



УНІВЕРСИТЕТ імені АЛЬФРЕДА НОБЕЛЯ

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

*X Міжнародна науково-практична конференція
студентів, аспірантів і науковців*

ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ У СУЧАСНОМУ ВИМІРІ

Тези доповідей

28 березня 2019 р.

Дніпро
2019

Організаційний комітет:

Б.І. Холод, доктор економічних наук, професор, голова оргкомітету;
Н.П. Волкова, доктор педагогічних наук, професор, заступник голови;
І.Г. Батраченко, доктор психологічних наук, доцент;
І.В. Гаркуша, кандидат наук із соціальних комунікацій;
Н.В. Грисенко, кандидат психологічних наук;
О.А. Дніпрова, кандидат медичних наук, доцент;
В.О. Бикова, кандидат педагогічних наук, доцент;
Т.В. Єрмолаєва, старший викладач;
О.І. Крамар, викладач.

П 69 Практична психологія у сучасному вимірі: X Міжнародна науково-практична конференція студентів, аспірантів і науковців: тези доповідей, Дніпро, 28 березня 2019 р. — Дніпро: Університет імені Альфреда Нобеля, 2019. — 212 с.

ISBN 978-966-434-455-2

Збірник містить тези доповідей учасників X Міжнародної науково-практичної конференції «Практична психологія у сучасному вимірі», у яких досліджується місце практичної психологічної науки у сучасному суспільстві.

УДК 159.922

Відповідальна за випуск:

Т.В. Єрмолаєва, старший викладач кафедри педагогіки та психології.

Матеріали друкуються в авторській редакції.

ЗМІСТ

Blavatska I. COMMUNICATION AS A SOCIOCULTURAL VALUE.....	9
Fayerman O. COMMUNICATION AND CONFLICT IN THE MALE-FEMALE “CONNECTION”	10
Sapozhnykova D. THE ROLE OF POZITIVE THINKING IN THE HIