психологія стосунків), М. Обозов, В.Шепель (психологія міжособистісних відносин), Б. Паригін (соціально-психологічний клімат у колективі), а також, Н.Волкова, О. Жданов, М.Молочко, Р.Шакуров, В.Шепель, Р.Шо та інші.

Одним з перших розкрив власне зміст соціально-психологічного клімату В.Шепель. За його визначенням, психологічний клімат – це емоційне забарвлення психологічних зв'язків членів колективу, що виникає на основі їх близькості, симпатії, збігу характерів, інтересів, схильностей [3].

Згідно Б. Паригіна, соціально-психологічний клімат є одним із вирішальних чинників успішної діяльності людини в усіх сферах життя суспільства [5].

Р. Шакуров пропонує розглядати соціально-психологічний клімат з урахуванням трьох таких особливостей: психологічної, соціальної та соціально-психологічної. Причому психологічна форма клімату колективу розкривається в емоційних, вольових та інтелектуальних станах і властивостях групи. Тобто в ній можна розглядати як оптимізм, страх чи інші емоційні стани, які переважають в колективі, так й цілеспрямованість або вольову розслабленість, творчий пошук та інтелектуальну активність

людини. На його думку, в інтелекті, емоціях, волі також зосереджений соціальний аспект соціально-психологічного клімату колективу, тоді як його соціально-психологічний аспект виявляється в єдності, згоді, задоволенні, дружбі, згуртованості.

Аналіз різних точок зору змісту соціально-психологічного клімату дозволяє припустити, що цей феномен являє собою багатофункціональне соціально-психологічне явище, яким опосередковується будь-яка діяльність колективу. При цьому переважаючий психічний настрій в колективі визначає не тільки міру залученості кожного індивіда в діяльність, але й ефективність його діяльності [1].

Зазначимо, що дослідники виділяють таке важливе поняття, як довіра, що є основою, як організаційного успіху, так й успіху в міжособистісних взаєминах. Так, Р.Шо стверджує, що з одного боку, довіра – це проблема стосунків між людьми, тобто важлива складова соціально-психологічного клімату певної групи. Але в більш широкому розумінні, довіра є потужною універсальною силою, що впливає практично на всі процеси, що відбуваються в межах організації, у відносинах між організаціями, і водночас є структурною і культурною характеристикою організації.

Р.Шо визначає фактори, що формують довіру: порядність, компетентність, лояльність, відкритість співробітників організації, які є її «соціальним капіталом».

Загалом довіра збільшується, коли незнайомі люди можуть без страху та побоювань планувати спільні дії. Вона є необхідною умовою нормальної комунікації в суспільстві та будь-якій організації, важливою складовою її соціально-психологічного клімату; вона забезпечує розуміння, згоду та взаємодію в колективі [6].

Отже, соціально-психологічний клімат колективу – це основа рівнів працездатності його членів, взаємної підтримки в досягненні цілей організації та згуртованості колективу, формування яких не можливе без панування довіри в колективі.

Джерела та література:

1. Волкова Н. П. Соціально-психологічний клімат у педагогічному колективі / Н. П. Волкова. – К.: Академія. – 2001. – 460 с.
2. Жданов О.И. Социально-психологический климат в коллективе. – Режим доступа: http://www.elitarium.ru/2007/11/14/klimat_v_kollektive.html
3. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ / А.В. Кульчицька// Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / за заг. ред. Л. В. Засекиної , А. В. Кульчицької. – Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С.58-77.
4. Молочко М. Ф. Формування соціально-психологічного клімату в педагогічному колективі / М. Ф. Молочко // Рідна школа. – К.: 2004. – № 4. – С. 52-53.
5. Парыгин Б.Д. Социальная психология. Проблемы методологии, истории и теории. / Б.Д. Парыгин – СПб.: ИГУП. – 2009. – 592 с.
6. Федотова Т.В., Кихтюк О.В. Довіра як складова психічного здоров'я підлітка / Сучасні соціокультурні та психолого-педагогічні координати розвитку дитини: матеріали Всеукраїнської (з міжнародною участю) науково-практичної конференції (19-20 квітня 2018 року, м. Тернопіль). – Тернопіль. – 2018. – С.54-56.

Гуцало Аліна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Мітлош Антоніна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ПРАЦІВНИКАМИ В УМОВАХ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРАННЯ

Постановка проблеми та її значення. У сучасних умовах постійної мінливості суспільства професійне функціонування здійснюється під впливом багатьох стресогенних чинників. Трансформації оточуючого середовища працівника стають причиною професійного стресу, психоемоційного перенавантаження та особистісної деформації. У результаті таких змін деформується багато аспектів фахової діяльності людини.

Враховуючи усі негативні наслідки професійного вигорання, психологічна адаптація до стресових умов стає більш актуальною проблемою та потребує детальнішого дослідження механізмів психологічного захисту та копінг-стратегій.

Аналіз останніх досліджень з цієї проблеми. Вивчення проблеми психологічної адаптації є досить важливим процесом, оскільки від ефективності її вирішення залежить якість професійної діяльності людини.

Вперше термін «копінг» в психологічний обіг ввели Р.Лазарус та С.Фолкман. Вони охарактеризували дане поняття як непереривні когнітивні та поведінкові спроби вирішити специфічні зовнішні або внутрішні потреби, які перевищують ресурси людини. Автори зазначають, що індивід оцінює для себе вплив потенційного стресора, зіставляє його з вимогами середовища та своїми ресурсами, і на основі цього визначає оптимальну ефективність вирішення ситуації [3]. Головним завданням копіngu в професійній діяльності є забезпечення й підтримка благополуччя людини та сприяння відсутності емоційного вигорання працівників [5].

Серед зарубіжних психологів, найбільше уваги дослідженням копіngu приділяли Р.Лазарус, М.Селігман, С.Фолкман, Т.Віле, Г.Вайллант та інші [2;3]. В українській психології копінг-поведінку в свої працях досліджували І.Аршава, О.Брюханов, Т.Ряполова, О.Тімченко [5]. Дослідження копінг-стратегій першочергово спрямовано на усунення актуальної проблеми професійного вигорання. Вивченням цього феномену займались В. Бойко, М. Буріш, Е. Грінгласс, С. Джексон, Дж. Еделвіч, М. Лайтер, А. Ленгле, С. Максименко, Б. Перлман та інші [1;4].

Мета дослідження полягає в теоретичному вивченні особливостей використання копінг-стратегій працівниками в умовах професійного вигорання.

Виклад основного матеріалу. Копінг-стратегії визначаються як специфічні форми психологічного захисту, що використовуються для відновлення після впливу стресових факторів, в результаті чого працівник

формує особисту стійкість до ситуаційних ризиків. У свої книзі «Психологічний стрес і процес його подолання» Р.Лазарус описує копінг, як усвідомлене подолання стресу та подій, що супроводжуються тривогою. Існує декілька підходів для визначення поняття копінг [3].

Перший підхід лежить в основі неопсихоаналізу, де копінг-процеси розглядаються як еґо-процеси, що впливають на механізми вирішення ситуативних проблем. Прихильники цього підходу А.Білінґс та Р.Моос наголошують, що копінг обумовлений стійкими якостями особистості, які впливають на поведінку в стресовій ситуації. В результаті якого виділяють активні (конструктивна поведінка) та пасивні (неконструктивна поведінка) способи вирішення стресової ситуації [2].

Другий підхід розглядає копінг, як динамічний процес. Р.Лазарус та С.Фолкман описують цей процес, у вигляді оцінки індивідом потенційного стресора для себе та співставлення з власними ресурсами, вимогами суспільства для максимально ефективного подолання стресової ситуації. Автори виокремлюють активну та пасивну форму копінг-поведінки, які спрямовані на зниження емоційної напруги [3].

В рамках третього підходу В.Бодров зазначав, що завдяки вдалому розподілу людських ресурсів у разі стресової ситуації особистість збереже психічне та фізичне здоров'я. В результаті цих досліджень він ввів термін «ключовий ресурс», який описує процес контролю та організації ресурсів [5]. Проаналізувавши опис когнітивної поведінки в різних наукових дослідженнях, ми зауважили, що у дослідників спостерігається певна тенденція щодо класифікації методів подолання стресу: копінг, націлений на оцінку, копінг, який націлений на проблему та копінг, націлений на емоції.

Вчені Г.Беді та С.Браун проводили дослідження копінг-поведінки і дійшли до висновку, що різні копінги по-різному впливають на ефективність діяльності менеджерів у ситуації невдачі [5]. Фокусування на завданні має позитивний вплив на діяльність особистості, але не знижує вплив негативних емоцій у момент стресу. Ефективність копіngu залежить від того, наскільки сильні негативні емоції відчуває людина, тобто те як вона оцінює дану ситуацію. Вище описаний механізм часто застосовується для подолання особистістю професійного вигорання [2].

Професійне вигорання – це поступовий процес, який формується під впливом негативних емоцій, напруги у спілкуванні з колегами, поступової емоційної втоми, яка з часом переходить у фізичну та викликає стан напруги, роздратування і дискомфорту в професійному середовищі. К.Маслач і С.Джек характеризують даний синдром, як емоційне виснаження, деперсоналізацію та редукцію особистих досягнень людини [1]. Використовуючи поняття професійне вигорання багато авторів підкреслюють роль діяльності у виникненні цього феномену, його негативний вплив на працездатність людини, задоволеність роботою та спілкуванням в колективі.

Найбільше цей термін в рамках дослідження організаційної психології використовували Т. Зайчикова, Т.Грубі, Ю.Ковровський. Аналіз різних

джерел продемонстрував, що підхід до розуміння терміну «професійне вигорання» має декілька варіацій [4]. Найчастіше поняття трактується як результат впливу стресогенних чинників, з якими працівник стикається під час виконання своїх обов'язків, розчаровується та втрачає інтерес до роботи, відчуває незадоволеність своєю діяльністю, яка відбувається під супроводом фізичного та емоційного виснаження. Таку ідею у свої працях підтримували К.Маслач і Т.Морозова [1].

В.Бойко, Т.Решетова вивчають професійне вигорання з позиції механізму психологічного захисту, який характеризується повним або частковим вимкненням емоцій, як відповіді на стресовий чинник. В результаті чого вигорання розглядають як набутий стереотип емоційної та професійної поведінки [4].

Даний синдром може виникати під впливом ситуацій інтенсивного професійного спілкування у супроводі негативних зовнішніх та внутрішніх чинників, в результаті втрачається гострота почуттів та переживань та збільшується частота конфліктних ситуацій. Найголовнішою причиною вигорання вважають психологічну та душевну перевтому, яка виникає через відсутність інших інтересів окрім роботи, людина повністю концентрує увагу на своїй діяльності, не переключаючи увагу на свої потреби та проблеми [1;4]. Професійна діяльність є складною структурою і для неї характерна низка психологічних особливостей, які зумовлюють виникнення механізму вигорання.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, на основі проведеного теоретичного аналізу можна зробити висновки, що копінг-стратегії є основними механізмами психологічного захисту в умовах професійного вигорання особистості. Розглянувши наукові дослідження, присвячені особливостям подолання стресу людиною, ми з'ясували, що характерним є застосування власних копінг-стратегій на підставі особистісного досвіду та психологічних ресурсів, що сприяють розвитку засобів подолання негативної ситуації.

Перспективи нашого дослідження вбачаємо у подальшому емпіричному вивченні особливостей використання копінг-стратегій в умовах професійного вигорання.

Джерела та література:

1. Бойко В.В. Синдром емоціонального вигорання : диагностика и профилактика / В.В.Бойко. – СПб: Питер, 2008. – 336 с.
2. . Исаева Е. Р. Копинг-поведение и психологическая защита личности в условиях здоровья и болезни / Е. Р. Исаева. – СПб. : СПбГМУ, 2009. – 136 с.
3. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Р. Лазарус // Эмоциональный стресс. – Л. : Лениздат, 1970. – С. 127–208
4. Колтунович Т. А. Особливості взаємозв'язку професійного вигорання та копінг-стратегій/ Т. А. Колтунович // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка. – К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2012. - Т. X: Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип.23. – С. 254-265.
5. Шебанова В. І. Механізми психологічного захисту та копінгу особистості : навч.-метод. посіб. / В.І. Шебанова, С. Г. Шебанова. – Херсон : ХДУ, 2012. – 224 с

Козачук Владислав

студент факультету економіки,
Старопольська вища школа в Кельцах,

Соколова Алла

кандидат економічних наук, доцент,
Старопольська вища школа в Кельцах

КУЛЬТУРНО-ВИХОВНА СКЛАДОВА СТРАТЕГІЇ СТАЛОГО РОЗВИТКУ СІЛЬСЬКИХ ТЕРИТОРІЙ

Процес формування та реалізація стратегії сталого розвитку сільських територій полягає у визначенні кінцевої стратегічної мети розвитку досліджуваної території як певної інтегрованої системи, що складається із сукупності складових соціально-демографічного, екологічного, організаційно-виробничого, культурно-виховного, інституціонального характеру.

Стратегічною метою розвитку сільських територій визначено істотне підвищення рівня життя його населення на основі раціонального використання виробничо-ресурсного потенціалу, поліпшення еколого-економічної ситуації, зростання духовного та культурного рівня сільських жителів, забезпечення добробуту нинішніх та запасу міцності для прийдешніх поколінь з дотриманням рівноважності, збалансованості, гармонійності, стабільності, конкурентоспроможності та продовольчої безпеки країни [2].

Для сільських жителів Волині актуальними нині є розвиток особистісного, духовного та культурного середовища, зростання освітнього рівня сільського населення, збереження історичної спадщини та національних традицій. Взагалі, формування києворуської та української державностей починалось саме із сіл, де зародилось ремеслярство, зерновирощування та скотарство, тобто історично традиційні галузі сільського господарства. Національно-етнографічна особливість поліського краю проявляється в своєрідній етнографічній культурі. Позитивним є те, що саме сільське населення Волинської області підтримує культурні цінності, звичаї, традиції [1, с. 112]. Це сприятиме збереженню земельних ресурсів і навколишнього середовища, створенню чудових ландшафтів і якісного рівня життя сільського населення за допомогою виробничої діяльності в гармонії з природою, адже поліське село було і залишається колискою краю, оберегом самотутньої національної культури, звичаїв, побуту.

Вважаємо, що проблеми підвищення культурно-духовного та освітнього рівня сільського населення досліджуваного регіону можливо вирішити за умови:

- забезпечення комплексу заходів, спрямованих на підвищення освіти, культури, духовності та національної свідомості мешканців;
- формування патріотичної, креативної, сильної в новаторській діяльності села особистості; людини, освіченої, професійної, яка зможе дати

нові, сучасні, сформовані на традиційних цінностях ідеї, виховання в українському дусі;

– удосконалення діяльності культурних, духовних, освітніх, просвітницьких закладів сільських громад, засноване на спільних інтересах з урахуванням зміни сучасної парадигми освіти, спрямованої на глибоке розуміння сутності сталого сільського розвитку;

– збереження етнографічної самобутності досліджуваного регіону, охорона і відродження пам'яток історії та культури, створення етноцентрів;

– створення в сільській місцевості інформаційно-комунікаційної інфраструктури тощо.

Перелік довгострокових операційних цілей забезпечення особистісної та духовної складової стратегії розвитку сільських територій Волині наведено в табл.

Таблиця

Мета, бачення майбутнього та операційні цілі забезпечення культурно-виховної складової стратегії розвитку сільських територій

<i>Мета</i> – забезпечення розвитку духовного та культурного середовища, підтримка патріотизму, збереження історичної спадщини та національних традицій на селі	
<i>Бачення майбутнього</i> – сільські громади із високим рівнем культури, духовного розвитку, збереженими національними традиціями, новітніми закладами культури, освіти та дошкільного виховання	
<i>Операційна ціль 1</i>	Збереження історичної спадщини та національних традицій
<i>Операційна ціль 2</i>	Розвиток культурно-освітнього та особистісного рівня, забезпечення спортивної підготовки
<i>Операційна ціль 3</i>	Сприяння розвитку молодіжного руху, організація культурного дозвілля
<i>Операційна ціль 4</i>	Культурно-просвітницька робота, патріотичне виховання

Джерело: власні дослідження

Підсумовуючи вищевикладене, варто зазначити, що цільові орієнтири сталого розвитку сільських територій Волинської області повинні бути спрямовані на: по-перше, нарощення соціально-демографічного потенціалу та поліпшення якості життя; по-друге, розвиток, раціональне використання та зростання економічного потенціалу; по-третє, створення безпечного та сприятливого для життя і здоров'я довкілля; по-четверте, підвищення культурно-духовного рівня, збереження традицій поліського краю. Проте, будь-яка стратегія чи програма розвитку, незалежно від рівня її розробки, матиме декларативний характер і не втілиться в життя за відсутності ефективного механізму її реалізації.

Джерела та література:

1. Соколова А.О., Петриканин Л.Ф., Сичук Л.В. Стратегічні пріоритети соціально-економічного розвитку сільських територій Волинської області в умовах євроінтеграції : колективна монографія. Луцьк, Надстир'я, 2018. 148 с.

2. Тимошенко М. М. Стратегія сталого розвитку сільських територій України та економічний механізм її реалізації : монографія. Житомир, Видавництво ОО Євенок. 2018. 332 с.

Корніяшик Тетяна
магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ

Постановка проблеми. У звичних умовах праці неминуче настає накопичення досвіду і певних установок та створення певних стереотипів здійснення професійних функцій, дій, операцій, що спрощують виконання професійної діяльності, полегшує взаємовідносини з колегами тощо.

Традиційно під професійною деформацією розуміють зміни сформованої структури особистості внаслідок її професійної діяльності, які негативно впливають на продуктивність праці та особистого життя особи [2]. Девіантна поведінка, як причина і наслідок професійної деформації, науковці визначають, що це певне відхилення від норм або прийнятих в суспільстві стандартів і не відповідають соціальним очікуванням. Зважаючи на те, що соціальні очікування обумовлені поняттями соціального статусу людини, її етнічної і культурної приналежності, віку, статі [1, С. 198].

Аналіз останніх досліджень. Тому проблемам причин виникнення, профілактики і подолання наслідків професійної деформації серед працівників правоохоронних органів присвятили наукові роботи вітчизняні і зарубіжні психологи – В.С. Медведєв, О.М. Бандурка, Л.М. Балабанова, Т.Ю. Ваврик, С.І. Яковенко, Л.М. Мороз, І.В. Клименко, Е.П. Ильин, Н.В. Майсак, Ю.В. Осіпова, О.М. Цильмак, О.М. Буданов та інші. Адже, професійні стереотипи, як невід’ємний атрибут професійної діяльності, надають професійному життю стабільності, сприяють формуванню досвіду та індивідуального стилю діяльності.

Проте ці стереотипи є основою виникнення девіантної поведінки. Для прикладу, слідчі, які володіють обвинувальною установкою, можуть звинувачувати у вчиненні злочину осіб, які не є винними у його скоєнні. Такі ситуації виникають тоді, коли професійні вміння і навички перетворюються на стереотип мислення, поведінки і дій [3, С. 63]. Тому науковці стверджують, що професійна деформація у слідчих проявляється наявністю озлобленості, агресивності, байдужості до людей і їхньої долі надалі. Також було виявлено, що більшість слідчих віддають перевагу пасивному відпочинку, що зумовлено офісною роботою, зменшують коло свого спілкування, посилюється самовпевненість тощо [2]. Тому для визначення причин виникнення професійної деформації і як вона впливає на працівників в цілому і кожного окремого фахівця науковці запропонували кілька рівнів виникнення і проявів деформації.

Виклад основного матеріалу. Науковці виділяють кілька рівнів професійної деформації. Першим рівнем є загально професійні деформації, які типові для працівників певної професії та спостерігаються у великої

кількості працівників з наявністю певного досвіду роботи, тобто для працівників правоохоронних органів характерним є синдром «асоціальної перцепції», адже для них, з часом, кожен індивід сприймається як потенційний порушник. Другим рівнем визначили спеціальні професійні деформації, які виникають в процесі конкретної спеціалізації, адже будь-яка професія об'єднує кілька спеціальностей, що мають свій склад деформації. Тобто, у юридичних і правозахисних професіях проявляються: у слідчого – правова підозрілість, у оперативного працівника – актуальна агресивність, у прокурора – обвинувальність тощо. Наступним рівнем виділяють професійно-типологічні деформації, які обумовлені накладанням індивідуально-психологічних особливостей особистості на психологічну структуру діяльності, коли відбувається посилення окремих рис характеру, деякі з них можуть трансформуватись у професійні негативні якості. Як наслідок у спеціаліста утворюються професійні та особистісно обумовлені комплекси, а саме:

1. деформації професійної спрямованості особистості, тобто утворюється спотворення мотивів діяльності, песимізм тощо;

2. деформації, що розвиваються на основі здібностей – це комунікативні, інтелектуальні, що як наслідок проявляються у нарцисизмі, відчутті особистісної переваги тощо;

3. деформації, які зумовлені рисами характеру, такі як: індиферентність, владолюбство тощо.

І останнім рівнем є індивідуальні деформації, які виникають в процесі виконання своїх обов'язків конкретною особистістю залежно від її характеру та особистих переконань [3, С. 24-26]. Як бачимо кожен із запропонованих рівнів по-різному проявляється у працівників правоохоронних органів, адже все залежить від різних факторів, а саме: починаючи від характеру особистості і закінчуючи конкретно обраною спеціалізацією.

Висновки. причини виникнення професійної деформації у правоохоронців є різними і по-різному вони впливають на особистість, адже тривала праця із злочинцями та правопорушниками чинить значний вплив особистісного характеру, що приводить до виникнення девіантної поведінки, особливо в особистому житті. Тому дослідження питання профілактики виникнення та реабілітації фахівця потребує більш детального дослідження.

Джерела та література:

1. Барко В. І., Криволапчук В. О. Девіантна поведінка працівників органів внутрішніх справ та психологічні механізми їх виникнення. Вісник Національного університету оборони України. 1 (38). 2014. – С. 198-203.

2. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. URL: <https://www.e-reading.club/bookreader.php>

3. Майсак Н. В. Профилактика личностных деформаций и деструкций специалистов стрессогенных профессий : учеб.-метод. пособие для студентов вузов. – М.: НОУ ВПО «МПСУ», 2012. – 288 с.

Малімон Людмила

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

РЕСУРСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ СОЦІАЛЬНОГО КАПІТАЛУ ОСОБИСТОСТІ

Поняття соціального капіталу сьогодні часто вживається в різних галузях знань і розглядається крізь призму соціально-психологічних, суспільно-політичних, економічних, історичних, культурних та інших соціальних процесів.

Перше згадування цього концепту в 1916 році приписують Л.Дж. Ханіфану, державному інспектору сільських шкіл у Західній Вірджинії, який вжив цей термін для позначення детермінації субстанцій, які охоплюють більшу частину повсякденного життя людей, таких, як добра воля, братство, співчуття і співпереживання. Широку популярність поняття «соціальний капітал» отримало завдяки дослідженням політолога Р. Патнема й було переосмислене в руслі інших наук. Концепція соціального капіталу увійшла до кола інтересів таких науковців, як П. Бурдье, Дж. Коулмен, М. Шифф, Ф. Фукуяма та ін.

За Р. Патнемом, соціальний капітал є особливістю соціального життя людей і виникає з активних взаємозв'язків між ними, в межах яких довіра і спільні цінності пов'язують членів мереж та спільнот, уможливають спільну діяльність та спрощують її. За визначенням П. Бурдье, це агрегація дійсних або потенційних ресурсів індивіда, які пов'язані з його включенням до стійких мережевих або більш-менш інституалізованих взаємовідносин, зобов'язань, завдяки яким він має певні можливості й переваги. Бачення соціального капіталу П. Бурдье досить інструментальне і зосереджене на користі, яку індивіди накопичують, постійно беручи участь у групах з метою створення певного ресурсу; відповідно вигода, що акумулюється завдяки членству в групі, є базисом можливої солідарності. Дж. Коулмен характеризує соціальний капітал як потенціал взаємної довіри, взаємодопомоги, який цілеспрямовано сформований як зобов'язання, очікування, інформаційні канали, соціальні норми тощо. Суспільний соціальний капітал створює і стверджує певні зразки суспільної взаємодії, завдяки яким підвищується ефективність функціонування соціальних інститутів. На особливій ролі соціального капіталу в колективній діяльності наголошує Ф. Фукуяма, розглядаючи його як здатність людей утворювати колектив і працювати в ньому заради загальної мети; як сукупність норм, соціальних відносин, які уможливають конструктивну співпрацю, підпорядковування власних інтересів інтересам групи.

У соціальній психології концепт «соціальний капітал» розуміється як персональна мережа (егомережа) безпосередніх стосунків індивіда з іншими людьми, з соціумом, що визначає міру його інтеграції в соціальне середовище, суспільство й забезпечує доступ до необхідних ресурсів життєдіяльності: отримання емоційної підтримки, матеріальних благ,

важливої інформації тощо. Цікавою в цьому контексті є так звана модель інвестицій, відповідно до якої індивіди з метою побудови своїх персональних егомереж інвестують один в одного досвід, знання, емоційну підтримку тощо.

Такий підхід акцентує увагу на ролі та важливості особистісних стосунків людини, вибудовування нею протягом життя персональних егомереж, зв'язків з іншими людьми, які певною мірою трансформуються під впливом різних життєвих обставин, але зберігають засадничі принципи свого існування: спільні цінності й довіру. На ролі довіри й цінностей у створенні соціального капіталу як індивідуальної характеристики суб'єкта, а також як мережі соціальних взаємовідносин між суб'єктами (індивідами), які утворюють групу або спільноту, наголошують усі дослідники. Соціальний капітал базується на нормах і цінностях, які є основою соціально схвалюваної кооперації й більш ефективної соціальної взаємодії. Довіра визначає очікування постійної, орієнтованої на спільні цінності, чесної поведінки з боку інших людей, членів спільноти. Взаємодія, яка базується на довірі й дотриманні спільних принципів і цінностей, породжує відчуття захищеності, єдності, взаємного визнання, співпричетності, психологічного комфорту, що водночас стимулює координацію і кооперацію в групі.

Отже, соціальний капітал визначає якість міжособистісних стосунків індивіда й характеризує якість соціальної взаємодії в суспільстві. Сила міжособистісної та соціальної єдності відчутно впливає на психічне здоров'я як окремої особистості, так і людей загалом, оскільки суспільство, яке покладається на довіру та соціальну згуртованість, є ефективнішим і менш схильним до конфліктів і соціальних патологій. Ресурси суспільного соціального капіталу збільшуються із зростанням довіри членів суспільства один до одного, до соціальних і державних інституцій; ресурсний потенціал людини залежить від її здатності довіряти іншим і будувати стосунки на основі довіри і співпраці. Довіра, за висловлюванням Ф. Фукуями, є тим «мастилом», що полегшує соціальну кооперацію, зміцнює соціальні зв'язки, збільшує соціальну включеність, а відтак – зменшує ризик протистоянь і асоціальних форм поведінки.

Утворення різних спільнот, соціальних інституцій, громадських об'єднань на основі спільних інтересів і цінностей дає змогу людині повніше задовольняти власні інтереси й досягати особистісно значущих цілей, а відчуття співпричетності до референтної групи сприяє усвідомленню захищеності й зростанню самоцінності. Водночас, соціально захищена людина має кращі ресурси інструментальної та психологічної підтримки в складних або критичних ситуаціях, а, отже, залученість до груп і мереж, а також пов'язана з ними можливість отримання допомоги і підтримки є важливою детермінантою стану її фізичного та психічного здоров'я. Таким чином, соціальний капітал особистості можна розглядати як потужний додатковий ресурс відновлення, збереження та покращення її індивідуального та соціального здоров'я.

Муханькова Надія
магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Мудрик Алла
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ДО ПИТАННЯ ФЕНОМЕНУ ПРОФЕСІЙНОГО МАРГІНАЛІЗМУ

Постановка наукової проблеми та її значення. У сучасній Україні, що перебуває у стані соціально-економічних трансформацій, питання реалізації професіонала стало проблемою його соціальної реалізації. Саме соціальність реалізації професіонала спонукає розглядати її не як самореалізацію, що відбувається в інтересах суб'єкта та оцінюється з позиції відповідності його професії, а як реалізацію, що спрямована ззовні, здійснюється у формі соціальних професійних вчинків, через які соціум оцінює наскільки конкретні професія і професіонал відповідають інтересам та запитам соціуму.

Проблема соціальної реалізації професіонала неминуче торкається його професійної ідентичності. Втрата професійної ідентичності призвела до професійного маргіналізму, який став помітним соціальним явищем, що характеризується відчуттям непричетності до виконуваної професійної ролі, неадекватним виконанням соціальних функцій професії, втратою особистісної значущості професії. Певною мірою це стосується майбутніх фахівців, тобто студентів, які впродовж навчання повинні засвоїти професію, тобто набути професійних знань, умінь і навичок, а також сформувані почуття причетності до норм професії й усвідомити її соціальну значущість.

Метою роботи є теоретичне дослідження феномену професійного маргіналізму, як різновиду професійної адикції особистості.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Феномен професійної маргінальності розглядається як особливий стан особистості чи групи, що характеризується певним ступенем виключення із соціально-професійної сфери суспільства, неможливістю (небажанням) реалізовувати професійні знання та навички, втратою ціннісного компонента праці, нездатністю ідентифікувати себе за професійною ознакою, орієнтацією виключно на оплату праці, а не на її зміст. Проблема професійного маргіналізму та її соціально-психологічна інтерпретація представлена в роботах О. Єрмолаєвої; значний внесок у розробку поняття та визначення об'єктивних та суб'єктивних факторів професійної маргінальності належить О. Бутиліній, О. Волковій, В. Лапшиній, С. Ленькову, Г. Ложкіну.

На думку О.Єрмолаєвої, професійний маргіналізм – це втрата професійної ідентичності, байдужість до професійних обов'язків і норм, заміщення професійних цінностей і моралі цінностями і цілями іншого середовища – професійного або позапрофесійного. Також автор стверджує,

що в «соціальновідсторонених» маргіналів в основі зміни професійної самосвідомості лежить один із наступних психологічних механізмів:

- відторгнення власної професійної ідентичності – зниження суб'єктивної цінності попередньої професії на емоційному фоні «осуду себе». У даному випадку можливі переорієнтація, вибір нової сфери діяльності, оскільки фундамент для зміни ідентичності підготовлений;

- негативна спроба зберегти попередню ідентичність через «осуд інших» – звинувачення суспільства і влади в розпаді попередньої системи, держави на тлі емоцій співчуття – несе в собі негативний прогноз можливості ефективної професійної переорієнтації;

- позитивна спроба зберегти професійну ідентичність шляхом пристосування до нових умов і пошуку власної ніші дає невеликі можливості для реалізації власного потенціалу в новій професійній реальності [3].

Т. Шибутані розглядає маргінальність у контексті соціалізації особистості в нестабільному суспільстві. Основним моментом в його розумінні маргінальності є домінування соціальних змін, трансформації соціальної структури. Автор зауважує, що маргінальний статус виступає джерелом невротичних симптомів, важких депресій, які можуть завершитись каральними заходами по відношенню до самого себе. Позитивний результат маргінальної ситуації для особистості – висока творча активність [6].

Н. Навджавонов розглядає маргінальність як проблему особистості в контексті соціальних змін. Науковець виділяє такі характеристики маргінальної особистості:

- інтеріоризація індивідом цінностей і норм різних соціальних груп, соціокультурних систем;

- поведінка індивіда в даній соціальній групі (соціокультурній системі) на основі норм і цінностей інших соціальних груп, соціокультурних систем;

- неможливість однозначної самоідентифікації індивіда [5].

Значний внесок у розробку соціологічного пояснення поняття та визначення об'єктивних і суб'єктивних факторів професійної маргінальності вносить В. Лапшина, яка наголошує на необхідності вивчення закономірностей та механізмів розвитку людини на етапі її професійної зрілості [4].

У своїх дослідженнях О. Волкова зазначає, що професійна маргінальність виступає як основна форма й провідний чинник соціальної маргінальності. Дослідниця виділяє такі види маргіналів згідно з мотиваційно-реалізаційним критерієм:

- біхевіоральні – люди, що прийняли професійні цінності не повністю або формально;

- ментальні – вузькі фахівці, що не виходять у виконанні посадових функцій за межі особистих інтересів, або люди, що не зробили для себе професію особово-значущою цінністю.

Науковець зазначає, що маргіналізація невідривно супроводжує втрату професійної ідентичності: по-перше, активізується процес переходу потенційних маргіналів у реальні; по-друге, відбувається перетікання ідентичних професіоналів в інші структури. Автор виділяє наслідки маргіналізації, що відобразилися на представниках усіх секторів професійних галузей: невідповідність перебування в професії й володінні відповідною підготовкою; незбіг високої компетентності фахівця з його місцем в ієрархії професійного поля; часткова втрата професійними групами панування над буденною свідомістю людей [2].

О. Бутиліна розглядає професійну маргінальність студентства, як стан певної відокремленості (відчуженості) студентів від майбутньої професії, несформованості установки на певну професійну діяльність, який знаходить своє вираження, зокрема у ставленні до навчання, оцінці майбутньої професії, рівні академічної успішності та в тенденціях до зміни профілю професійної підготовки. Також, автор зауважує, що молодь є маргінальною групою, оскільки перебуває у перехідному стані від дитинства до світу дорослих, коли відбувається формування уявлень про власне майбутнє, набуття власного соціального статусу, пов'язаного з отриманням професії, засвоєнням соціальних ролей, формуванням «Я-образу», ідентифікацією з певними соціальними групами. Професійна маргінальність студентства є одним із проявів цього проміжного становища [1].

Висновок та перспективи подальших досліджень. Отже, узагальнюючи результати теоретичного дослідження можна стверджувати, що феномен професійного маргіналізму розглядається як особливий стан особистості чи групи, що характеризується певним ступенем виключення із соціально-професійної сфери суспільства, неможливістю (небажанням) реалізовувати професійні знання й навички, втратою ціннісного компонента праці, нездатністю ідентифікувати себе за професійною ознакою, орієнтацією винятково на оплату праці, а не на її сутність.

Теоретичний аналіз наукової літератури до вивчення феномену професійного маргіналізму показав, що особлива увага приділяється соціальній ситуації розвитку професіонала оскільки професійні вимоги задаються особистості у межах соціального контексту її розвитку. Для того, щоб успішно існувати в нових динамічних соціально-економічних умовах, витримати конкуренцію, забезпечити благополуччя та стабільність на майбутнє, професіонал має бути здатним до постійного розвитку, вдосконалення своєї професійної компетентності, аналізу свого місця в соціальному та професійному середовищі, а отже визначати своє положення у професійній спільноті та роль і значущість своєї професії для суспільного розвитку.

Джерела та література:

1. Бутиліна О. В. Професійна маргінальність студентів / О. В. Бутиліна // Вісник Львівського університету. Серія соціологічна. – 2012. – Вип. 6. – С. 81–87.
2. Волкова О.А. Социологическая модель социальной работы в сфере профессиональной идентификации в современном Российском обществе/О. А. Волкова // автореферат. – СПб. :Питер, 2007. – 42 с.

3. Ермолаева Е.П. Профессиональная идентичность и маргинализм: концепция и реальность / Е.П. Ермолаева // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22. – № 4. – С. 51 – 59., с. 52
4. Камінська С. В. Професійна маргінальність у контексті професійної ідентифікації особистості / С. В. Камінська // Психологія і особистість : Науковий журнал. – К. ; Полтава : Полтавський державний педагогічний університет ім. В. Г. Короленка, 2015. – №2(8). – Ч.2. – С. 268–279.
5. Навджавонов Н.О. Проблема маргинальной личности: постановка задачи и определение подходов / Н.О. Навджавонов // Социальная философия в конце XX века. – М., 1991. – С. 111.
6. Шибутани Т. Социальная психология / Т. Шибутани. – М., 1969. – 475с.

**ОСОБИСТІТЬ В УМОВАХ КРИЗИ ТА
КОНФЛІКТУ**

Francois Olivier Hastings Epota

Student at the faculty of psychology and sociology,
Lesya Ukrainka Eastern European National University,

Nataliia Kostruba

PhD, Lesya Ukrainka Eastern European National University

PERSONAL CHARACTERISTICS AND TENDENCY TO STRESS: THEORETICAL ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP

Stress is a central concept for understanding both life and evolution. Our future as individuals and as a species depends on our ability to adapt to potent stressors. At a societal level, we face a lack of institutional resources, pestilence, war, and international terrorism that has reached our shores. At an individual level, we live with the insecurities of our daily existence including job stress, marital stress, and unsafe schools and neighborhoods. These are not an entirely new condition as, in the last century alone, the world suffered from instances of mass starvation, genocide, revolutions, civil wars, major infectious disease epidemics, two world wars, and a pernicious cold war that threatened the world order [2, p. 613]. Although we have chosen not to focus on these global threats in this paper, they do provide the backdrop for our consideration of the relationship between stress and personal characteristics.

Psychological stress is a special relationship between the subject and the environment. The subject's reactions to a stressful situation are the result of the interaction between the characteristics of the situation and the characteristics of the individual. It assesses the demands of its environment in relation to its own resources or its own expectations. Following this, the subject will adopt strategies to tolerate or master stressful situations. These are coping strategies. They can joke, or drink excessively, request significant social support, have additive behaviors.

Stress is a reaction of adaptation of living organisms in response to internal or external threats to homeostasis. It is considered a complex defense mechanism representing the end point of many dynamic and interconnected factors of a biological, psychological and social nature. Stress is not a simple stimulus-response reaction, but the interaction between an individual and the environment, involving subjective perception and an assessment of stressors, thus constituting a highly personalized process [1, p. 237]. Specific hereditary characteristics, an early life experience and, in particular, learned cognitive predispositions make individuals more or less sensitive to the effects of stressors. Resilience and vulnerability to stressors as well as the intensity of the stress response depend greatly on age, gender, intelligence, and many personality characteristics, such as hardiness, place of control, self-efficacy, self-esteem, optimism, hostility, negative affectivity and social inhibition.

To understand the relationship between personality and stress, it is essential to recognize the impact of individual differences in the following four aspects: (1) the choice or avoidance of environments associated with stressors, challenges or specific advantages, (2) a way of interpreting a stressful situation and the

evaluation of one's own capacities and capacities for proactive behavior in order to face or avoid it, (3) the intensity of the response to a stressor, and (4) coping strategies employed by the person facing a stressful situation. Studies have found considerable consistency in the coping strategies used to deal with stressful situations, regardless of situational factors and in relation to permanent personality and character traits, such as neuroticism, extraversion, sense of self, humor, persistence, fatalism, awareness and openness to experience. Positive affect has been associated with positive reassessment (reframing) of stressful situations, goal-oriented adaptation to problems, use of spiritual or religious beliefs to seek comfort, and insufflation of meaning in events ordinary everyday life in order to get psychological downtime.

The characteristics of a resilient personality are: the ability to cope with stressful situations, the pursuit of engagement in activities, flexibility in the face of unexpected changes in life, the ability to seek social support, perceive stress as a challenge – a chance for growth and development rather than threatening life, taking care of your body, living in harmony with nature, optimism and sense of humor, work and love, developing spiritualism and seek the true meaning. The tolerance level is individual, but even people with mature and integrated personalities exposed to prolonged stress may suffer from a failure in their coping capacities and psychological or somatic decompensation. In recent years, life skills education has received special attention [4].

Vollrath M. propose that relationships exist between transactional stress research with research into the Big Five personality system. A deeper integration of personality psychology and transactional stress theory offers rich resources, yet only partly tapped, for further theoretical development and the formulation of new research questions [3, p. 347].

So, there are considerable individual differences in stress responses with some people showing maladaptive responses, whereas others are more resilient to the same stressor. The stress response may vary according to sex, genetically predisposition, personality, and mindset. Arguably, how to predict individual variability of stress responses, and resilience and vulnerability to stress-related negative effects, could be viewed as the most important topic in this realm.

Sources and literature:

1. Sardarzadeh, S. (2019). Investigates the role of cognitive and emotional schemas in stress. *Psychological Prospects Journal*, (33), 235-247. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-33-235-247>
2. Schneiderman N., Ironson G., Siegel S. D. Stress and health: Psychological, Behavioral, and Biological Determinants // *Annu Rev Clin Psychol.* – 2005. – Vol. 1. – P. 607–628. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.1.102803.144141>
3. Vollrath M. Personality and stress // *Scandinavian Journal of Psychology.* – 2001. – Vol. 42(4). – P. 335-47.
4. Xin, Y., Wu, J., Yao, Z. Guan Q., Aleman A., Luo Y. The relationship between personality and the response to acute psychological stress // *Scientific Reports.* – 2017. – Vol. 7. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-017-17053-2>

Веремчук Вікторія
студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Дмитріюк Наталія
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ ПОДОЛАННЯ ТА ПРОФІЛАКТИКИ НАСЛІДКІВ СТРЕСУ

Стрес як психофізіологічний феномен – це актуальний напрямок вивчення психічних станів людини, який нерозривно поєднаний із професійною діяльністю особистості й істотно впливає на її ефективність, у ряді випадків значно знижуючи її, а також може обумовлювати виникнення різних захворювань і невротичних процесів. Наукові дослідження щодо наслідків і подолання стресів інтенсивно розвивається як у зарубіжній, так і вітчизняній психології. Проте недостатньо вивчені аспекти даної проблематики, що стосуються співвідношення стресостійкості з широким спектром психологічних якостей особистості, саме це набуває особливого значення в контексті системних і диференціально-психологічних досліджень. Розробка цієї проблеми важлива не тільки в теоретичному, але і в практичному аспекті, зокрема, для вирішення завдань профілактики, реабілітації, ранньої діагностики та психокорекції різних психологічних і психосоціальних розладів, для психологічного забезпечення високої працездатності особистості.

Термін «стрес» був вперше введений у 1936 р. канадським ученим-біологом Гансом Сельє. Вивченням питань впливу та наслідків стресу на організм особистості у зарубіжній та вітчизняній психології займалися також Кері Л. Купер, Філіп Дж. Дейв, Майкл П. О'Драйсколл, Ю. В. Татура та ін. Б. А. Смирнов та Є. В. Долганова займалися вивченням діяльності особистості в екстремальних ситуаціях, В. І. Розов вивчав адаптацію антистресових психотехнологій, Хасай Алієв займався вивченням методів боротьби зі стресом, Лууле Віілма описала «мову стресу», Є. М. Челпанова вивчала психологічний стрес у дитячому віці, Джеррольд С. Грінберг досліджував виникнення та керування стресом, Н. Є. Водопьянова займалась психодіагностикою стресу [1; 2].

Стрес (від англ. stress – напруга) – це неспецифічна реакція організму на дію сильних впливів, що супроводжуються перебудовою захисних систем організму (Г. Сельє). Стрес не небезпечний, якщо він знаходить доцільний вихід, компенсується розслабленням. За Сельє, існує два види стресу: еустрес і дистрес. Еустрес активізує, мобілізує внутрішні резерви людини, поліпшує протікання психічних і фізіологічних функцій. Дистрес – руйнівний процес, який дезорганізує поведінку людини, погіршує протікання психофізіологічних функцій [1].

Є ряд психологічних ознак, за якими можна визначити, що людина знаходиться у стані стресу:

- емоційні ознаки проявляються у неспокої, зниженому загальному тлі настрою, млявості та апатії, підвищеній стомлюваності;
- депресії, зазвичай депресія проявляється появою незвичайної гнівливості та агресивності, почутті паніки, постійної дратівливості і знервованості з незначущих причин;
- дезорганізованість, стрес поглинає увагу і зводить до мінімуму здатність сконцентруватися, з'являється відчуття втрати контролю над собою та ситуацією.;
- оборонна позиція, поява такого сигналу відображає неадекватна вимога до себе «бути сильним»;
- несаможиттєвість, виникають труднощі з прийняттям рішення і виконанням задуманого [2].

Профілактика стресу вимагає: бути здатним змінити ситуацію; вміти зменшити значення втрати того, до чого прагнув; бути здатним прогнозувати не тільки успіхи, а й невдачі; уміти розрізнити значні втрати від несуттєвих, невдачу – від катастрофи; навчитися розслаблятися, аби дати організму відновити потенції; бути готовим до спілкування з різними людьми; уміти навіювати позитивні образи, які б витісняли негативні; мати почуття гумору – посміятися над собою, розрадити душу; навчитися говорити «ні», коли неможливо сказати «так», урахувавши при цьому, що доцільно знайти аргумент для «ні»; не погоджуватись із тим, хто висуває суперечливі вимоги, апелюючи до негативних наслідків, не займаючи при цьому звинувачувально-агресивну позицію [2; 3].

Є багато методів подолання стресу:

- насамперед варто перелічити речі, що викликають стрес – це допоможе уникати провокативних ситуацій. Слід намагатися розслабитися та сформуванню психологічну установку на спокій;
- психічне та фізичне здоров'я людини нероздільні, а регулярне виконання фізичних вправ урівноважує нервову діяльність. Дозована ходьба, оздоровчий біг, плавання, велоспорт – ідеальні засоби для зняття напруги, покращують сон і не мають вікових обмежень;
- слід знайти час для занять, які приносять задоволення: спілкування з друзями, прогулянки на свіжому повітрі, відпочинок на природі;
- слід планувати короткі програми релаксації за будь-якими методиками: аутотренінг, медитація, молитва, дихальна гімнастика, фізичні вправи;
- варто не намагатися робити багато справ одночасно: слід розпланувати свій день та виконувати намічені завдання залежно від їх важливості, не робити усе в останню хвилину;
- допоможе здорове харчування – обмеження вживання кухонної солі, насичених жирів та холестерину, достатнє споживання калію, кальцію, магнію.
- якщо внаслідок стресу почали курити та збільшили вживання алкоголю, слід знати – це лише тимчасове вирішення проблеми, а шкода

здоров'ю досить велика. Слід відмовитися від паління та зменшити вживання алкоголю;

– варто використовувати засоби ароматерапії (м'ята, розмарин, сосна) та фітотерапії (валеріана, глід, м'ята, меліса, звіробій). Вони діють заспокійливо та нормалізують сон [1; 3].

Таким чином, вплив стресу може бути як позитивний, так і негативний. У другому випадку стресові стани небезпечні для фізичного та психічного здоров'я людини, адже послаблюють її адаптаційні можливості і виснажують нервову систему. Тому дуже важливо вміти боротися із наслідками таких стресових ситуацій, а ще краще – вміти їх попереджувати.

Джерела та література:

1. Абабков В. А. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии / В.А.Абабков, М. Пере. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.
2. Макаренко О. Психологічні аспекти подолання стресу / О. Макаренко, М. Голубева // Соціальна психологія. – 2010. – № 2. – С. 18–27.
3. Щербатых Ю. В. Психология стресса и методы коррекции / Ю. В. Щербатых. — СПб.: Питер, 2006. — 256 с.

Вержиковська Христина

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кихтюк Оксана

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Професія військовослужбовця на сьогоднішній день стає певним викликом та набирає популярності у сучасному українському суспільстві. Для досягнення успіху в обраній спеціальності необхідний не лише розвиток професійних знань, але особистісні характеристики такі як наполегливість, стійкість, цілеспрямованість. Важливим вмінням є також здатність керувати своїми емоційними станами, знаходити відновлення психоемоційного балансу в умовах професійних навантажень та неприємних ситуацій.

Стресові ситуації має майже кожна професія. Військовослужбовець – одна з тих видів професійної діяльності, якій притаманний синдром «емоційного вигорання» чи «професійного вигорання».

В.В. Бойко розглядає професійне вигорання, як механізм психологічного захисту, що здійснюється особою повним або частковим виключенням емоцій на реакції певних психотравмуючих впливів; як набутий стереотип емоційної, частіше професійної поведінки [1].

Емоційне вигорання – стереотип професійної поведінки. Найчастіше у представників професій типу, «людина-людина» найчастіше зустрічається

синдром «емоційного вигорання», висока значимість процесу, результату праці та наявності великої кількості стресових факторів є характером професійної діяльності.

Симптоми, що формують синдром професійного вигорання можна об'єднати в такі групи:

– *соціально-психологічні* симптоми – стрес, депресія, нервові зриви, негативна позиція щодо життєвих і професійних перспектив;

– *інтелектуальні* – зниження інтересу до роботи, апатія, віддання переваги стандартам;

– *психофізичні* – безсоння, загальмованість, постійне відчуття фізичного та емоційного виснаження, знижене сприймання;

– *поведінкові* – відчуття, що робота стає дедалі важчою, робітник перестає ефективно працювати, а керівник – вирішувати, зловживання алкоголем або наркотичними речовинами [2].

Професія військовослужбовців вимагає постійної дисципліни та уваги, і здійснюється у напружені та стресовій атмосфері. При таких обставинах стрес може зумовлюватись великою кількістю негативних чинників. Військовий який може реагувати адекватно та спокійно здатний ефективно і успішно підвищувати свою функціональну активність, а дезадаптивні реакції ведуть до професійного вигорання. З метою докладнішої діагностики професійного вигорання нами було використано методику О.Рукавішнікова «Визначення психічного вигорання». Вона містить 72 твердження щодо емоційного стану, почуттів, які пов'язані з роботою. Вони поділяються на три шкали: психоемоційне виснаження; особистісне віддалення; професійна мотивація [4].

До складу цільової групи для дослідження ввійшли військовослужбовці Збройних Сил України. Загальна кількість респондентів – 100. Рядовий склад - 76, сержантський - 14, молодший офіцерський – 10 осіб. Вік – до 30 років – 10 осіб, 31- 40 років – 40 осіб, більше 40 років – 57 осіб.

Виходячи з отриманих даних, можна зробити висновок, що для осіб військової служби, проблема професійного вигорання є актуальною.

Результати засвідчують, що у 14 % військових виявлено високий рівень психоемоційного виснаження, тобто у даних осіб наявне вичерпання емоційних, фізичних та енергетичних ресурсів. У них, також, може проявлятися емоційна та фізична втома, байдужість у ставленні до колег.

У інших 86% військових показники були середнього або високого рівня, це означає, що вони не відчувають психоемоційного виснаження, але під час розмови, вони сказали, що такий стан в них буває, але вкрай рідко.

У 10 % респондентів проявляється високий показник пункту особистісне віддалення, в цих осіб специфічна форма соціальної дезадаптації, тобто, наявне підвищення роздратованості і нетерплячості в ситуаціях спілкування, а також можливий прояв негативізму.

Низький рівень професійної мотивації досліджується у 31% військовослужбовців. На нашу думку, отриманий результат обумовлений двома основними актуальними соціальними чинниками. Перший – це гібридна війна Росії проти України, яка триває вже 6 років і майже кожного

дня спричиняє смерть військових. Другим чинником, на момент проведення опитування, є пандемія коронавірусу (COVID-19). Це новий виклик для суспільства, оскільки невідомо коли хвороба буде переможена і якою ціною. Сучасний інформаційний простір часто перенасичений негативною і недостовірною інформацією, що спричиняє перманентну тривогу стан невизначеності у найближчому майбутньому.

Окрім цього, виконання багатьох оперативних-бойових обов'язків військовослужбовців, здійснюється в небезпечних сучасних умовах, що впливає на їхній психоемоційний та моральний стан. В цьому випадку, проявляються негативні психоемоційні зміни, які впливають на виконання професійних обов'язків, що певним чином можуть погіршувати стосунки в колективі. Перспективним вважаємо проведення соціально-психологічних тренінгів, корекційно-психологічної роботи з метою налагодження та встановлення ресурсного емоційного стану, особистісної здатності до самопомоги в період виконання професійних обов'язків.

Джерела та література:

1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других / В.В.Бойко. – М.: Прогресс, 1996. – 154 с.
2. Самоукина Н.В. Синдром профессионального выгорания // Медицинская газета. – 2005. – №43 (8 июня). – С. 21-22.
3. Зайчикова Т.А. Особенности прояву та детермінанти синдрому «професійного вигорання» у педагогічних працівників / Т.А. Зайчикова. – Актуальні проблеми психології. Том 1.: Соціальна психологія. Психологія управління. Організаційна психологія. – К.: Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. – 2003. – Частина 9. – С. 103-108.
4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М. Изд-во Института Психотерапии, 2002. – 426 с.

Дмитрів Христина

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ВНУТРІШНІ РЕСУРСИ ЯК ДЖЕРЕЛО ПОЗИТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Особистість є унікальною цілісною системою, що є відкритою до самоактуалізації, оскільки кожна людина, яка живе в суспільстві займає в ньому певне положення (мама, учень, працівник...), виконує вимоги які на нього накладаються як на учасника його соціальної групи. Суспільство, кризові ситуації, конкуренція та багато інших чинників заважають слабким чи не зовсім реалізованим особистостям позитивно функціонувати, а інколи і

зовсім їх ламають. У слабкому психологічному стані особистість не може знайти в собі внутрішньої опори, не здатна спиратися на себе, тому як наслідок зростає кількість людей, що мають шкідливі звички, знижується рівень життя наслення, тобто постає пряма роблема – як виховувати в собі сильних особистостей і за рахунок яких рис долати перешкоди?

Проблема позитивного функціонування особистості, благополучного виходу із кризових ситуацій є однією з найбільш актуальних для сучасної психологічної науки.

Метою дослідження є аналіз, узагальнення, систематизація та обґрунтування внутрішньо особистісних ресурсів, які можна мобілізувати для адаптації в нестандартних умовах життєдіяльності. Виявлення особистісних особливостей, що роблять внесок в успішне протистояння труднощам, які перешкоджають досягненню життєвих цілей.

Аналіз основних публікацій. Найбільш важливим у цьому дослідженні є вивчення того, як люди долають важкі життєві обставини, за рахунок яких якостей і властивостей вони переборюють стрес і несприятливі події власного життя. У зв'язку з цим розвивається проблематика виявлення тих особистісних характеристик, які або сприяють, або перешкоджають індивідові справитись із екстремальними життєвими ситуаціями. В останні роки широкого поширення набув ресурсний підхід, який зародився в гуманістичній психології. Поняття «ресурси» використовується в дослідженнях, пов'язаних із вивченням психічної реальності. Ресурси (фр. *ressources*) – засоби, запаси, джерела. Визначено, що ресурси ділять на два класи: ресурси середовища або, інакше, – соціальні, й особистісні – психологічні. Теоретично обґрунтовано, що змістовні характеристики ресурсів особистості необхідно розглядати як систему. Доведено, що особистісні ресурси проявляються у взаємодії людини й життєвого середовища як безперервному процесі просторово-часового «розгортання» людини представленої в змісті й спрямованості діяльності в реальних життєвих ситуаціях, що забезпечує відповідність способу життя.

Зарубіжні автори, S. Hobfoll та P. London до ресурсів відносять матеріальні об'єкти (дохід, будинок, транспорт, одяг, об'єктні фетиші) і нематеріальні (бажання, цілі); зовнішні (соціальна підтримка, родина, друзі, робота, соціальний статус) і внутрішні інтраперсональні змінні (самоповага, професійні вміння, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань тощо); психічні та фізичні стани; вольові, емоційні та енергетичні характеристики, які необхідні (безпосередньо або опосередковано) для виживання або збереження здоров'я у важких життєвих ситуаціях, або служать засобами досягнення цілей.

Отже, ресурси є соціальні й особистісні, інакше кажучи – зовнішні та внутрішні. Зовнішні ресурси – це матеріальні предмети, соціальні статуси (ролі) і соціальні зв'язки, які забезпечують підтримку соціуму, допомагають людині зовні. Внутрішні ресурси – це особистий потенціал, характер і навички людини, які допомагають зсередини. Однак цей розподіл є доволі

умовним, бо без міцних зовнішніх ресурсів втримати міцні внутрішні ресурси досить складно.

Виклад основного матеріалу. В дослідженні взяли участь 30 осіб (15 жін. та 15 чол.). Для одержання емпіричного матеріалу в ході роботи використано Опитувальник психологічної ресурсності особистості О.С. Штепи [2], метою якого є визначити психологічні ресурси особистості та вміння ними оперувати. Дослідження показало, що у 15 із 30 осіб (50%) мають низький загальний рівень психологічної ресурсності, у 10 опитаних (33,2%) середній рівень і у 5 (16,6%) високий рівень психологічної ресурсності. Якщо оцінювати результати за статтю, то чоловіки показали гірший результат 10 (66,6%) усіх опитаних учасників – низький рівень і 5 (33,3%) середній рівень психологічної ресурсності особистості. У жінок ситуація склалась по-іншому 5 (33,3%) - низький рівень, 5 (33,3%) – середній і 5 (33,3%) – високий рівень психологічної ресурсності особистості. Показники опитувальника характеризують динамічні вияви особистості, зокрема, її здатність здійснювати роботу над собою. Відтак, за результатами опитувальника психологічної ресурсності стає можливим прогнозування змін особистості.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Варто зазначити, що внутрішні ресурси є одними з основних життєвих опорів, які дають можливість забезпечувати основні її потреби. Провівши дослідження було визначено, що чоловікам потрібно більше працювати над розвитком внутрішніх ресурсів особистості і загалом показники ресурсності у обох статей низькі. Перспективою подальших досліджень є аналіз показників ресурсності різних вікових категорій населення і порівняння цих результатів.

Джерела та література:

1. Максименко С. Д. Поняття особистості у психології в психології / С. Д. Максименко // Психологія і особистість. – 2016. – № 1 (9). – С. 11–17.
2. Штепа О. С. Особистісна зрілість: Модель. Опитувальник. Тренінг : [монографія] / О. Штепа. – Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. – 232 с.

Любчук Валентина

кандидат соціологічних наук, старший викладач,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

**ОСОБИСТІТЬ В КРИЗОВІЙ СИТУАЦІЇ: ПОВЕДІНКА, НАСТРОЇ,
ЕМОЦІЇ**

Говорячи про роль особистості у кризовій ситуації, матимемо на увазі такі ситуації в суспільстві, які можна розглянути під кутом суб'єктивної оцінки населення його життєдіяльності, умов задоволення життєвих потреб. Таких ситуацій у період української незалежності було достатньо, зокрема формування ринкових умов, особливості пристосування населення до них,

Помаранчева революція та Революція гідності як боротьба за права та її наслідки як для розвитку суспільних інституцій, так і адаптації населення до змін. На сьогодні світова спільнота отримала новий виклик у вигляді пандемії коронавірусу, що з великою ймовірністю вплине не лише на усі сфери життєдіяльності населення, але і на стиль життя, поведінку окремого громадянина.

Мета публікації полягає у аналізі рівня самопочуття, емоційного стану населення у період поширення коронавірусу в Україні.

Інтерес до дослідження кризи, кризових ситуацій зумовлений наслідками, які незмінно будуть та впливатимуть на всі рівні. Психологи зауважують про життєві кризи особистості та їх вплив на психічне здоров'я [1]. Соціологи значною мірою звертають увагу на кризові ситуації, які можуть становити загрозу суспільній та національній безпеці, а також особистій безпеці [2] здійснюють моніторинг основних сфер життєдіяльності населення для здійснення прогнозів розвитку суспільства [3]. Окрім цього українськими соціологами Головахою Є. та Паніною Н. розроблена методика вимірювання інтегрального індексу соціального самопочуття населення (вперше була включена в інструментарій моніторингового дослідження Інституту соціології НАН України у 1995 році), що дає можливість визначити рівень самопочуття громадян за період моніторингу [3, с.302]. Згідно даній методиці спостерігався підвищений рівень соціального самопочуття громадян в усіх соціально-демографічних групах (35,1% - 1995 рік, 37,4% - 2012 рік, 40,7% - 2018 рік) [3, с. 304].

Але ці дані стосуються до пандемічної ситуації, яку вже зараз називають кризовою. Соціологічна група «Рейтинг» 1-2 квітня 2020 року, тобто в період поширення коронавірусу в Україні та карантину провела соціологічне опитування населення на тему: «Емоції і поведінка українців на карантині» [4]. Перебування українців на карантині теж може бути кризою для сім'ї та окремої особистості, оскільки впливає на їхній спосіб життя, задоволення потреб тощо. Отже, під час карантину значно зросла частота перегляду новин (майже половина опитаних стала частіше це робити), також майже половина опитаних зазначили, що рідше перебувають на свіжому повітрі, ніж до карантину. У гендерному розрізі жінки частіше готують їсти, а чоловіки більше часу приділяють часу заняттям спорту, більше часу витрачають на сон, алкоголь і секс. У віковому розрізі саме вікова група 18-29 років найбільше часу відводить переглядам фільмів, саморозвитку, спорту, власним хобі, спілкуванню з друзями та близькими, сну, їжі, слуханню музики, сексу.

Дослідники погрупували відповіді респондентів за 5 різними моделями поведінки на карантині. У першій групі – більше займаються саморозвитком (спорт, хобі, навчання, читання), у другій – частіше відпочивають (перегляд фільмів, їсти, спати, слухати музику), до третьої групи увійшли ті, хто більше часу витрачає на покупки речей та їжі онлайн, вживання алкоголю та секс (дослідники цю групу назвали «гедонізмом»), представники четвертої та п'ятої груп надають перевагу спілкуванню або домашнім справам.

Серед базових емоцій, найбільше респонденти відчували радість, зацікавленість/хвилювання. Менш виражені – здивування, гнів, сум та страх. Ще менш виражені – відраза, почуття провини, сором і байдужість. Причому радість характерна більше для молоді 18-29 років, здивування більше відчують у групі 30-39 років, а байдужість, неприязнь, хвилювання характерні для найстарших.

Безумовно, що емоційний стан особистості може змінюватися від різних обставин, це, у свою чергу, впливатиме на види занять та спосіб життя. Але на даний час, попри загрозу захворіти, українці намагаються максимально з користю провести час на карантині: виконати домашню роботу, отримати нові знання та навички, більше проводити часу з рідними та близькими.

Джерела та література:

1. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. 540 с.
2. Криза в Україні: зони ураження. Погляд соціологів. К.: ТОВ «Друкарня «Бізнесполіграф», 2010. 116 с.
3. Українське суспільство: моніторинг соціальних змін. Випуск 6 (20). К.: Інститут соціології НАН України. 2018. 414 с.
4. Емоції і поведінка українців на карантині URL: <http://sau.in.ua/research/emocziyi-i-povedinka-ukrayincziv-na-karantyni-speczialnyj-proyekt/>

Манжеровська Тетяна

студентка географічного факультету,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Дмитріюк Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

МЕДІАЦІЯ ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ

Постановка наукової проблеми та її значення. У сучасній школі формується нова культура, що заснована на побудові мирного освітнього простору та зменшення рівня конфліктів в учнівському середовищі, вірі у можливості дитини, повазі до її особистості. Сучасні загальноосвітні навчальні заклади є основною ланкою, де учні набувають знань не лише із різноманітних предметів, але і як поводитись у соціальному середовищі, реагувати на різні життєві ситуації.

Сьогодні, в процесі реформування системи освіти, проблеми конфліктів, булінгу, насильства в шкільному середовищі найчастіше стають перепоною для досягнення мети всебічного розвитку дитини. Тому впровадження відновних практик у навчально-виховний процес закладів освіти – це один із шляхів досягнення даної мети. Медіація є ефективним

інструментом відновного підходу, який поєднує цінності, принципи, практики і методи вирішення конфліктів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Учені позитивно оцінюють застосування медіації у різних сферах суспільного життя та описують переваги її використання, проте недостатньо звертається увага на використання медіації як альтернативного шляху у системі вирішення шкільних конфліктів.

Дослідження проблеми виникнення та врегулювання конфліктів за допомогою медіації ґрунтуються на працях вітчизняних і закордонних вчених: І. Айтерсен, Г. Гурп, Х. Бесемер, Р. Фолджер, Дж. Фолджер, Р. Вальц, Б. Вегманн, Н. Грішина, Н. Гайдук, Н. Волкова, А. Гірник, А. Бобро, Р. Коваль, А. Горова, Р. Безпальча, Б. Лeko, Г. Чуйко та ін. Сформульовані висновки щодо конфліктів у школі висвітлено у працях: Л. Шестакова, А. Кашина, О. Громова, Н. Гришина, А. Анцупов, А. Шипилов.

Мета статті. Охарактеризувати технологію медіації як спосіб реалізації та конструктивного вирішення конфліктів у школі.

Виклад основного матеріалу. Медіація як соціальний та юридичний інститут виникла в 30-х роках ХХ століття в часи Великої депресії – у якості технології переговорів між роботодавцями та працівниками. Водночас, технологія медіації має низку сфер застосування: цивільну, комерційну, кримінальну, сімейну, корпоративну, фіскальну, адміністративну, внутрішньо організаційну, трудову, земельну, сусідську. Також медіація використовується в соціальних діалогах та у школах.

Поняття «медіація» походить від лат. *mediare*, що означає «бути посередником». У перекладі з англійської мови термін «медіація» (*mediation*) означає посередництво, клопотання, заступництво. Медіація – це метод вирішення спорів із залученням посередника (медіатора), який допомагає проаналізувати конфліктну ситуацію так, щоб зацікавлені сторони самостійно змогли вибрати варіант рішення, який задовольняв би інтереси та потреби всіх учасників конфлікту. Унікальність інституту медіації полягає в тому, що медіатор допомагає опонентам досягти результату в ухваленні рішення без жертв і поступок стосовно один одного. Кожен учасник залишається задоволеним своїм вибором, оскільки метою технології медіації є взаємні поступки [1].

Медіаційна технологія заснована на принципах раціонального аналізу ситуації, раціонального виборудій і прийняття рішень. Медіація не є психологічним методом роботи. Медіатори лише повинні знати і чітко дотримуватись правил та принципів медіації, завдяки яким вона набуває статусу безпечної процедури, безпечної у фізичному, психологічному, соціальному розумінні.

Австралійські конфліктологи Кет Кронін-Лемп і Рон Кронін-Лемп наголошують, що школам необхідно прийняти той факт, що саме вони можуть виявитися тими найважливішими місцями, де зберігаються і передаються найважливіші цінності та засади людських відносин: як виправляти заподіяну шкоду, як шанобливо ставитися один до одного, як

проявляти емпатію, співчуття, як бути чесним і як вирішувати конфлікти. Необхідно, щоб люди, які працюють у школах здійснили передачу таких цінностей можливою і наявною. Головне в хорошій школі – це доброзичливі стосунки.

Шкільна медіація сприяє швидкому та ефективному розв'язанню конфліктів на локальному рівні без залучення владних структур і адміністративного тиску. Медіаційну допомогу можуть здійснювати практичний психолог, соціальний педагог, інші представники педагогічного колективу школи, а також «зовнішні» стосовно до школи спеціалісти - медіатори.

Нині в різних школах світу представлено три основні підходи до запровадження медіації в школі. Перший підхід передбачає наявність у школі дорослого медіатора, до якого скеровують учасників конфлікту. Другий підхід передбачає створення шкільної служби порозуміння (ШСП), тобто наявність мінімум одного дорослого медіатора, який виступає координатором служби, та залучення до врегулювання конфліктів медіаторів-ровесників — учнів, які пройшли спеціальне навчання медіації. В окремих навчальних закладах США було запроваджено третій, суцільний підхід до шкільної медіації. Він включає всі заходи, що впроваджуються у шкільній службі порозуміння, а також навчання основ медіації та навичок ненасильницького спілкування (ННС) всіх педагогів та адміністрації. Додатково кожен педагог поглиблено вивчає певний аспект медіації та презентує його колегам.

Процес медіації являє собою сукупність фактичних і юридичних дій, чинених учасниками медіації протягом певного проміжку часу. Виділяють п'ять основних етапів медіації та два додаткових:

1. Складання угоди про медіацію.
2. З'ясування позицій сторін.
3. Виявлення інтересів, що стоять за позиціями сторін.
4. Знаходження рішення.
5. Кінцева угода за результатами медіації.
6. Правова процедура та підтвердження угоди.
7. Виконання, перегляд і корекція угоди.

Отже, медіація як практична технологія вирішення конфліктів у школі має потужний соціально-педагогічний потенціал. Основною метою впровадження медіації у навчальних закладах є формування у школярів навичок розв'язання конфліктів мирним шляхом, зниження конфліктності, профілактики правопорушень, дитячої злочинності, насильства та агресії. Медіація – це не панацея від усіх негараздів. Медіація – це один з підходів до вирішення конфлікту.

Висновки. Медіація як технологія дозволяє вийти зі складної ситуації, продемонструвати високий рівень культури спілкування сторін. Технологія медіації поки що є новим інноваційним методом, який впроваджується у школи, що забезпечує позитивні результати взаємодії учасників навчального процесу, їхнього соціально-психологічного стану та поведінки як у навчальному закладі, так і в сім'ї, з друзями та оточенням.

Джерела та література:

1. Бесемер Христоф. Медиация. Посредничество в конфликтах / Пер. с нем. Н.В. Маловой. – Калуга, «Духовное познание», 2004, 176 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.e-reading.club/bookreader.php/105724/Mediaciya.pdf>.
2. Не крадіть конфлікти, краще допоможіть в їх розв'язанні. Український жіночий фонд. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://empedu.org.ua/content/ne-kradit-konflikti-krashche-dopomozhit-v-yih-rozvyazanni>.
3. Гірник А.М. Основи конфліктології: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / А.М. Гірник. – К.: Києво-Могилян. акад., 2010. – 222 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://pidruchniki.com/15660212/psihologiya/poserednitstvo_konfliktah.

Тарасюк Богдана

студентка географічного факультету,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кордунова Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ КОНФЛІКТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Актуальність теми дослідження визначається наявністю об'єктивних суперечностей, які є джерелом більшості конфліктів і труднощів у стосунках підлітка з дорослими, однолітками, батьками. Основні об'єктивні суперечності підліткового віку й породжують його конфліктність, оскільки на початку підліткового періоду складається ситуація, що сприяє виникненню суперечностей за умови, якщо у дорослих зберігається ставлення до підлітка як до дитини. Це ставлення, з одного боку, входить у суперечність із завданнями виховання і гальмує розвиток соціальної дорослості підлітка, з іншого – не відповідає уявленням підлітка щодо ступеня власної дорослості та його претензіям на нові права.

Підвищена конфліктність учнів підліткового віку зумовлена тим, що в психологічному розвитку багатьох дітей настає переломний момент, відомий під назвою «підліткової кризи». Існування цих протилежних тенденцій породжують зіткнення, які при незмінності ставлення дорослого стають систематичними, а негативізм підлітка – сильнішим. За умови збереження ситуації, зміна попередніх стосунків може затягнутися на весь підлітковий період і набути форми хронічного конфлікту. Як правило, спочатку це конфлікти вчинків, лише потім – конфлікти стосунків. Конфлікт може продовжуватися до того часу, поки дорослий не змінить свого ставлення до підлітка. Тільки за таких умов з'являється можливість створити ефективне міжособистісне спілкування дорослих та дітей [1].

Схильність до конфліктності ініціює конфлікт, який у навчально-виховному процесі є важливою соціально-психологічною проблемою. Передумовою цього, а також важливим чинником подолання негативних проявів конфлікту є розуміння дорослих особистості підлітка.

Конфліктність підлітків відрізняється низкою особливостей, пов'язаних із недостатністю їхнього життєвого досвіду й низьким рівнем самокритики, нездатністю до адекватної оцінки життєвих обставин, підвищеною емоційною збудливістю, імпульсивністю, руховою й вербальною активністю, загостреним почуттям залежності, прагненням до набуття певного статусу у референтній групі, негативізмом, невірноваженістю збудження й гальмування.

Однією з характеристик нестійкого, дискомфортного положення підлітка є недостатня сформованість його соціальних навичок, які сприяють успішній соціалізації. Недостатньо сформовані соціальні навички, посилені соціально-економічною незахищеністю, часто є причиною, яка впливає на підвищену агресивність, конфліктність підлітка, на його бажання будь-якими засобами компенсувати своє незадоволення життям. Підлітки стикаються з цілим рядом суперечливих позицій та внутрішніх коливань між залежністю та незалежністю, роллю дитини та дорослого.

Як зазначає Степанов В. Г. «зміна ролей, необхідність прийняття важливих рішень відносно ціннісних орієнтацій можуть викликати рольовий конфлікт та статусну невизначеність, що також накладає явний відбиток на «Я»-концепцію» [7].

Ми погоджуємося з думкою Божович Л. І., що контрастність дитинства і зрілості, між якими знаходиться підліток, ускладнює йому засвоєння соціальних ролей і породжує немало зовнішніх і внутрішніх конфліктів. Крім того, існує проблема індивідуальних відмінностей. Загальні закономірності проявляють себе через індивідуальні варіації, які залежать не тільки від оточуючого підлітка середовища і умов виховання, але і від особливостей особистості [2].

Важлива особливість поведінки підлітків – це довготривалі конфліктні відносини з оточуючими. Поведінка підлітка викликає обурення оточуючих, і вони реагують на їх дії гострими критичними зауваженнями, покараннями, негативним відношенням до їх дій. Підліток розцінює такі дії як замах на його незалежність, самостійність, особисту гідність.

Дуткевич Т. В. звертає увагу на те, що конфлікти підлітків і батьків обумовлені недоліками у вихованні, індивідуально-психологічними змінами в психічному розвитку підлітків і індивідуальними особливостями самих дорослих. Вчений наголошує, що конфліктна поведінка підлітків виникає тоді, коли не враховуються індивідуальні особливості, вікові зміни у психіці, коли не змінюється форма і зміст спілкування дорослих [5].

Конфліктні стосунки сприяють розвитку пристосувальних форм поведінки та емансипації підлітка. З'являються відчуженість, переконання у несправедливості дорослого, існування яких забезпечується уявленням про те, що дорослий його не розуміє і зрозуміти не може. На цій основі може виникнути уже свідоме неприйняття вимог, оцінок, поглядів дорослого і він взагалі може втратити можливість впливати на підлітка в цей відповідальний період формування особистості [3].

Підлітки часто конфліктують між собою у зв'язку з різними статусами, які вони займають в міжособистісних відносинах. Це, як правило, зтяжні,

довгі конфлікти, причини яких скриті від вчителів, і тому вирішувати їх важко. Частина конфліктів, які спостерігаються, є наслідком протиріч, які виникають між високою самооцінкою і не відповідним їй реальним положенням учнів в класному колективі. Особистість з рівнем зрілості підлітка у конфлікті виражає «зовнішній локус контролю», обвинувачуючи інших людей чи якісь обставини. Підліток не вірить у свої сили у вирішенні конфліктної ситуації, займаючи пасивну поведінкову позицію і відчуває астеничні емоції. Підліток прагне до досягнення суб'єктно-особистісного результату показати себе, відчути впевненість у своїх силах, навіть якщо причина конфлікту не подолана [6].

Отже, можна припустити, що істинними причинами конфліктів у підлітків є егоїзм, впертість, бажання «підтримати компанію», протиріччя загальних і особистих інтересів, незгода з думкою інших, труднощі спілкування з вчителями та батьками – все це створює об'єктивні причини для конфліктів в складній системі взаємовідносин.

Джерела та література:

1. Близнюкова О.М. Психологічний аналіз чинників кризи підліткового віку // Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Випуск 8. – Кам'янець-Подільський: «Аксіома», 2010. – С.66 – 75.
2. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте.– М., 1968.– 464 с.
3. Ващенко И.В., Гиренко С.П., Хамалян Р.А. Общая конфликтология: учебное пособие. – Харьков: ООО «Модель Вселенной», 2000– 512 с.
4. Гришина Н.В. Психология конфликта.– СПб.: Питер, 2001.– 464 с.
5. Дуткевич Т.В. Конфліктологія з основами психології управління.– Кам'янець-Подільський, 2004. – 351 с.
6. Психология личности. Словарь-справочник/ Под ред. П.П. Горностая и Т.М. Титаренко.– К.: Рута. 2001.
7. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. – М., 1997. – 320 с.

Юрчук Юлія

магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Мудрик Алла

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ДО ПИТАННЯ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Як часто ми чуємо таку фразу «я зроблю це пізніше», тобто без вагомих причин відкладати важливі і дрібні справи на завтра, на потім, на не обмежений термін. Досліджуючи студентські колективи, це явище є досить розповсюдженим, молодь яка перебуває в умовах постійної психологічної напруги, великої

кількості навчальних завдань та при цьому в рамках обмеженості часу на їх виконання, схильна відкладати їх на завтра, та врешті решт виконувати їх в останній момент, тобто в ніч перед здачею, в жорсткому дефіциті часу. А це, в свою чергу, позначається на якості виконання, успішності, та найважливіше – на психофізіологічному стані.

На сьогоднішній день ВНЗ є вимогливими, спрямованими на формування висококваліфікованих фахівців, активних та творчих, які зможуть використовувати новітні технології у своїй роботі, та які постійно будуть прагнути до саморозвитку та самовдосконаленню себе як особистості, та в професійній сфері. Тому суспільство звикло бачити студентів завжди життєрадісними, відкритими до чогось нового, організованими, наполегливими, впевненими, оптимістичними, відповідальними. І саме тут, між цими вимогами суспільства та ВНЗ може виникнути таке психологічне явище як прокрастинація. У психологічній літературі під цим явищем розуміють свідоме відкладання, відтермінування суб'єктом намічених дій, завдань, не зважаючи на негативні наслідки такої поведінки.

Метою роботи є теоретичне дослідження прокрастинації як психологічної проблеми сучасного студента.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Аналізуючи наукові надбання багатьох науковців, явище прокрастинації найбільшого розголосу набуло саме у XXI столітті, тому що саме у наш час найбільше розповсюджується, та характеризує більшість сучасної молоді.

Сучасна психологія дає таке визначення даного феномену: прокрастинація – це вираз емоційної реакції на планові або необхідні справи. Тому прокрастинацію розподілять на два типи, залежно від характеру емоції, це – «розслаблена» (тимчасова) та «напружена» (хронічна).

Отже, «розслаблена» це коли людина у ході виконання запланованої дії, витрачає час на інші, більш приємніші заняття чи будь-які інші розваги, тобто, свідомо замінюючи необхідну роботу, на заняття які дуже часто не приносять користі особистості.

«Напружена» прокрастинація, виникає через виникнення перезавантаженням, незадоволеністю власними досягненнями та недооцінюючи їх, втратою відчуття часу, неусвідомленими життєвими цілями і тому невпевненістю в собі. Наглядним прикладом хронічної академічної прокрастинації є звичка багатьох студентів готуватись до іспиту в останній день, а то і ніч. Даний тип прокрастинації притаманний студентам, які неправильно обрали свій фах, або навчальний заклад, тому немає інтересу не до навчання, і не до зовнішнього оточення в якому вони знаходяться [2; 10].

Н. Фьоре (2013) визначив такі шість ознак прокрастинації:

- сприйняття особистістю життя як довгої черги зобов'язань, які вона не може витримати, складання безкінечно довгих списків важливих справ;
- проблеми з відчуттям часу, використання невизначених термінів;

- відсутність ясності стосовно власних планів чи цінностей, людині важко займатися яким-небудь одним проектом;
- розуміння того, що людина себе не реалізує, відчуття фрустрації, пригніченості, наявність таких життєвих цілей, яких ви ніколи не досягали і навіть не намагалися;
- нерішучість, боязнь того, що людину будуть критикувати за помилки, відкладання фінальної стадії проекту у спробах довести результат до досконалості;
- низька самооцінка та відсутність впевненості у собі, які заважають почати працювати продуктивно [7, с. 17-18].

Із зазначених типів та ознак, можна сказати що наслідками наявності прокрастинації є стрес, відчуття провини, втрата продуктивності, невдоволення навколишніх через невиконання зобов'язань. Прагнучи завершити справу в обмежений проміжок часу, людина відчуває емоційний і фізичний стрес. Нервова напруга, постійне недосипання, зловживання кофейном, енергетичними напоями – усе це може мати неприємні наслідки для організму. Крім того, прокрастинація є підставою для виникнення почуття провини за незроблену роботу, відсутність самореалізації, втрату можливостей тощо і є наслідком поганого самоконтролю [6].

Серед заходів, що можуть допомогти знизити рівень академічної прокрастинації, С. Соболева, визначає такі: уважне ставлення викладачів до студентів, врахування їхніх індивідуальних особливостей у процесі навчання, введення системи заохочень, сприяння розвитку академічних зв'язків та взаємодопомоги між студентами, впровадження різноманітних методів та технологій навчання, застосування ефективних систем планування та форм виконання завдань студентами [5].

Серед студентської молоді важливо проводити пропедевтичні бесіди, проблемні заняття, тренінги з формування часової компетентності, поінформованості щодо прийомів та методів ефективної самоорганізації, планування діяльності та управління часом життя. Адже хронічна прокрастинація, яка найчастіше спостерігається саме у студентському віці, є деструктивною формою поведінки особистості відносно організації власного часопростору. Студент повинен розуміти, що перш за все його мотивація до навчання, набуття професійних знань сприятимуть боротьбі із явищем прокрастинації [1, с. 25].

Є досить цікава інформація, отримана від одного із учасників групи у дослідженні прокрастинації в Каліфорнійському університеті в Берклі, він порівняв прокрастинацію з кульбабою: вириваючи її, втішаєш себе, що позбувся бур'яну, та потім з'ясовується, що у неї глибочне коріння і вона проростає знову [3]. Емоційне коріння прокрастинації – таке ж глибоке та заплутане, як у кульбаби, і включає наші почуття, спогади, страхи, надії, мрії, сумніви й тиск, які ми переживаємо, хоча багато прокрастинаторів навіть не усвідомлює всього, що відбувається всередині, адже використовують прокрастинацію для уникнення неприємних відчуттів.

Висновок та перспективи подальших досліджень. Отже, підсумовуючи можна стверджувати, що прокрастинація – це своєрідна

емоційна реакція особистості на планові або необхідні справи, схильність людини до відкладання своїх справ «на потім», «на завтра», «на майбутнє». Вона виражається у її прагненні не починати будь-які справи, не приймати рішення.

Серед фундаментальних типів прокрастинації, дослідники виділяють розслаблену (тимчасову) і напружену (хронічну). Багато дослідників виявили основні ознаки прокрастинації які їй характерні.

Своєчасна психопрофілактика і психокорекція (за необхідності) прокрастинації студентів дозволить запобігти зниженню рівня їх навчальної успішності, розвитку особистісних і професійних якостей. І в свою чергу сприятиме майбутньому фахівцеві бути конкурентоспроможним на своїй професійній ниві.

Перспективою подальших досліджень є з'ясувати зв'язку прокрастинації з навчальними досягненнями, вольовими якостями студентів, її гендерного аспекту та розробки шляхів профілактики і подолання означеного феномену.

Джерела та література:

1. Бабатіна С. І. Синдром академічної прокрастинації і соціальна відповідальність у студентському віці [Електронний ресурс] / С. І. Бабатіна // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2013. – № 2. – С. 24-25. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKPI_fpp_2013_2_6

2. Базика Є. Л. Стан прокрастинації як чинник, який пригнічує формування успішної особистості студента: результати дослідження / Є. Л. Базика // [науково-практичний та освітньо-методичний журнал «Практична психологія та соціальна робота» / гол. ред. О.В. Губенко]. – Київ: №5 – 2014. – С. 23-30.

3. Бурка Дж., Юен Л. Прокрастинація / Дж. Бурка, Л. Юен. – Видавництво Старого Лева – 2018. – 400 с.

4. Ильин Е. П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2011. – 224 с.

5. Соболева С. Академічна прокрастинація як психолого-педагогічна проблема [Електронний ресурс] / С. Соболева. // Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Педагогіка. Психологія. Філософія. – 2014. – Вип.34. – С. 190-197. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/gvpdpu_2014_34_26

6. Фролова О. Прокрастинація як соціально-психологічне явище [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://business-territory.com.ua/articles/prokrastinatsiya-yak-sotsialnopsikhologichne-yavishche>

7. Фьоре Н. Легкий способ перестать откладывать дела на потом / Нейл Фьоре. – Москва: Манн, Иванов и Фербер; 2013. – 276 с.

**ОСОБИСТІТЬ В МІЖКУЛЬТУРНОМУ ТА
ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ**

Бабій Микола

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ У СУЧАСНІЙ ШКОЛІ

Тривожність має яскраво виражену вікову специфіку, що проявляється в її джерелах, змісті, формах прояву компенсації й захисту. Для кожного вікового періоду існують певні області, об'єкти дійсності, які викликають підвищену тривогу більшості дітей у незалежності від наявності реальної загрози або тривожності як стійкого утворення. Ці «вікові піки тривожності» є наслідком найбільш значимих соціогенних потреб. У дані періоди тривожність виступає як неконструктивна, котра викликає стан паніки, зневіри. Дитина починає сумніватися у своїх здібностях і силах. Але тривога дезорганізує не тільки навчальну діяльність, вона починає руйнувати особистісні психологічні структури. Тому знання причин виникнення підвищеної тривожності приведе до створення й своєчасного проведення корекційно-розвиваючої роботи, сприяючи зниженню тривожності і формуванню адекватної поведінки дітей молодшого шкільного віку.

Психокорекційна робота – це система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини з допомогою спеціальних заходів психологічного впливу.

При організації корекційної роботи необхідно створити умови для виникнення довіри між дитиною та практичним психологом, вчителем, тільки тоді буде ефективною психокорекційна робота. Негативне ставлення до вчителя і психолога в дітей молодшого шкільного віку зустрічається дуже рідко, а невизначене - часто, тому що при такому ставленні виникає недовіра до них, а отже до тієї діяльності, якою він займається. На заняттях такі діти найчастіше замкнуті, ранимі або байдужі, несприйнятливі до вказівок психолога, безініціативні. У спілкуванні вони проявляють змушену покірність і смиренність, а іноді прагнення пристосуватися. Подібні негативні емоції можуть закріпитися й бути перенесені на взаємини між учителями й товаришами в подальшому житті. У зв'язку із чим, може виникати негативне відношення до освітніх установ, неадекватне ставлення до себе і до людей [1, С.108].

Проведене нами емпіричне дослідження мало на меті виявити тривожних учнів, розробити корекційну програму та реалізувати її та перевірити її ефективність. Отримані результати показали, що тривожність породжена контактами дитини з однолітками й вчителями та її положенням у групі однолітків. Вони засвідчують про обмежені можливості школяра подолати труднощі, уникнути неприємних для себе ситуацій, обмаль засобів, для налагодження взаємодії з іншими школярами.

Організована нами психокорекційна робота з дітьми молодшого шкільного віку мала на меті подолати тривожність та сприяти розвитку конструктивних способів їхньої взаємодії. План заходів передбачав

проведення комплексу відповідних занять, що проходили в умовах спеціально змодельованих колективних вправ з використанням методів ігротерапії. Після її проведення ми провели повторне дослідження на виявлення рівня тривожності учнів.

Керуючись отриманими результатами можна зробити висновок про те, що проведена групова корекційна робота сприяла зниженню тривожності у дітей молодшого шкільного віку. Вони набули впевненості у контактах з оточуючими як у системі взаємин «учень-учень» та «учень-вчитель». Відповідно їх більше не турбують негативні емоції, які супроводжують тривогу та невпевненість.

Джерела та література:

1. Дубровина И.В. Психологическая служба школы. Учебное пособие для студентов / И.В. Дубровина – М.: Международная педагогическая Академия, 1995 – 222 с.
2. Костина Л.Н. Игровая терапия с тревожными детьми./ Л.Н. Костина -СПб.: Речь, 2003. - 160 с.
3. Рогов Е.И. Национальная книга практического психолога в образовании: учебное пособие. / Е.И. Рогов.– М.: Владос, 1996 – 529 с.

Дмитрук Дарина

студентка факультету психології та соціології,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кордунова Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

**СПІЛКУВАННЯ В СИСТЕМІ ОСОБИСТІСНИХ ВЗАЄМИН
МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

В молодшому шкільному віці все більшого значення для розвитку дитини набуває її спілкування з однолітками. У спілкуванні дитини з однолітками не тільки краще здійснюється пізнавальна предметна діяльність, але і формуються найважливіші навички міжособистісного спілкування і моральної поведінки. Від того, як дитина спілкується з однолітками, буде залежати напрям її розвитку. Слід зазначити, що міжособистісні взаємини є одним із факторів, що впливають на розвиток особистості дитини. Тому зазначена проблема є актуальною на сьогодні.

Молодший шкільний вік – це період позитивних змін і перетворень, що відбуваються з особистістю дитини. Якщо в цьому віці дитина не відчує радість пізнання, не матиме упевненості в своїх здібностях і можливостях, зробити це надалі буде важче. І положення дитини в структурі особистісних взаємин з однолітками також важче буде виправити [5].

Саме в молодшому шкільному віці з'являється соціально-психологічний феномен дружби як індивідуально-виборчих глибоких міжособистісних стосунків дітей, що характеризуються взаємною

прихильністю, що базується на відчутті симпатії та безумовного прийняття іншого. У цьому віці найбільш поширеною є групова дружба. Дружба виконує безліч функцій, головними з яких є розвиток самосвідомості та формування відчуття причетності, зв'язки із суспільством собі подібних [6].

Завдяки емоційному залученню до спілкування дитини з однолітками, воно може бути товариським і приятельським. Товариське спілкування – емоційно менш глибоке спілкування дитини, реалізується в основному в колективі й переважно із дітьми своєї статі. Приятельське, як у колективі, так і поза ним, реалізується в основному з дітьми своєї статі [2].

Взаємини хлопчиків і дівчаток мають стихійний характер. Основними показниками гуманних стосунків між хлопчиками та дівчатками є симпатія, товариськість, дружба. Під час їхнього розвитку виникає прагнення до спілкування.

Стосунки між хлопчиками та дівчатками потребують постійної уваги й корекції, ними слід розумно управляти, не покладаючись на те, що вони правильно розвиватимуться самі по собі [6].

У прояві та розвитку потреби у спілкуванні в дітей молодшого шкільного віку спостерігаються значні індивідуальні особливості. Можна виокремити дві групи дітей відповідно до цих особливостей. В одних спілкування з товаришами в основному обмежується навчальною діяльністю, в інших – уже займає чимале місце в житті.

На положення дитини в системі особистісних взаємин впливає і такий феномен як мовна культура спілкування, яка полягає не лише в тому, що дитина правильно виголошує та правильно підбирає слова ввічливості. Дитина, яка володіє лише цими можливостями, може викликати в однолітків відчуття поблажливої переваги над ними, оскільки її мовлення позбавлене вольового потенціалу, що виражається в експресії, упевненості в собі та проявляється у відчутті власної гідності. Саме засвоєні та використані дитиною засоби ефективного спілкування в першу чергу визначають ставлення до нього навколишніх людей.

Спілкування стає особливою школою соціальних стосунків. Саме в умовах самостійного спілкування дитина відкриває для себе всілякі стилі можливої побудови стосунків [4]. Потреба в спілкуванні з однолітками, яких не можуть замінити батьки, виникає в дітей дуже рано та з віком посилюється. Відсутність оточення однолітків негативно позначається на розвитку комунікативних здібностей і самосвідомості дитини. Спілкування з однолітками в молодшому шкільному віці стає в абсолютно новою та цілком особливою діяльністю, предметом якої є інша людина, пізнання цієї людини, а також пізнання самого себе шляхом порівняння з нею [1].

Діти вступають у певні особисті відносини з однолітками. Ці відносини ґрунтуються на відчуттях симпатії й антипатії. Крім того, особистісні відносини можуть ґрунтуватися на спільності інтересів, думок, поглядів. Статус дитини в системі особистісних відносин є для неї дуже значущим і суттєво впливає на його поведінку і самосвідомість надалі. Відсутність близьких товаришів негативно позначається на емоційному стані дитини,

породжує глибокі переживання, наприклад відчуття самотності, невіру в себе тощо [3].

Отже, спілкування з однолітками відіграє важливу роль у цьому віці. Воно не лише робить самооцінку адекватнішою і допомагає соціалізації дітей в нових умовах, але і стимулює їх до навчання. Міжособистісні взаємини дітей молодших школярів залежать від багатьох чинників, серед яких успішність у навчанні, взаємна симпатія, спільність інтересів, зовнішні життєві обставини, статеві ознаки. Усі ці чинники впливають на вибір взаємин дитини з однолітками. В основі розвитку взаємин у дітей лежить потреба в спілкуванні, і ця потреба змінюється з віком. Вона задовольняється різними дітьми неоднаково. Кожна дитина займає особливе положення й у системі особистих, і в системі ділових стосунків, на які впливають успіхи дитини, її особисті переваги, інтереси, мовна культура, індивідуальні етичні якості.

Джерела та література:

1. Бодальов А. А. Особа і спілкування: Вибр. психол. тв. / А. А. Бодальов. – М. : Міжнар. псих. акад., 1995. – 326 с.
2. Волков Б. С. Вікова психологія. У 2-х частинах. Ч. 2 : Від молодшого шкільного віку до юнацтва: навчальний посібник для студентів вузів, які навчаються за пед. спеціальностями / Б. С. Волков, Н. В. Волкова ; під ред. Б. С. Волкова. – М. : Гуманітарний видавничий центр ВЛАДОС, 2005. – 343 с.
3. Ключова Н. В. Учимо дітей спілкуванню. Популярний посібник для батьків і педагогів / Ключова Н. В., Касаткіна Ю. В. – Ярославль, 2006. – 378 с.
4. Мухіна В. С. Вікова психологія: феноменологія розвитку, дитинство, отрочество: підручник для студентів вузів / В. С. Мухіна. – 4-е вид., стереотипне. – М. : Академія, 1999. – 456 с.
5. Психологія людини від народження до смерті / під ред. А. А. Реана. – СПб : Питер, 2002. – 544 с.
6. Реан А. А. Соціально-педагогічна психологія / А. А. Реан, Я. Л. Коломінский. – СПб. : С-ПТБ, 2000. – 212 с. – (Серія «Майстри психології»).

Земба Адам

студент факультету фізичної культури, спорту та здоров'я,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Мудрик Алла

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ЕСТЕТИЧНЕ ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ГІМНАСТИКИ

Постановка наукової проблеми та її значення. Зміцнення та збереження здоров'я учнів, підвищення рівня їх фізичної підготовленості є одними з головних завдань, які гостро стоять перед українським суспільством. Щоб їх вдало вирішувати, перш за все, необхідно привести спосіб життя дітей у відповідність із закономірностями їх росту і розвитку.

Особливої гостроти в цьому контексті набуває проблема формування в учнів фізкультурних знань, культури рухів, які повинні займати одне з провідних місць у системі ціннісних орієнтацій людей різних соціальних і вікових груп, формування пріоритету здоров'я як найвищої людської цінності і на основі цього покращення загального фізичного стану організму.

Успішне розв'язання даної проблеми можливе лише за умови цілеспрямованого, комплексного вирішення завдань всебічного фізичного розвитку починаючи з раннього віку і впродовж усього життя.

Однак, незважаючи на досить широкий спектр досліджень, у педагогічній практиці проблема всебічного фізичного розвитку, збереження та зміцнення здоров'я учнів, в тому числі й учнів молодшого шкільного віку вирішується недостатньо. За даними вибіркового дослідження 36,4% учнів ЗЗСО України мають низький рівень фізичного здоров'я, 33,5% – нижче за середній, 22,6% – середній і лише 6,7% – вище за середній, а 0,8% – високий.

Змінити ситуацію на краще можна через удосконалення змісту, форм та методів фізичного виховання, надання йому особистісно орієнтованого характеру, що можливе завдяки більш глибокому врахуванню анатомо-фізіологічних, вікових особливостей фізичного розвитку молодших школярів

У Національній доктрині розвитку освіти в Україні в XXI столітті, Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту в Україні, законах України «Про загальну середню освіту», «Про фізичну культуру і спорт» поставлена мета – створити умови, за яких будуть викликані до життя творчі сили молодшої особистості, відкриється простір до її активної самореалізації.

Успішне вирішення завдань соціально-економічного розвитку України потребує від кожної людини не тільки високої професійної підготовки, але й належного рівня культури, зокрема фізичної. Важливо, щоб кожен член суспільства правильно ставився до свого здоров'я, своїх фізичних рис і здібностей, розумів їх особисте і соціальне значення, відчував і реалізував внутрішню потребу в фізичній і духовній досконалості.

У сфері загальної освіти естетичне виховання відіграє велике значення. Учитель фізичної культури, впливаючи на розвиток дитини за допомогою фізичного виховання, закладає у неї базу для всебічного розвитку фізичних і духовних здібностей. Адже саме діти мають потенціал для сприйняття, розуміння та емоційної чуйності (Н. Глушак).

Слід зазначити, що заняття фізичними вправами, гімнастичними зокрема, створюють сприятливі умови естетичного розвитку особистості. Адже саме фізична досконалість є частиною естетичного ідеалу (Н. Бервінова).

Особливу актуальність набуває естетична підготовка учнів у системі фізичного виховання в ЗЗСО (В. Т. Кальянов). Школярі, які отримали естетичну підготовку, мають більші можливості для неухильного освоєння всього різноманіття рухових навичок і вмінь з точки зору культури рухів.

Широка ерудиція, розвинений естетичний смак дозволяють повніше проявляти себе не лише у сфері фізичної культури, але і в побутовій, громадській діяльності. Вчитель з фізичної культури постійно повинен розвивати у своїх вихованців потреби і здатності помічати і сприймати красу навколишньої дійсності, аналізувати і оцінювати її (А. П. Ситник).

Багато ЗЗСО в системі фізичного виховання школярів майже не реалізують систематичну естетичну підготовку та естетичне навантаження, а тому не здійснюють практичну прикладну дію на всебічний гармонійний розвиток особистості школяра (В. Т. Кальянов). Можна оскаржувати категоричність такого твердження, але ніяк не можна не погодитися з тим, що можливості в цьому плані далеко не вичерпані.

Таким чином, наукова проблема дослідження полягає в необхідності оптимізувати процес естетичного виховання в системі фізичного виховання учнів засобами гімнастики, акцентуючи увагу на формування естетичної, рухової культури, красу, естетичного уявлення тощо. Вирішення цього проблемного питання можливе, на наш погляд, за допомогою цілеспрямованого наукового дослідження, актуальність якого безсумнівна.

Метою нашого дослідження є вивчення проблеми естетичного виховання молодших школярів засобами гімнастики.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. У дослідженні взяли участь молодші школярі Луцької гімназії №18. Вибірку дослідження склали учні 1-А та 1-Г класів. Загальна кількість учнів – 48 осіб, вік школярів 6-7 років. Основна частина нашого дослідження полягала у проведенні уроків фізичної культури у 1-4 класах.

Слід зазначити, що у Луцькій гімназії №18 здійснюється активна робота по естетичному вихованню учнів. Естетичне виховання в даній школі передбачає заняття: 1) теоретичного плану на факультативних уроках; 2) у гуртках: Декоративно-прикладне мистецтво «Умілі руки», «Військово-патріотичний», «Чарівна майстерня»; 3) у спортивних секціях: «Волейбол», «Баскетбол», «Карате», «Гімнастика». Учні, які займаються в цих гуртках, розвиваються з всебічної гармонійної точки зору, отримують позитивні емоційно-естетичні прикладні, музичні, танцювальні, спортивні переживання від цього процесу, підвищують свою рухову активність за рахунок вище перерахованих занять, виступають на змаганнях і спортивно-масових заходах, підвищуючи свій рівень майстерності.

Оскільки робота по естетичному вихованню відбувається в основному з учнями старшої школи, ми вирішили спробувати розробити та провести уроки фізичної культури, де прагнули здійснити естетичне виховання молодших школярів засобами гімнастики.

Як, вже було зазначено вище, емпіричним майданчиком для нашого дослідження стали учні 1-А та 1-Г класів цієї гімназії.

У цьому класі був проведений урок фізичної культури, метою якого було естетичне виховання засобами гімнастики. Оскільки це були учні першого класу, то нами був обраний варіант проведення так званого сюжетного уроку. Урок був проведений у другому семестрі 2018-

2019 навчального року протягом проходження переддипломної педагогічної практики. Сюжетність уроку полягала у тому, що учням пропонувалося здійснити «мандрівку до лісу», де вони разом із місцевими жителями виконували фізичні вправи та грали у рухливі ігри.

Слід зазначити, що урок містив III частини – підготовчу, основну і заключну. Вправи та ігри були підібрані відповідно до особливостей фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку.

Наступним етапом нашого дослідження було проведення опитування учнів 1-А та 1-Г класів.

Анкетування відноситься до соціологічних методів дослідження. Завдяки цьому методу дослідження ми отримували інформацію від респондентів шляхом письмових відповідей. Нами були складені питання, які дали змогу виявити думки учнів щодо їх ставлення до уроків фізичної культури.

Школярам була роздана анкета, яка містила 5 запитань. Питання були наступні:

1. Чи подобається вам відвідувати уроки фізичної культури?
2. Що саме Вам подобається на уроках фізичної культури?
3. Що саме вам не подобається на уроках фізичної культури?
4. Скільки уроків фізичної культури ви хотіли б мати у тиждень?
5. Чи відвідуєте ви якісь спортивні секції? Які?

В результаті обробки отриманих даних, ми можемо зробити такі висновки. 100% опитаних школярів відповіли, що їм подобаються уроки фізичної культури.

Відповідаючи друге питання, переважно учні давали такі відповіді: там можна бігати (рухатись), грати у різні ігри, веселитися і сміятися, там цікаво, можна використовувати різні спортивні предмети – м'яч, скакалку, парашут, обруч.

Відповідаючи третє питання, переважно учні давали такі відповіді: мало уроків фізкультури, хочеться, щоб ми більше гралися і уроки були не прості, а якісь незвичні і цікаві, однак жоден з опитаних учнів не вказав якоїсь важливого аргументу про те, що не подобається на уроках фізичної культури.

На запитання про бажану кількість уроків фізичної культури учні відповіли наступним чином: 72% (36 осіб) опитаних хотіли, щоб уроки були кожен день, 16% (8 осіб) респондентів зазначили, що достатньо 3-4 уроки на тиждень і лише 12% (6 осіб) учнів сказали, що два уроки фізкультури на тиждень їм достатньо.

У питанні про відвідування спортивних секцій відповіді наступні – 16% респондентів (8 осіб) відповіли, що займаються спортом – футбол, гімнастика.

Висновок та перспективи подальших досліджень. На наш погляд, естетична освіта і естетична підготовка повинна розглядатися як один із шляхів удосконалення навчально-виховного процесу, а також як неодмінна умова різнобічного і гармонійного розвитку дитини. Необхідно організовувати і проводити практичні та теоретичні заняття в ракурсі

розширення загального кругозору та ерудиції з формування естетичної рухової культури, шукати шляхи реалізації додаткових занять з формування статури, зміцнення здоров'я, залучення до занять фізичними вправами та спортом.

Останнім часом розробляються нетрадиційні, інноваційні системи та методики фізичної культури, що сприяють корекції статури, постави, ходи, тим самим впливають на фізичну зовнішність людини – тим самим формуючи естетичні почуття. Заняття фізичними вправами, зокрема, гімнастичними, створюють сприятливу атмосферу для розвитку естетики особистості. Не заперечним є той факт, що саме фізична довершеність є елементом естетичного ідеалу. Актуальним залишається розробка та впровадження нових рухливих ігор, забав та розваг з елементами гімнастики.

Джерела та література:

1. Андрощук Н. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості) / Н. Андрощук, М. Андрощук. – Т. : Підруч. і посіб., 2006. – 160 с.
2. Балбенко С. Основи здоров'я та фізичної культури : метод. посіб. для вчителів / С. Балбенко. – Х. : Скорпіон, 2004. – 96 с.
3. Васьков Ю. Концепція розвитку фізичного виховання в загальноосвітніх школах / Ю. Васьков // Здоров'я та фізич. культура. – 2005. – № 6. – С. 1, 3-5.
4. Горащук В. Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів / В. Горащук // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 5. – С. 58-61.
5. Єдинак Г. Фізична культура в школі : молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк; худож. Л. Галаманжук. – Кам'янець-Поділ., 2000. – 305 с.
6. Дубенчук А. І. Готуємось до іспиту з фізкультури / А. І. Дубенчук. – К. : Шк. Світ, 2010. – 120 с.
7. Жирнова В. Чинники залучення дитини до фізкультурно- спортивної діяльності / В. Жирнова // Здоров'я та фізична культура. – 2007. – №29. – С. 5.
8. Корнієнко С.М. Педагогічні основи фізичного виховання молодших школярів у системі «родина-школа»: Дис... канд. пед. наук. – Тернопіль 2001. – 198 с.
9. Наумчук В. І. Професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивних ігор: Дисс... канд. пед. наук: 13.00.04. – Тернопіль, 2002. – С 38.
10. Плахтій, П. Вікова фізіологія і валеологія : лаборатор. практикум: навч. посіб. / П. Плахтій, С. Страшко, В. Підгорний. – Кам'янець-Поділ. : Абетка, 2006. – 207 с.
11. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра: навч.-метод. посіб. / О. Ващенко [та ін.]. – Кам'янець-Поділ. : Абетка, 2003. – 191 с.

Кихтюк Анна

студентка юридичного факультету,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кихтюк Оксана

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГО-МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ НАВЧАННЯ У СТУДЕНТІВ-ПРАВознавців

Актуальність дослідження. Пізнання людської діяльності, зокрема мотивація особистості як суб'єкта певної діяльності, є об'єктом вивчення ряду наук, серед них й соціальна психологія, соціологія. Психологія досліджує психологічні механізми мобілізації особистості, в яких мотив чи система мотивів виступають як найважливіший чинник, що актуалізує й поживляє поведінку індивіда в тій чи іншій конкретній соціальній ситуації, надає їй особистісно значущого смислу і певної спрямованості.

Мета дослідження – здійснити теоретичний аналіз підходів до вивчення мотиваційної сфери особистості та емпірично виявити диференціацію суттєвих мотиваційних проявів у студентів-правознавців чоловічої та жіночої статі. Було використано психологічні методики: тест-шкалу оцінки потреби в досягненні Ю. Орлова; опитувальник мотивації досягнень А. Мехрабіана.

Мотиваційна структура є невід'ємною і однією із найважливіших складових особистості в цілому. Структура особистості здійснює вплив на стани особистості, мотиваційну сферу, динаміку поведінки, процеси діяльності і всі види спілкування. Ця структура поступово складається у процесі соціального розвитку і є продуктом цього розвитку, ефектом усього життєвого шляху людини [1, с.112]. Під структурою особистості у літературі розуміють системну характеристику особистості, тобто «складну соціально-психолого-індивідуальну систему з певними властивостями, що постійно розвивається і реалізується у формі діяльності та спілкування» [2, с.45].

Вибірку дослідження склали студенти I-II курсу спеціальності «Правознавство» юридичного факультету Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (загальна кількість 94 особи).

Наше дослідження полягало у тому, щоб спробувати емпірично виявити та описати особливості мотиваційних проявів студентів спеціальності «Правознавство» різної статі заради подальшого розвитку уявлення про мотивацію як важливу психологічну характеристику у підготовці фахівців правоохоронної діяльності.

Структура особистості є цілісним утворенням і певною організацією її властивостей. Функціонування такого утворення можливе лише через взаємодію різних властивостей, що є компонентами структури. Дослідження компонентів, які мають стосунок до різних рівнів і аспектів розвитку

особистості, при структурному вивченні цього розвитку обов'язково супроводжується дослідженням різних видів взаємозв'язків між самими цими компонентами [3]. Проведеним емпіричним дослідженням з'ясований ряд відмінностей у виявленнях мотивації в студентів-правознавців чоловічої та жіночої статі, що є не менш вагомою складовою їх компетентності, ніж академічна успішність. Потреба в самоствердженні у студентів-чоловіків, тобто в ідентичності, символізує прагнення студентів-хлопців творити, формувати себе і керувати собою, а не бути твореним, формованим, керованим соціальними іншими. У студентів-дівчат мотивація запобігання невдачам має причетність до депривації потреби в афіліації, почуття належності в площині міжособистісних стосунків в університетському середовищі. у діагностованих студентів чоловічої статі спостерігається високий та помірний рівні мотивації досягнення. Для обстежених студентів жіночої вибірки, навпаки, притаманна тенденція переважання мотивації оминання чи уникнення невдач (статистично достовірна значущість відмінностей у мотивації за t-критерієм Ст'юдента, відповідно, $t_{кр} = 2,69$ ($p \leq 0,1$)). Це стало причиною для нашого узагальнення, що у студентів-правознавців жіночої статі спостерігається нижчий рівень мотивації прагнення до успіху, ніж у їхніх однокурсників чоловічої статі. Даний факт, отриманий емпіричним шляхом збігається з описаними в науковій літературі даними [1; 2; 3]. Стосовно до ступеня задоволеності основних потреб, то в діагностованих респондентів чоловічої групи були визначені наступні види потреб, котрі є належністю зон незадоволеності/часткової задоволеності: матеріальні потреби; потреба у визнанні; потреба у самовираженні. категорії відповідних потреб (потреб зон незадоволеності/часткової задоволеності) настала можливість зарахувати: соціальні (міжособистісні) потреби; потреба у визнанні.

Перспективою прийдешніх досліджень одержаних результатів полягає у: можливості їх використання під час побудови психологічної допомоги відповідним студентам в особистісному та професійному зростанні; врахуванні отриманих даних під час розробки циклу тренінгових занять з метою підвищення рівня мотивації студентів спеціальності «Правознавство».

Джерела та література:

1. Бех І. Д. Виховання особистості : Сходження до духовності : Наук. Видання. / Бех Іван Дмитрович. – К. : Либідь, 2006. – 272 с.
2. Занюк С.С. Психологія мотивації / С. С. Занюк – К. : Либідь, 2002. – 304 с.
3. Кондратьєва Я. Ю. Юридична психологія / [За заг. ред. Я. Ю. Кондратьєва]. – М., 2000. – 344 с.
4. Крысько В. Г. Социальная психология: учебник для вузов. / Владимир Гаврилович Крысько. – [2-е изд.] – СПб. : Питер, 2007 – 432 с.
5. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. учебное пособие. / Д. Я. Райгородский. – Самара. : Издательский дом «БАХРАХ-М» , 2002. – 672 с.

Книш Тетяна

кандидат педагогічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

НАВЧАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНОМУ ЧИТАННЮ ТЕКСТІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ АНГЛІЙСЬКОЮ МОВОЮ НА ОСНОВІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ПІДХОДУ

Стратегія розвитку української освіти націлена на створення умов для оволодіння кожним студентом прагматично значимими компетенціями в процесі іншомовного навчання кваліфікованого спеціаліста відповідного рівня та профілю.

Проблеманавчання професійно-орієнтованому читанню показує широкий спектр можливостей для формування та розвитку інформаційної компетенції майбутніх спеціалістів немовних спеціальностей, однієї із професійних компетенцій в галузі науково-дослідної діяльності. Вона відображена у вимогах до рівня підготовки випускників вузів згідно з освітніми стандартами і визначена як здатність та готовність читати іншомовну літературу професійної спрямованості, знати лексичний і граматичний мінімум в об'ємінеобхідному для роботи з іншомовними текстами професійного спрямування; обробляти, аналізувати та систематизувати наукову інформацію.

Об'єм наукової інформації, яка постійно збільшується, вимагає від випускників вузів такого рівня умінь іншомовного читання, який дав би змогу користуватися ним практично, здійснювати самостійну пізнавальну діяльність завдяки читанню наукової спеціальної літератури іноземною мовою. Навчання іноземній мові в умовах відсутності іншомовного середовища надає особливу цінність професійно орієнтованому читанню, наслідком і результатом якого є уміння адекватно розуміти прочитане.

Аналіз наукової літератури показує, що проблема навчання професійно-орієнтованому читанню студентів немовних спеціальностей висвітлена досить широко як в Україні, так і за кордоном (Н.А. Вишневецька, О.В. Зеленова, С.К. Фоломкіна, С.Ф. Шатилов, Т. Hutchinson, A. Waters, K. Graves та ін.) [4, с. 48].

Питання формування функціональної грамотності розглядали такі дослідники як (В.А. Єрмоленко, Т.Б. Князева, М.Д. Матюшкіна, С.А. Тангян).

Хоча з одного боку, ідея використання функціонального підходу не нова, однак, існує недостатня розробка його використання на теоретичному та практичному рівнях. З іншого боку, практика підтверджує, що у студентів немовних спеціальностей недостатній для самостійної ефективної роботи з науковою іншомовною інформацією поріг функціональної грамотності, що вказує на необхідність пошуку шляхів підвищення ефективності навчання професійно-орієнтованому читанню наукової літератури іноземною мовою в нових освітніх умовах [3, с. 51].

Нові дослідження сучасного стану іншомовного навчання професійно орієнтованому читанню студентів немовних спеціальностей показали низку протиріч, а саме: між вимогами Ради Європи до рівня володіння іноземною мовою професіоналами немовних спеціальностей та реальними умовами навчання (різна підготовка першокурсників, брак часу на вивчення іноземної мови, недоліки в організації читання іноземною мовою); між необхідністю оптимізувати процес, зміст навчання професійно-орієнтованому читанню іноземною мовою та відсутністю відповідних методик; між зростаючим об'ємом професійно значимої психологічної інформації та невмінням випускника немовної спеціальності самостійно використовувати цю інформацію в професійній діяльності [2, с. 4].

Тому існує проблема розробки методики, яка б сприяла підвищенню ефективності навчання професійно-орієнтованому читанню студентів немовних спеціальностей на основі застосування функціонального підходу.

Специфіка навчання професійно-орієнтованому читанню на основі функціонального підходу полягає у формуванні інформаційної компетенції та функціональної грамотності студентів. З одного боку, цьому виді мовної діяльності усвідомлюється реальність досягнення мети навчання, а саме: вилучення наукової інформації та оволодіння комунікативними функціями за рахунок використання функціональних орієнтирів. З іншого боку, читання використовується як засіб засвоєння лексичних, граматичних мовних структур вираження та передачі інформації згідно з комунікативними функціями, які відтворюють змістове та мовне наповнення письмового наукового тексту.

Методична модель навчання професійно-орієнтованому читанню оригінальних англійських текстів психологічного спрямування на основі функціонального підходу є інноваційною системою навчання, яка містить три етапи освітнього процесу (попередній, перший та другий, які включають в себе виконання дотекстових, текстові та післятекстові вправи), стратегії (власне когнітивні при пошуковому, ознайомлювальному читанні та когнітивні аналітико-синтетичні при навчальному читанні), контроль і самоконтроль рівня сформованості мовних навичок та умінь використовувати функціональні орієнтири на тлі їх зв'язків з загальним контекстом (проміжний, підсумковий), результат (сформованість інформаційної компетенції та функціональної грамотності) [1, с. 53].

Організаційно-методичні умови навчання студентів професійно-орієнтованому читанню оригінальних англійських текстів психологічного спрямування на основі функціонального підходу полягають в розробці змісту і структури програмно-методичного забезпечення.

Джерела та література:

1. Барабанова Г.В. Методика навчання професійно-орієнтованого читання немовному ВНЗ / Г.В. Барабанова. – К.: Фірма “ІНКОС”, 2005. – 315 с.
2. Загальноєвропейські Рекомендації з мовної освіти: вивчення, викладання, оцінювання / Науковий редактор українського видання доктор пед. наук, проф. С. Ю. Ніколаєва. – К.: Ленвіт, 2003. – 273 с.

3. Brumfit Ch. Communicative Methodology in Language Teaching/Ch. Brumfit.– Cambridge University Press, 1990.–234 p.

4. Clark H. H., Clark E. V. Psychology and Language /H. H. Clark.–Brace Jovanovich Publishers, 1977.– 335 p.

Ребізант Юлія

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Хлівна Олександра
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Кожна людина в своєму житті стикається з декількома етапами адаптації, які дають можливість пристосуватися до нових умов і створювати нові методи подолання існуючих проблем та ефективної роботи. Адаптація може відшкодувати неповноцінність звичайної поведінки в нових умовах, внаслідок чого формується здатність оптимального функціонування особистості в нових умовах. Перший «адаптаційний досвід» людина отримує в групі дитячого садка, потім в першому класі школи. Наступний «переломний» момент – це перехід від початкової школи до середньої і, нарешті, настає момент професійного самовизначення. Поступово в середніх та вищих професійні навчальних закладах студенти-першокурсники стикаються з абсолютно новими для них методами організації навчального процесу, новими видами діяльності та новим навчальним колективом. У зв'язку з цим поняття «адаптація» можна уявити як процес пристосування учнів до нової соціальної ситуації. В сучасній психології поняття адаптації розглядалось у працях таких науковців: А. Реан, А. Кудашов, А. Баранов, А. Якунін, Е. Осіпчукова та ін.

Метою роботи є виявити особливості адаптації студентів першого курсу до навчання в закладах вищої освіти.

Термін «адаптація» був введений Г.Аубертом в 1865 році і використовувався в медичній та психологічній літературі, де означав зміну чутливості аналізаторів під впливом пристосування органів відчуттів до діючих подразників [1]. Пізніше використання цього терміна зустрічається в більш широкому значенні як будь-яке пристосування живого організму до умов існування. Згодом цей термін був запозичений соціологією і психологією для опису явищ, що стосуються освоєння людиною різних сфер природного і соціального середовища.

Згідно С. Головіну психологічну адаптацію можна визначити, як процес психологічної включеності людини в системи соціальних, соціально-психологічних і професійно-діяльнісних взаємозв'язків і взаємовідносин, у

виконанні конкретних ролей [2]. Процес адаптації до навчання – явище вкрай непросте, багатогранне. Існує дві сторони адаптації студентів:

- професійну адаптацію, під якою розуміється пристосування до характеру, змісту, обставинам і організації навчального процесу, формування навичок самостійності в навчальній і науковій роботі;

- соціально-психологічну адаптацію – пристосування індивіда до навчального колективу, взаєминам в ньому, формування власного стилю поведінки.

Соціально-психологічну адаптацію Г. Андреева розглядає в трьох аспектах:

- медико-біологічний аспект (підсумок пристосування організму індивіда і його психіки до обставин професійної діяльності та спілкування);

- психолого-педагогічний аспект (процес соціалізації індивіда в праці і результат цього процесу);

- соціологічний аспект (особливий етап життєвого шляху молодої людини, що співпадає за часом із завершенням навчання в системі шкільної освіти і початком професійної трудової діяльності) [3].

О. Галявін відзначає, що саме на перших етапах навчання формується ставлення молодої людини до навчання, до майбутньої професійної діяльності, триває «активний пошук себе» [3]. У тому числі ті хто відмінно закінчили середню школу, на першому курсі не відразу набувають впевненості в своїх силах. Перша невдача часом призводить до розчарування, втрати перспективи, відчуження, пасивності. На процес адаптації студентів до навчання багато в чому впливають також їх ціннісні орієнтації [4].

Також, чим у більш повній мірі студент усвідомлює, навіщо і для чого йому можуть знадобитися знання для майбутньої роботи, тим краще він навчається. Рівень уявлення студента про професію (адекватно - неадекватно) безпосередньо співвідноситься з рівнем його ставлення до навчання: чим менше студент знає про спеціальність, тим вище у нього негативне ставлення до навчання. Недостатня поінформованість студентів про зміст їх майбутньої спеціальності пов'язана з тим, що, по-перше, низький соціальний рівень; по-друге, невисокий престиж самої професії в соціально-економічних умовах, по-третє, несформованість мотиваційної сфери і ціннісних орієнтацій особистості.

Таким чином, процес адаптації студентів до умов закладів вищої освіти – це процес пристосування індивідуальних якостей до умов даного професійного навчального закладу і розвитку на цій базі нових соціально і професійно значущих рис, які гарантують реалізацію особистісного потенціалу студента, який містить в собі два компоненти: адаптація до умов конкретної установи та адаптація до умов обраної спеціальності. Цей процес зачіпає всю структуру особистості, внаслідок чого відбуваються зміни на психофізіологічному, індивідуально особистісному і соціальному рівнях.

Джерела та література:

1. Абабков В. А. Адаптация к стрессу / В.А. Абабков, М. Пере. Санкт-Петербург: Речь, 2014. - 165 с.
2. Головин С.Ю. Словарь практического психолога / С.Ю. Головин. - Минск.: Харвест, 2008. – 800 с.
3. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2-х т. / Акад. пед. наук СССР. – Москва : Педагогика, 1989. – 322с.
4. Полянок О.В. Психологические особенности адаптации студентов педагогических специальностей / О.В. Полянок. – Казань: 2012. - 207 с.

**ОСОБИСТІТЬ У ВИМІРІ ПРАКТИЧНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

Домбровська Олена

магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО УСВІДОМЛЕНОГО БАТЬКІВСТВА У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Постановка наукової проблеми та її значення. Батьківство є важливим фактором, що розкриває багатогранну структуру життя особистості, втілює в собі спектр культурних та індивідуальних характеристик. Швидкі зміни у суспільстві спричиняють переорієнтацію особистісних цінностей, прагнень людини, змінюють стереотипи сучасного повсякденного життя. В умовах сьогодення значна частина молоді надає перевагу матеріальним цінностям на протизагу сімейним. Особливої уваги заслуговує молодіжна субкультура «чайлдфрі». На нашу думку, цьому сприяє недостатня сформованість готовності до прийняття соціальних ролей матері чи батька, яка призводить до відсутності ідентифікації з образом батьківства, невмотивованістю до створення сім'ї, народження та виховання дітей, зміною особистісних ціннісних орієнтацій. Цими та рядом інших чинників зумовлена актуальність даної теми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема «батьківства» як психологічного феномену досліджували І. Бех, О. Бондарчук, М. Боришевський, О. Власова, Т. Зелінська, О. Шукалова; дослідження теоретичних засад формування та психологічного супроводу батьківства і сімейного виховання відзначала А. Кульчицька, Р. Овчарова, ; вивчення батьківства як прояв особистісно-сислової сфери чоловіка було обґрунтовано у працях Н. Демчук. Готовність до материнства та батьківства досліджувались такими дослідниками як Ю. Борисенко, І. Браутсь, В. Брутман, Т. Веретенко, Н. Гусак, С. Котова-Олійник, Н. Максимовська. Щодо проведення роботи з підготовки молоді майбутнього батьківства наголошували зарубіжні науковці У. Бронфенбренер, К. Елві, А. Кульчицька, М. Мієдзіам та інші видатні вчені.

Метою дослідження є вивчення особливостей психологічної готовності студентської молоді до усвідомленого батьківства.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Явище батьківства містить у собі вроджені біологічні компоненти, однак комплексно, батьківство – це культурний та історичний феномен, який перебуває під впливом суспільних норм і цінностей суспільства у якому проживає людина.

На думку дослідниці Р. Овчарової, батьківство – це соціально-психологічний феномен, що охоплює сукупність знань, уявлень та

переконань людини стосовно самої себе в батьківській ролі, які реалізуються в усіх виявах поведінкової складової батьківства [4, с. 8].

Розвиненою формою батьківства є усвідомлене батьківство, яке за визначенням вченого В. Кравця, «...це повне взяття на себе відповідальності за процес зачаття й народження здорових дітей» [2, с. 244].

Сам процес формування готовності до усвідомленого батьківства, до виконання своїх батьківських охоплює два етапи. Перший етап стосується дошлюбного періоду, того періоду, який передує набуттю молодими людьми ролі батька та матері. Цей період характеризується наявністю емоційних образів, пов'язаних з процесом виховання дітей та плануванням способу життя в умовах батьківства, планування виховного процесу тощо. На цьому етапі закладається можливість стати батьками. Другий етап формування готовності до усвідомленого батьківства починається з моменту народження дитини. Це – етап реалізації батьківства, що триває протягом усього подальшого життя. Факт народження дитини «знаменує критичний період у розвитку особистості дорослого», а формування «батьківської позиції означає остаточне залучення до дорослого покоління» [3].

Волинська дослідниця О. Бартків розглядає усвідомлене батьківство, як взаємодію батьків чи осіб, які їх замінюють, між собою, іншими членами сім'ї, включаючи дітей, результатом чого є створення найбільш сприятливих умов для повноцінного, гармонійного розвитку дитини на всіх етапах її життя. Усвідомлене батьківство передбачає прагнення батьків до поповнення знань, умінь, здібностей та почуттів щодо процесу виховання дитини, гармонізації сімейних стосунків [1, с. 194].

Форма усвідомленого батьківства містить декілька компонентів:

- ціннісні орієнтації подружньої пари;
- батьківські установки та сподівання;
- батьківське ставлення; батьківські почуття;
- батьківські позиції;
- батьківська відповідальність і стиль сімейного виховання.

Дані компоненти включають у себе усвідомлення себе як батьків, уявлення про ідеальних батьків, знання батьківських функцій, суб'єктивні батьківські відчуття, ставлення до дитини, ставлення до чоловіка/жінки як до батька спільної дитини.

В емпіричному дослідженні розглядаються психологічні особливості готовності до усвідомленого батьківства у студентської молоді. За допомогою психологічних методик ми здійснили діагностику складових готовності студентів до усвідомленого батьківства (адекватність самооцінки, ступінь зрілості Я- концепції, емпатійність), вираженості потреб у дітях та рівня компетентності майбутніх батьків, що дало можливість забезпечити реалізацію мети і завдань дослідження.

В результаті проведеного емпіричного дослідження за методикою «Реальна і ідеальна самість» (за К. Роджерсом), було виявлено, що більшість студентів характеризуються що середнім рівнем загальної самооцінки (36% респондентів), низький – у 13% респондентів,

неадекватний та психотичний у 15% та 10% відповідно. Отже, у студентів переважає оптимальний рівень загальної самооцінки.

Проведене нами дослідження рівня емпатійності студентів (як головного компонента емоційної складової батьківства) за методикою дослідження рівня емпатійних тенденцій (І. Юсупов) показало, що високий рівень студентської молоді до усвідомленого батьківства спостерігається у 31% респондентів, тому при формуванні образу батьківства у молоді необхідно акцентувати увагу на методах розвитку у них емпатійності. Вивчення потреби студентської молоді в дітях показало, що 31% респондентів характеризуються позитивним ставленням до створення сім'ї та сімейного життя в цілому, батьківської ролі, до народження дітей, психологічно готові до батьківства. У 40% респондентів потреба мати дітей в майбутньому шлюбі не виражена. 29% досліджуваних виявили поверхневність уявлень про функції батьківства, нерозуміння уявлень про права й батьківські обов'язки, негативне ставлення до сімейного життя та виражену відсутність потреби у дітях.

Вивчення психологічної готовності студентської молоді до батьківства за даними модифікованої методики незакінчених ситуацій (МНС) для діагностики компетентності майбутніх батьків (за Н. Міхеєвою) показало, що тільки у 27% респондентів переважає високий рівень психолого-педагогічної компетентності як майбутніх батьків. Студенти з високим рівнем психолого-педагогічної компетентності продемонстрували необхідний комплекс умінь для її вирішення, вміння описати дії дитини, висловити свої почуття з приводу поведінки дитини тощо. Студенти з низьким рівнем психолого-педагогічної компетентності (44%) надали некомпетентні відповіді та відповідно виявили низький рівень психолого-педагогічної компетентності як майбутні батьки.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Батьківство розглядаємо як біологічний, психологічний, та соціокультурний феномен. Батьківство – це соціально-психологічне явище в структуру якого входять: діяльність батьків з догляду, утримання, виховання та навчання дитини; суб'єктивне сприйняття людини себе одним із батьків, яке аналізується з позицій індивідуально-особистісних особливостей батьків, сімейної системи в цілому, у взаємозв'язку з батьківськими сім'ями та системою суспільства.

Отримані за допомогою емпіричного дослідження дані дозволяють зробити висновок, що значна частина студентської молоді ще не усвідомлює відповідальності за виховання й розвиток майбутніх дітей, недостатньо обізнана щодо функцій майбутніх батьків, не усвідомлює ступінь відповідальності, яку беруть на себе батьки, що вирішили народити дитину. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці корекційно-психологічної програми щодо готовності студентської молоді до усвідомленого батьківства.

Джерела та література:

1. Бартків О. С. Усвідомлене батьківство : теоретичні аспекти / О. С. Бартків. // Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки ; Розділ V. Соціальна педагогіка – №23. – 2010. – С. 192–195.

2. Кравець В. П. Гендерна педагогіка : [навчальний посібник] / В. П. Кравець. – Тернопіль : Джура, 2003. – 416 с.
3. Кульчицька А.В. До питання підготовки фахівця з психологічного супроводу материнства та дитинства: освітній аспект / А.В. Кульчицька, Д.Т.Гошовська // Сучасна наука та освіта Волині: зб. матеріалів науково-практичної конференції, 22 листопада 2018 року, м. Володимир-Волинський / упоряд., голов. Ред.. Б.Є. Жуковський. – Луцьк: Волиньполіграф, 2018. – С. 462-465
4. Овчарова Р. В. Психологическое сопровождение родительства / Р. В. Овчарова. – М. : Институт психотерапии, 2003. – 319 с.
5. Педагогічний словник для молодих батьків. – К. : ДЦССМ, 2002. –348 с.

Дорошенко Аліна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Фенина Оксана

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

САМОМЕНДЖМЕНТ ЯК ЧИННИК ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

Постановка проблеми та її значення. Інформаційний розвиток суспільства ставить нові завдання, зокрема оволодіння стратегіями, навиками та знаннями самоменджменту, під яким розуміють управління власними ресурсами, тобто вміння їх набувати, зберігати, розвивати, раціонально використовувати і бути успішною та самодостатньою людиною. Процес самоменджменту є також фактором позитивної дії на якість життя особистості. Дослідник самоменеджменту Л. Зайверт обґрунтовано стверджує, що поліпшувати своє життя необхідно із самого себе: «Зміни себе – і ти зміниш світ навколо себе». Замість того, щоб змінювати обставини, які ми і так не в силах змінити, потрібно змінити своє відношення до них. Самоуправління та особиста відповідальність – це ключові концепти успішної особистості та її психічного здоров'я.

Мета дослідження: теоретичний аналіз проблеми самоменджменту як чинника психічного здоров'я особистості.

Виклад основного матеріалу. Управлінська самосвідомість особистості передбачає становлення внутрішньої моделі, що відображає психічну складову здоров'я. Важливою умовою розвитку індивіда є природа організму, спадщина і ті антропологічні особливості, які складають основу для розвитку особистості. Під психічним здоров'ям розуміється гармонійний розвиток психіки, відповідний віку та віковій нормі людини. Для здорової психіки характерний позитивний емоційний стан, як стійкий характер відгуків на різні події, факти. Переважний емоційний стан (радість, почуття тривоги, смуток тощо) - це настрій, емоційний фон з усіма його компонентами. Саме емоційний стан чинить потужний вплив на психічне здоров'я і є його надійним індикатором. Психічне здоров'я це: 1) відсутність

виражених психічних порушень; 2) певний резерв сил людини, завдяки якому вона може подолати несподівані стреси; 3) стан рівноваги між людиною і світом, що її оточує.

Характеристиками ефективності самоменеджменту людини є знання нею своєї індивідуальної техніки роботи, здатність піклуватися про своє здоров'я, вміння володіти емоційно-вольовою сферою, навички самодисципліни, здатність формулювати та реалізовувати життєві цілі. Системний підхід у психології управлінського розвитку особистості вимагає аналізу розвитку пізнавальної активності особистості, шляхів реалізації її психофізіологічного, соціального, професійного та морального потенціалу [3].

Завдання самоменеджменту включають і такий фактор діяльності людини, як біологічний, який містить у собі поняття природного ритму роботи індивідуально для кожної людини і поняття біоритмів. Працездатність кожної людини піддається визначеним коливанням, які відбуваються в рамках природного ритму. Говорять звичайно про «людину ранку» чи «жайворонка» і про «людину вечора» чи «сову». Пік працездатності припадає в них на різні періоди дня. Кожен з нас може пристосуватися до цих коливань своєї працездатності. Необхідно вивчити свої особливості і використовувати ці закономірності у своєму розпорядку дня. У житті кожної людини присутні і впливають три різні потоки енергії: фізичний ритм (впливає на фізичну силу і на силу волі); психічний ритм (обумовлює динаміку почуттів, настроїв, творчих сил); інтелектуальний ритм (впливає на розумові здібності) [2].

Самоменеджмент як чинник психічного здоров'я можна розглядати також через призму поняття рефлексії, яке передбачає не лише знання особистістю про себе та свою діяльність, а й про те, як його діяльність сприймають інші. Рефлексія розглядається як поняття, що характеризує форму теоретичної діяльності людини, яка спрямована на самопізнання та самоконтроль. Рефлексія, як стан, характеризує саморозкриття психіки людини. Рефлексія, як процес, синтезує всю систему інтегральних процесів і значною мірою відображається у такому синтезі [3]. Інтегральні процеси виступають проміжною ланкою, етапом і рівнем інтеграції між основними психічними процесами та цілісною структурою регуляції діяльності.

Висновки. Підсумовуючи вищевикладене, можна зробити висновок, що проблема самоменеджменту особистості лише нещодавно стала об'єктом наукових досліджень, тому досі не існує єдиного визначення цього поняття. Самоменеджмент є самоорганізацією, вмінням керувати собою та процесом управління у різних сферах, що безпосередньо пов'язане з рівнем задоволення власним психічним здоров'ям. Аналіз аспекту рефлексії як комплексного інтегруючого фактора саморегуляції дає змогу розглядати її у якості важливого чинника психічного здоров'я.

Джерела та література:

1. Вірна Ж., Фенина О. Професійний самоменеджмент особистості: монографія/ Ж. Вірна, О. Фенина. – Луцьк : Вежа-Друк, 2016. - 212с.

2. Воляннюк Н. Рефлексивність як детермінанта суб'єктності тренера-викладача / Н. Воляннюк // Соціальна психологія. – 2005. - № 2 (10). – С.114-127.

3. Зайверт Л. Ваше время – в ваших руках. Советы руководителям, как эффективно использовать рабочее время / Л. Зайверт. – М. : Экономика, 2001. – 267 с.

4. Кульчицька А.В. Особливості формування синдрому емоційного вигорання у працівників державних установ. Психічне здоров'я працівників державних установ : [монографія] / Д. П. Власюк, О. В. Кихтюк, А. В. Кульчицька та ін./ за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. - Луцьк: Вежа-Друк, 2018. – С. 58-77.

Дучимінська Тамара

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Федоренко Раїса

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Хлівна Олександра

кандидат психологічних наук, доцент,

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОДЕЛІ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Постановка проблеми. Формування родинної культури молодого покоління є надзвичайно важливим завданням сучасного цивілізованого світу, яке трактується як один із найважливіших синергетичних законів розвитку загальної базової культури особистості: родинна культура людини є результатом сформованості суспільно-значущих інтегративних якостей (репродуктивності – родовідності, педагогічного потенціалу, статевої ідентичності, гендерної своєрідності, валеологічності, інтимності; духовності – демократичності, релігійності, моральності, громадянськості, правової компетентності, обрядної традиційності; адаптивності – емпатійності. А також, комунікативності, регулятивності, колективізму, міжсусідської толерантності, міжсімейної солідарності; рекреативності – господарності, підприємливості, економічності, душевної комфортності, екологічності, домашньо-побутової естетичності), генетично заданих і соціально набутих у результаті функціонування механізму внутрішньої ціннісно-сислової регуляції родинної поведінки та зовнішніх родинних взаємин особистості у процесі її життєдіяльності та самореалізації [4].

Метою дослідження є теоретичний аналіз та емпіричне дослідження психологічних особливостей формування моделі сімейних стосунків у сучасної молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За останні десятиріччя з'явилася низка наукових досліджень і нових ідей стосовно психологічних особливостей функціонування сім'ї. Ця тема активно опрацьовується сучасними зарубіжними та вітчизняними психологами, серед яких Т. Алексеєнко, О. Безпалько, І. Гребенніков, О. Докукіна, З. Зайцева,

І. Зверева, А. Капська, І. Кон, О. Кононко, В. Кравець, Г. Лактіонова, Л. Міщик, М. Мушкевич, Р. Овчарова, В. Постовий, І. Трубавіна, Р. Федоренко, Т. Шеляг та ін. Аналізу шлюбно-сімейних стосунків, функцій сім'ї, місця сім'ї в структурі ціннісних орієнтацій особистості, факторів стабільності сім'ї присвячені праці А. Антонова, С. Голода, А. Харчева, М. Маяковського та ін. Проблемі готовності молоді до створення сім'ї, а також вивченню особливостей дошлюбної поведінки сучасної молоді присвячені праці Н. Гончарової, Т. Гурко, О. Дорохіної, Л. Шнейдер, Т. Долбик-Воробей. Проблеми вибору сімейних ролей присвячені роботи В. Антонюка, В. Матина, Н. Обозова, Н. Федотова та ін.

Теоретико-методологічні аспекти дослідження сім'ї та батьківства викладені у роботах зарубіжних психологів та соціологів, зокрема С. Гурмана, Л. Давідоффа, К. Кволса, Дж. Келлі, Р. Кемпбелла, М. Янга та ін.

Питання щодо родинного виховання засобами української етнопедагогіки розглядали З. Болтарович, К. Журба, Г. Майборода, Т. Мацейків, М. Стельмахович; сімейних звичаїв та обрядів – В. Борисенко, О. Воропай, О. Кравець, В. Скуратівський, М. Ткач; особливостей виховання дітей в українській традиційній сім'ї – О. Вишневський, В. Постовий; роль культурно-просвітницької діяльності у духовному розвитку людини – Т. Алексеєнко, Л. Бойко, Л. Миронова.

Виклад основного матеріалу. Одним із головних завдань, які необхідно вирішувати сучасній сім'ї, є підготовка дітей до майбутнього сімейного життя. Сім'я є тією первинною соціальною основою, яка формує моральний і психічний склад особистості. Психологічний клімат у родині, відносини між її членами безпосередньо впливають на шлюбні відносини (відносини між чоловіком і жінкою), на становлення особистості як сім'янина та на забезпечення наступності поколінь у сфері шлюбно-сімейних відносин [2].

Благополуччя сім'ї залежить від специфіки засвоєння ролей чоловіка і дружини, батька і матері, знання і уявлення про себе як людину певної статі із специфічними потребами, ціннісними орієнтаціями, мотивами, інтересами і формами поведінки, а також уявленнями про сімейне життя, що служить психологічною основою шлюбу і впливають на міжособистісні відносини подружжя [1].

Для кожної дорослої людини шлюб означає збагачення, наповнення свого життя новим значенням і змістом. Молоді люди вірять в те, що життя стане кращим, цікавішим після того, як вони візьмуть шлюб. Такі сподівання лежать в основі сім'ї, яку вони вирішили створити [3].

Незважаючи на численні дослідження вітчизняних і зарубіжних учених тема сім'ї є надзвичайно актуальною. Особливо це стосується досліджень орієнтації молоді відносно шлюбу і сім'ї, підготовки до шлюбно-сімейних відносин, уявлень про ідеал дружини чи чоловіка (очікувань, пов'язаних із шлюбом) та формування моделі сімейних стосунків у сучасної молоді.

Для досягнення поставленої мети було сформовано дослідницьку вибірку, яку склали 100 осіб (50 юнаків та 50 дівчат) – студенти

Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (вік досліджуваних – 17-19 років).

Діагностика прояву моделі сімейних стосунків у сучасній молоді здійснювалася за допомогою низки стандартизованих методик, зокрема, «Тест-карта оцінки готовності до сімейного життя» І. Юнди, «Опитувальника термінальних цінностей» І. Сеніна, методики «Незакінчені речення».

Емпіричні результати за методикою готовності до сімейного життя показали, що у молоді переважає рівень достатньої готовності до сімейного життя (67 %). Рівень задовільної готовності виявлено у 21 % респондентів та лише 12 % молодих людей проявили неготовність до сімейного життя. Такі показники можуть свідчити про те, що у молоді достатньо сформованими є основні компоненти готовності до сімейного життя, які включають: соціальну, фізичну, психологічну, морально-етичну готовність.

Особливої уваги заслуговує той факт, що у переважаючій більшості досліджуваних (78 %) перше місце серед значущих цінностей займає сім'я. Молоді люди впевнені, що будуть щасливими у подружньому житті. У 22 % респондентів фактор сім'ї на 2-3 позиціях.

Якісний аналіз результатів методики «Незавершені речення» дозволяє стверджувати, що студенти переважно налаштовані на побудову сильної, люблячої та стабільної сім'ї, зорієнтовані на сексуальну гармонію в сімейних відносинах, як важливу умову сімейного щастя та благополуччя. Досліджуваним притаманні високі очікування спільності в інтересах, потребах, поглядах на життя зі своїм майбутнім партнером. При цьому молоді люди не завжди готові докладати власних зусиль, очікуючи високої готовності до розуміння та певних поступок з боку партнера та оточення. Також, слід відмітити, що більшість функцій щодо ведення домашнього господарства, забезпечення сімейно-побутового комфорту перекладається на партнера. Тобто, уявлення молоді про сімейні стосунки дещо ідеалізовані та позбавлені труднощів.

Висновки. Теоретичний аналіз наукових джерел та емпіричне дослідження дали змогу виявити психологічні характеристики сформованої моделі сімейних стосунків у сучасній молоді. Результати дослідження свідчать про те, що у більшості досліджуваних достатньо сформованими є основні компоненти готовності до сімейного життя. Серед значущих цінностей перше місце займає сім'я. Молоді люди впевнені, що будуть щасливими у подружньому житті, налаштовані на побудову сильної, люблячої та стабільної сім'ї.

Джерела та література:

1. Карташова Т. Е. Молодежь и брак в современном обществе. Технологии психолого-социальной работы в условиях мегаполиса / Т. Е. Карташова // Материалы международной научно-практической конференции; Санкт-Петербург, 25–26 ноября 2010 г. – СПб. : СПбГИПСР, 2010. – 398 с. – С. 24–27.

2. Медіна Т. Батьківська сім'я як осередок підготовки до подружнього життя / Т. Медіна // Релігія та соціум. – 2011. – № 2. – С. 129-134.

3. Пителин С.М. Формирование готовности студентов к созданию семьи : автореферат дис. ... кандидата педагогических наук : 13.00.08 / Рост. гос. пед. ун-т. - Ростов-на-Дону, 2005. - 19 с.

4. Попельных Н.М. Батьківство як цінність чоловіка: індивідуальний та соціальний контекст / Н. М.Попельных // Пробл. заг. та пед. психології : зб. наук. пр. - 2011. - 13, Ч. 3.

Левак Дар'я

магістрантка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Вічалковська Наталія

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ

Одним з найефективніших засобів, який дає можливість людині відчувати багатомірність соціального та культурного життя у всіх його проявах та гармонізувати буття у соціумі є саме мистецтво, яке знаходить втілення в терапевтичному методі – арт-терапії. Саме мистецтво – це шанс проникнути у свій внутрішній світ і пізнати себе коли людина малює, ліпить з декоративної глини або втілює себе в інших видах мистецтва, це дозволяє їй розслабитися, розкритися і хоча б ненадовго опинитися в гармонії з собою.

Дослідження психологічних і педагогічних аспектів арт-терапії представлені у роботах Б. Карвасарського, О. Копитіна, А. Грішиної, Л. Лебедевої та інших. Дослідження поняття «арт-терапія» представлено у зарубіжних арт-терапевтів – Е. Крамер, М. Лібман, М. Наумбург. Теоретико-методичні аспекти арт-терапії аналізували українські вчені – О. Вознесенська, Л. Калініна, О. Смілянець, О. Сорока та інші.

Проаналізувавши сучасні підходи науковців до арт-терапії як наукової категорії визначаємо, що вони передбачають художню творчість, образотворчу діяльність для «гармонізації розвитку особистості через розвиток здібностей самовираження і самопізнання в мистецтві, у порівнянні, наприклад, з грою, що пов'язано з продуктивним характером мистецтва – створенням естетичних продуктів, що об'єктивують у собі почуття, переживання і здібності людини» [1, с. 208]. Крім того, у арт-терапії існує безліч напрямків, оскільки кожен вид мистецтва можна використовувати в психотерапії та психологічній корекції. Виділяють такі види арт-терапії: артсінтезтерапія, бібліотерапія, відеотерапія, драматерапія, ігротерапія, ізотерапія, лялькотерапія, маскотерапія, манадала-терапія, музикотерапія, пісочна терапія, глинотерапія, танцювальна терапія, казкотерапія, кольоротерапія, фототерапія, тощо.

Використання методів арт-терапії дає можливість отримати відносно величезний доступ до глибинного психологічного матеріалу і психічних

ресурсів людини завдяки різноманітним технікам, які забезпечують опрацювання несвідомих переживань.

Мистецтво створює позитивні умови для вивчення внутрішнього світу та емоційного стану особистості. Воно є своєрідним психологічним полем, на яке людина преносить свій внутрішній світ. У процесі описування того, що продукує людина, вона звертається до власного минулого досвіду, з якого і бере образи та відображає власні настрої і потреби [2]. Саме арт-терапія завжди надає ресурс, тому що зіштовхується з творчою складовою психіки, відбувається пошук можливостей зцілення, залучення внутрішніх ресурсів людини.

Крім того, арт-терапія характеризується такими ознаками:

- знімає втому, зменшує негативні емоційні стани й прояви;
- дає можливість на символічному рівні експериментувати з найрізноманітнішими відчуттями, досліджувати й виражати їх у соціально прийнятній формі;
- створює умови для експериментування з відчуттями, стимулює розвиток сенсомоторних умінь та правої півкулі головного мозку, що відповідає за інтуїцію й орієнтацію в просторі;
- розвиває відчуття внутрішнього контролю;
- спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції і зцілення;
- дає змогу корегувати взаємини на основі любові й прихильності, і тим самим, компенсувати їх відсутність у сім'ї [3].

Підводячи підсумки проведеного теоретичного дослідження, зазначимо, що арт-терапія – це зцілення за допомогою будь-якої творчості. Розглянуті наукові твердження дають можливість з'ясувати суть арт-терапії, що передбачає терапевтичний і корегувальний вплив творчості на людину. При цьому у людини в арт-терапевтичному процесі виникають нові позитивні враження, емоції і потреби. Застосування даного методу дозволяє особистості аналізувати свої особливості, діагностувати рівень розвитку самосвідомості. Арт-терапія здатна простими засобами актуалізувати внутрішній потенціал кожної людини, сприяти встановленню гармонії особистості, формувати її творчу позицію.

Джерела та література:

1. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Г. В. Бурменская, Е. И. Захарова, О. А. Карabanова [и др.] – М.: Академия, 2002. – 416 с.
2. Карвасарского Б. Д. Психотерапевтическая энциклопедия / Б. Д. Карвасарского — 2-е изд. — СПб. : Питер, 2002.
3. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Людмила Дмитриевна Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.

Огребчук Валерія

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Лазорко Ольга

доктор психологічних наук, професор,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ЕМОЦІЙНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ РИЗИКУ

Постановка проблеми. З огляду сучасної ситуації у світі можна констатувати, що ризик став невід'ємною частиною життя кожної особистості. Нинішня ситуація у світі змушує суспільство щодня ризикувати, приймати важливі рішення, обирати між декількома альтернативними варіантами без гарантії результату. На особистісному рівні спостерігається підвищення рівня прояву негативних емоційних станів таких як тривога, невпевненість, страх та відчай. Відчуття емоційної безпеки особистості у ситуації ризику являє собою впевненість індивіда у наявності власних внутрішніх ресурсів для протистояння та протидії небезпечним ситуаціям та новим загрозам. Потребу в емоційній безпеці певною мірою визначає сприйняття ризику та вибір копінг-стратегії боротьби з актуальною загрозою.

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі психологічного змісту та складових компонентів емоційної безпеки особистості в умовах ризику.

Виклад основного матеріалу. Протягом життя особистість постійно піддається різним видам ризику, часто добровільно і цілеспрямовано ставить себе в умови ризикованої ситуації попри те, що прагнення до самозбереження можна назвати одним з основних властивостей людської природи. Відчуття емоційної безпеки означає відчуття внутрішнього балансу та спокою. Людина з почуттям емоційної безпеки має глибинні базові переконання про доброзичливість навколишнього світу і про власну здатність переборювати дистрес. Важливими факторами для оптимального вирішення ситуації ризику виступає адекватне сприйняття ймовірної загрози, вибір на основі особистісного досвіду та психологічних резервів копінг-стратегії та копінг-поведінки. Результати аналізу сучасних наукових підходів свідчать, що емоційна безпека залежить від вибору індивідом копінг-стратегії у момент зіткнення з ситуацією ризику [6].

Канадський психолог В. Блатц вважав, що у моменти втрати відчуття безпеки люди мобілізують усі свої ресурси з відновлення стану емоційної безпеки [4].

Емоційна безпека складається із наступних компонентів:

1) емоційної реактивності, яка має на увазі, що при виникненні потенційно небезпечних ситуацій людина відчуває страх і реагує підвищенням пильності;

2) поведінкової регуляції - здатності особистості регулювати свою взаємодію з навколишнім середовищем, що проявляється в разі мінімізації загрозливих і потенційно небезпечних життєвих ситуацій;

3) внутрішніх уявлень, які залежать від свідомих або несвідомих схем, що існують у людини щодо потенційної небезпеки [3].

Згідно з новими дослідженнями з університету CaseWesternReserve, люди ризикують найменше, коли вони перебувають у найбільш позитивному емоційному стані. На думку доктора Х. Демари, коли особистість перебуває у хорошому настрої, вона уникає ситуацій ризику, які потенційно можуть зіпсувати їй позитивні емоції [5].

Висновки. Під час кризових ситуацій особливо загострюється питання емоційної безпеки особистості, яка являє собою відчуття внутрішньої гармонії та комфорту. У моменти зіткнення індивіда з потенційно ризикованою ситуацією основними чинниками виступають сприйняття загрози, вибір копінг-стратегії та копінг-поведінки для оптимальної реакції на ймовірну загрозу. Найважливішими компонентами емоційної безпеки виступають: емоційна реактивність, поведінкова регуляція та внутрішні уявлення щодо потенційної небезпеки.

Джерела та література:

1. Елфимова О. С. Безопасность и риск как ключевые черты современности // Риски и безопасность в интенсивно меняющемся мире. Прага, 2013. С. 36–40.

2. Зотова О.Ю. Эмоциональная безопасность личности в контексте жизненного пути / О. Ю. Зотова // Дискуссия. – 2015. – № 9 (61). – С. 76-84.

3. Солодухина О. С. Субъективное благополучие и эмоциональная безопасность личности / О. С. Солодухина // Устойчивое развитие России: Вызовы, Риски, Стратегии– Екатеринбург: Автономная некоммерческая организация высшего образования "Гуманитарный университет", 2016. – С. 330–334.

4. Blatz W.E. (1966). Human security: Some reflections. Toronto: University of Toronto Press.

5. Demaree H. Study: To protect a good mood, people play it safe [Електронний ресурс] / Heath Demaree // Case Western Reserve University. – 2019. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.technology.org/2019/03/07/study-to-protect-a-good-mood-people-play-it-safe/>.

6. Kharlamenkova N.E. Lichnostnaya bezopasnost' i strategii ee dostizheniya [Personality security and strategies for its achievement]. In Zhuravlev A.L., Tarabrina N.V. [eds.] Problemy psikhologicheskoi bezopasnosti [Problems of psychological security]. M.: Institut psikhologii RAN, 2012. pp. 133—15. (In Russ.).

Ожга Михайлина

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Дучимінська Тамара

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНОСТІ У СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

Постановка наукової проблеми. Емоційність є однією з найголовніших характеристик особистості у будь-якому віці. Усвідомлення, контроль та регуляція емоцій допомагає адаптуватися в динамічних умовах сьогодення, приймати правильні рішення, керувати поведінкою, реалізувати життєвий потенціал особистості. Особливої актуальності ця проблема набуває в період становлення студента як майбутнього фахівця. Саме тоді формується самосвідомість, власна система поглядів, переконань, знань, найбільш повно виявляється здатність студента протистояти тим емоціогенним подразникам, які можуть негативно впливати на перебіг діяльності та зберігати їх працездатність. Емоційна сфера особистості молодих людей посідає одне із ключових місць у сучасній психології. У психологічній літературі висвітлені фундаментальні теоретичні та експериментальні дослідження ролі емоцій та емоційних переживань у різних видах діяльності (Л. Аболін, Л. Виготський, Д. Гоулман, В. Джемс, М. Дьяченко, П. Зібельрман, П. Екман, К. Изард, Є. Ільїн, Г. Кириленко, С. Кравчук, А. Кульчицька, Л. Малімон, Дж. Масер, В. Мясіщев, В. Пономаренко, Т. Рібо, С. Рубінштейн, П. Соловей, та ін.).

Метою дослідження є психологічний аналіз емоційності у життєдіяльності, навчанні та професійному становленні студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Емоції становлять особливу, дуже важливу сторону внутрішнього життя людини. Всі ми в кожен момент життя перебуваємо в певному емоційному стані. Світ емоційних переживань пронизує всі сторони життя: відносини з оточуючими людьми, професійну діяльність, спілкування та пізнання навколишнього середовища. С. Рубінштейн розглядає суть емоцій через ставлення людини до дійсності. Він вважає, що відчуття – це ставлення людини до світу, до того, що вона випробовує і робить у формі переживання до навколишньої дійсності, що складає сферу емоцій або відчуттів [5].

Під емоційністю розуміється здатність людини здійснювати контроль над своїми діями, вчинками, проявами емоцій, внутрішніми бажаннями, потребами [3].

До найхарактерніших ознак емоційних явищ відносять зміни в перебігу фізіологічних процесів, емоційні переживання та зовнішні виразні рухи. Психологічний зміст емоційності визначається як здатність переживати

емоції, чутливість до емоціогенних ситуацій чи реагування на емоційні стимули [1].

Одна із найважливіших складових емоційності – це інтенсивність емоцій. А. Лазурський зазначав: «Спостерігаючи протягом тривалого часу деяких індивідумів, ми переконуємося, що у деяких з них почуття можуть досягати, при певних умовах такої інтенсивності, до якої інші виявляються зовсім нездатні. Саме цю здатність переживати при деяких сприятливих обставинах такі інтенсивні почуття, які є доступними порівняно небагатьом, ми будемо називати силою почуттів» [2, с. 223].

Емоційна сфера у студентський період стає значно багатшою за змістом і тоншою за відтінками переживань, підвищується емоційна сприйнятливність та здатність до співпереживання. Для емоційної сфери юних осіб характерні більша насиченість та гнучкість, зростання керованості та контрольованості, більша інтенсивність і стабільність емоцій. Юність характеризується розширенням кола особистісно значущих стосунків, які є емоційно забарвленими (моральні почуття, емпатія, потреба в дружбі, співробітництві та коханні, політичні, релігійні почуття). Розширюється і сфера естетичних почуттів, гумору, іронії, сарказму, своєрідних асоціацій. Одне з важливих місць починає займати емоційне переживання процесу мислення, внутрішнього життя – задоволення від міркування, творчості. Наслідком прагнення молоді людини до емоційного контакту, душевної близькості, до розуміння є перше кохання – важливе випробування в юності, яке багато в чому впливає на розвиток особистості [4].

Основою змістовною характеристикою емоцій в студентський період життя є переживання за майбутнє. Емоційна сфера молоді характеризується: багатогранністю почуттів, які переживаються ними; стійкістю емоцій і почуттів; здатністю відгукуватися на почуття інших, близьких людей; появі естетичних почуттів, що допомагає розвинути такі риси як стриманість, м'якість, чуйність, сором'язливість, співчутливість; здатністю помічати позитивне в оточуючій дійсності; більшою стійкістю і глибиною дружби.

У свою чергу слід зазначити, що навчальна діяльність студентів часто є емоційно напруженою і вміння регулювати свій стан вважається надзвичайно важливим. Проблему з емоціями, з внутрішнім станом у навчальній діяльності студенти називають однією із перших, коли мова йде про труднощі, які виникають у їхній життєдіяльності. У юнаків спостерігаються індивідуальні різниці в проявах тривожності, яка викликана певними факторами, зокрема, успішністю, положенням в середовищі ровесників, особливостями самооцінки тощо.

Висновки. Емоційність це категорія керування і регулювання емоційною сферою особистості, яка включає в себе не тільки контроль над власними емоційними реакціями, але й вплив на емоції та почуття інших людей в процесі міжособистісної взаємодії. Період навчання студентів у закладі вищої освіти характеризується високою диференційованістю емоційних реакцій і способів вираження емоційних станів, а також підвищенням самоконтролю і саморегуляції.

Джерела та література:

1. Изард К. Э. Эмоции человека / К. Изард. – СПб. : Питер, 2000. – 440 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер 2002. – 752 с.
3. Кравчук С. Л. Психологічні особливості емоційної лабільності та емоційної стійкості особистості юнацького віку / С. Л. Кравчук // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2014. – Вип. 26. – С. 308–325.
4. Павелків Р. В. Вікова психологія : підручник / Р. В. Павелків. – К. : Кондор, 2011. – 468 с.
5. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2-х т. / Акад. пед. наук СССР. – Москва : Педагогика, 1989. – 322с.

Олісейчик Катерина

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,
Крижановська Зореслава
кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

МАТЕРИНСЬКЕ СТАВЛЕННЯ ДО ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ В ПІДЛІТКОВИЙ ПЕРІОД ОНТОГЕНЕЗУ

Актуальність теми. Період ранньої дорослості має ряд своїх переломних етапів, упродовж яких здійснюються принципові трансформації ідентичності особи. Для більшості це набуття людиною нових соціальних ролей, досягнення зрілості та подолання кризових періодів. Науковці схиляються до думки про те, що вагітність і ранній період після народження дитини є часом «основних психологічних переворотів» у житті жінки, у результаті яких відбувається формування материнської ідентичності.

Мета дослідження полягає в теоретичному осмисленні материнства та емпіричному вивченні материнського ставлення до особистості в підлітковому періоді онтогенезу.

Виклад основного матеріалу. Вітчизняний науковець Г. С. Шевчук пропонує розуміти материнську ідентичність як психологічний конструкт, який виражає цілісне прийняття, усвідомлення і переживання жінкою себе як матері та своєї особистісної самореалізації в материнстві. Вчена звертає увагу на те, що материнська ідентичність є центральним утворенням материнської потребнісно-мотиваційної сфери, соціально-психологічним результатом когнітивно-емоційних та ціннісних процесів ідентифікації жінки з роллю матері [4].

На думку О. Н. Калініної, материнська ідентичність жінки складається з трьох компонентів: когнітивного, афективного та поведінкового. Когнітивний компонент уключає всю інформацію про дітей у цілому і про свою дитину зокрема, яку мати черпає з найрізноманітніших джерел. Афективний компонент є емоційною частиною особистості кожної матері. Це все те, що пов'язано зі сприйняттям дитини. Поведінковий компонент

визначається поведінкою матері у взаємодії з дитиною. Між трьома компонентами відбувається постійна мікроциркуляція інформації. Зміна будь-якого з них спричиняє зміну материнської ідентичності в цілому [3].

Дослідження материнства продовжено в працях З. Крижановської, спрямованих на вивчення емоційної сфери матері [3].

Вивчення західних психологічних досліджень материнства дало змогу визначити, що вони проводяться в межах таких напрямів, як культурологічний; етологічний; психоаналітичний; теорії соціального наслідання; теорії материнської депривації. Отож, у зарубіжній психології материнство розглядають як феномен культури, як біологічно закріплену поведінку і як специфічний тип взаємодії. У пострадянській науці психологічне дослідження материнства проводиться за такими напрямками: взаємодія матері та дитини; вивчення материнства в ситуації девіації; материнство як самостійний психологічний феномен [2].

Емпіричне вивчення проблеми дослідження здійснювалося за допомогою опитувальника батьківського відношення (ОБВ), А.Я. Варга, В.В. Століна. Вибірку дослідження представили матері дітей підліткового віку в кількості 35 осіб. Вік та інші характеристики досліджуваних не аналізувалися.

Таблиця 1

Результати опитування досліджуваних за методикою ОБВ

А. Я. Варга

Середні значення показників батьків				
Прийняття-відхилення	Кооперація	Симбіоз	Авторитарна гіперсоціалізація	«Маленький невдаха»
42.7	43.4	35.2	18.7	6.4

Дані таблиці вказують на те, що середні значення показників «прийняття-відхилення» та «кооперація» характеризуються високим рівнем даного материнського ставлення. Середні значення показника «симбіоз» знаходиться у нормі, а показник «авторитарна гіперсоціалізація» визначається рівнем нижче середнього, а «маленький невдаха» має низький рівень показника.

За допомогою методики «Опитувальник батьківського ставлення» А. Варга, В. Століна, виходячи з отриманих результатів якої, ми можемо зробити **висновок**, що материнське ставлення до підлітків має бажаний прояв ставлення. Матері зацікавлені в справах дитини, прагнуть у всьому їй допомогти, високо оцінюють інтелектуальні здібності дитини, допомагають та підтримують. було виявлено, що найбільш важливим для сім'ї є згуртованість, експресивність, що говорить про те, що члени сім'ї піклуються одне про одного, мають приналежності до сім'ї, злагожденості, дозволяється відкрито діяти і виражати свої почуття.

Джерела та література:

1. Исенина Е. О. О некоторых понятиях онтогенеза базовых качеств матери / Е. О. Исенина // Журн. практ. психолога. – 2000. – № 4. – С. 4–63. Isenina E. O. O

nekotorych ponjatijach ontoheneza bazovych kachestv materi [On some concepts of mother's basic featurer] / E. Isenina // Zhurnal prakticheskoho psycholoha. – 2000. – № 4. – P. 49–63.

2. Овчарова Р. Психология родительства / Р. Овчарова. – М. : Академия, 2005. – 368 с. Ovcharova R. Psycholohija roditelstwa [Psychology of Parenthood] / R. Ovcharova. – Moskow : Akademija, 2005. – 368 p.

3. Крижановська З. Ю. Емоційні особливості жінки в процесі реалізації материнської ролі / З.Ю.Крижановська // Психологічні перспективи : зб. наук. Праць. – Луцьк : Вежа, 2013. – Вип. 23. – С. 148 – 159.

4. Крижановська З. Ю. Психологічні особливості сприймання професійного персонального іміджу жінки-викладача студентами вищого навчального закладу / З. Ю. Крижановська // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – К.: Видавництво «Фенікс», 2015. – Т. XII. Психологія творчості. – Випуск 21. – С. 238 – 246. – (у співавторстві).

Сильмаха Анна

студентка факультету психології та соціології,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,

Кульчицька Анна

кандидат психологічних наук, доцент,
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ПОВЕДІНКОВІ І КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВІ МОДЕЛІ ПРАКТИКИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

Постановка наукової проблеми та її значення. Сьогодні людство дедалі більше усвідомлює важливість здорового розвитку та гармонії внутрішнього всесвіту, а іншими словами важливість психічного здоров'я. З досліджень відомо, що проблеми з психічним здоров'ям доволі поширені у наш час. Одним із методів крекції є когнітивно-поведінкові моделі роботи практичного психолога з клієнтом. Тому одрану тему вважаємо актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поведінкові і когнітивно-поведінкові моделі практики досліджували Абрамова Г.С, Дьяченко М.І., Лебединский М.С., Осипова А.А., Абрамова Г. С., Балл Г. А., Бондаренко А. Ф. , Бурлачук Л. Ф., Грабська І.А., Кочарян А.С. та інші визначні вчені.

Метою дослідження є вивчення концептуальних моделей поведінкових і когнітивно-поведінкових практик в роботі психотерапевта.

Виклад основного матеріалу. Поведінкова психотерапія – різновид психологічної терапії, один із методів психологічної інтервенції, та корекції психічних розладів, розроблений на основі принципів біхевіоризму. КПТ (когнітивно-поведінковатерапія) – метод психотерапії, що спирається на положення про визначальну роль пізнавальних процесів (і в першу чергу мислення) у виникненні різного роду психологічних проблем і психічних відхилень (когнітивна терапія). На цій базі формуються поведінкові особливості, які можуть ставати дезадаптивними.

Поведінкова терапія дозволяє не тільки рефлексувати, а й вимірювати відбуваються зміни з клієнтом, забезпечувати просування клієнта до

поставлених цілей. Фундаментальні ідеї даного методу базуються на тому, що поведінка людини детермінована, а неадекватні форми поведінки, сформовані в процесі життєдіяльності, можливо скорегувати за допомогою терапевтичних методів.

Іншим важливим твердженням є те, що поведінкова терапія являє собою керований процес. Вона спрямована на навчання клієнтів позитивним моделям поведінки.

У процесі поведінкової терапії, незалежно від типу розладів, що лікуються, виділяють чотири фази: діагностична – проведення співбесіди, виявлення розладу, визначення способу формування розладу та рівня мотивації пацієнта до зміни; спонукання до мотивації – спонукання пацієнта до позитивних очікувань на лікування, а також залучення пацієнта до відповідальності за психотерапію; застосування специфічної терапевтичної процедури та закріплення змін, що виникають під час психотерапії – визначення завдань, які клієнт виконує самостійно або за допомогою членів сім'ї для збереження бажаної поведінки.

В поведінкових підходах людина розглядається як індивід, що має проблеми з поведінкою. Людина розширює свої моделі поведінки через процеси соціального навчання, пізнаючи свої помилки. У процесі соціальної роботи створюються умови для вивчення механізмів індивідуальної поведінки, формується досвід продуктивної поведінки для реального навколишнього середовища.

У свою чергу, навколишнє середовище розглядається як джерело управління стимулами і підкріпленням; воно або формує, або нейтралізує поведінку клієнта. Звідси висновок – індивіди мають труднощі, коли поведінка неадаптивно, внаслідок невідповідних або неадекватних систем підкріплення в навколишньому середовищі. Тому в поведінкових моделях соціальної роботи процес оцінки зосереджений на поведінкових аспектах індивідуального функціонування, а проблема клієнта визначається в термінах неадаптивної поведінки в контексті рефлексії навколишнього середовища.

В основі теорії когнітивно-поведінкової терапії лежать уявлення про те, що поведінка людини детермінована і її «неадекватні» форми піддаються корекції за допомогою індукованих процесів навчання. Іншою важливою тезою даної теорії є положення про те, що всі форми поведінки можна спостерігати, а когнітивна поведінка підкоряється законам навчання.

У двох словах можна сказати так: когнітивна модель передбачає те, що дисфункціональне мислення (яке впливає на настрій і поведінку людини) характерно для всіх видів психічних порушень. Коли люди навчаються оцінювати своє мислення більш реалістично і адаптивно, поліпшується їхній емоційний стан і поведінка.

Характеристика методу когнітивно-поведінкової терапії:

- думки є причиною емоцій та дій.
- фокус робиться на теперішній стан (думки, емоції, поведінку).

Минуле клієнта використовується переважно як матеріал для пошуку

контраргументів для ірраціональних переконань та зміни теперішніх когнітивних схем.

– КПТ – це співробітництво клієнта та терапевта. Пацієнт визначає цілі, виражає те, що його турбує, навчається та вчиться використовувати те, чому навчився. Терапевт – допомагає клієнту із визначенням цілей, слухає, навчає та заохочує.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Поведінкові та когнітивно-поведінкові моделі практики – це складний процес роботи психотерапевта з клієнтом, розроблений на основі законів поведінкової психології. Практики поведінкових та когнітивно-поведінкових робіт ґрунтуються на тому, що поведінка людини детермінована, а неадекватні форми поведінки, сформовані в процесі життєдіяльності, можливо скорегувати за допомогою терапевтичних методів, робота полягає у скеруванні на навчання клієнтів позитивним моделям поведінки. Оскільки дані практики полягають у співпраці психотерапевта з клієнтом, робота можлива лише при мотивації самого клієнта до того, щоб сприяти одужанню і вирішенню ситуацій, які привели його до психотерапевта, а від психотерапевта вимагається ще більше уваги стосовно дій клієнта та його адаптації. Перспективи подальших досліджень вбачаємо у дослідженні інших терапевтичних методів практичного психолога.

Джерела та література:

1. Гамбрілл Е. Д. Бихевиористський підхід Е. Д. Гамбрілл // Енциклопедія соціальної роботи: в 3 т. / Пер. з англ. Т. 1. М., 1993. С. 81-87.
2. Д. Весторук, Г. Кеннерлі, Д. Кірк. Вступ у когнітивноповедінкову терапію. Переклад – «Свічадо»
3. Лебединский М.С. «Очерки психотерапии» / Лебединский М.С. М., 2001.
4. Абрамова Г. С. «Введение в практическую психологию» / Г. С.Абрамова. – Екатеринбург «Деловая книга» опублікований в праці «ACADEMIA», 1995.
5. Балл Г. А. «Психология в рациогуманистической перспективе» : обрані роботи / Г. А.Балл. – К. : «Основа», 2006.
6. Бондаренко А. Ф. «Психологическая помощь: теория и практика» / А. Ф. Бондаренко. – изд. 4-е, испр. и доп. – К. : «Освіта України», 2007
7. Бурлачук Л.Ф. и др. Б91 Основы психотерапии: Учебн. пособие для студентов вузов, которые обучаются по спец. «Психология», «Соц. педагогика» / Л.Ф. Бурлачук, И.А. Грабская, А.С. Кочарян. — К.: Ника-Центр; М.: Алетея, 1999. — 320 с.

Шевчук Вікторія

кандидат психологічних наук, доцент,

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ ТА СХИЛЬНІСТЬ ДО НАСИЛЬСТВА У ПІДЛІТКІВ ІЗ РОЗЛАДАМИ РОЗВИТКУ ЗДІБНОСТЕЙ ДО НАВЧАННЯ

Постановка проблеми. Останнім часом зросла кількість дітей та підлітків з вадами розвитку. Зокрема, збільшилося підлітків із розладами

розвитку здібностей до навчання. Проблема прояву насильства у поведінці таких підлітків є досить актуальною у сучасній психології.

Метою нашого дослідження є вивчення типу акцентуацій характеру та схильності до насильства у підлітків із розладами розвитку здібностей до навчання.

У своєму емпіричному дослідженні ми користувалися опитувальниками визначення схильності до поведінки, що відхиляється за О.М. Ореломта акцентуацій характеру і темпераменту Леонгарда-Шмішека. Емпіричною базою дослідження стали 60 підлітків із розладами психічного розвитку, які навчаються у спеціалізованій школі м. Полтави.

Аналіз останніх досліджень. Особливості негативних проявів поведінки у підлітковому віці, акцентуації характеру, невротичні зриви, розглянуті у працях В.М. Бехтерева, П.В. Борисової, І.С. Булах, І.М. Бутай, Н.В. Волкової, П.Я. Ганнушкіна, І.К. Йокубаускайте, О.С. Іванової, О.В. Кебрікова, К. Леонгарда, А.Є. Лічко, О.О. Назарчук, Я. М. Николаєнко, С.І. Подмазіна, В.М. Рибачук, О. М. Чайковської, Л.В. Шиповоїта ін.

Виклад основного матеріалу. Результати емпіричного дослідження з використанням опитувальника акцентуацій характеру і темпераменту Леонгарда-Шмішека свідчать, що у 40 % опитаних підлітків із розладами розвитку здібностей до навчання переважає демонстративний, збудливий – у 27 % та гіпертимний – у 22%. Тривожний та циклотимічний становить по 4 %.

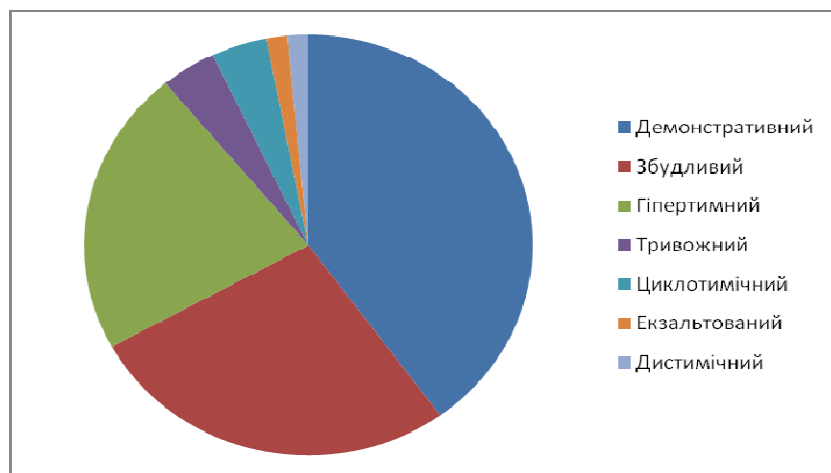


Рис. 1. Результати дослідження акцентуацій характеру і темпераменту Леонгарда-Шмішека у підлітків із розладами розвитку здібностей до навчання

Отримані результати дозволяють стверджувати, що опитаним підліткам із розладами розвитку здібностей до навчання характерна недостатня керованість, слабкість вольового контролю над потягами та емоційними реакціями, роздратованість, конфліктність, імпульсивність, грубість.

Окрім того, для таких підлітків є характерною схильність до насильства, яка була виявлена на основі використання методики визначення схильності до поведінки, що відхиляється за О.М. Орелом. За шкалою схильності до агресії та насильства 76 % підлітків показали високі показники.

Дані показники корелюють із дослідженнями О.О. Назарчук [1, с. 34] та О.М. Чайковської [2, с. 733], які також виявили, що демонстративна, збудлива та гупертимна акцентуації характеру впливають на агресивність, ворожість та делінквентність у поведінці.

Таким чином, можна говорити про залежність акцентуації характеру та схильності до насильства. Характерним є те, що підлітки із розладами розвитку здібностей до навчання, для яких характерним є збудливий та демонстративний тип акцентуацій виявили найбільшу схильність до насильства.

Джерела та література:

1. Помиткіна, Л.В.(2017). Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень. К.: Аграр Медіа Груп, 2017. 340 с.
2. Чайковська, О.М. (2010). Вплив акцентуацій характеру на девіантну поведінку підлітків. Проблеми сучасної психології. Вип 9, 725-734.

ДЛЯ ПОДАТОК

ДЛЯ НОТАТОК

Наукове видання

**ОСОБИСТІТЬ І СУСПІЛЬСТВО:
МЕТОДОЛОГІЯ ТА ПРАКТИКА СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Матеріали VII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції

(13 травня 2020 року)

**PERSONALITY AND SOCIETY:
METHODOLOGY AND PRACTICE OF MODERN
PSYCHOLOGY**

VII International Internet Conference
Book of Abstracts

(May 13, 2020)

Друкується в авторській редакції
Верстка І. В. Грубій

Відповідальність за достовірність фактів, власних імен, цитат, цифр та інших відомостей несуть автори публікацій.

Підписано до друку 30.04.2020. Формат 60x84 ¹/₁₆.

Ум. друк. арк. 6. Зам. ____. Наклад 100 пр.

Папір офсетний. Гарнітура Times. Друк офсетний.

Друк ПП Іванюк В. П. 43021, м. Луцьк, вул. Винниченка, 65.

Свідоцтво Держкомінформу України

ВЛн № 31 від 04.02.2004 р.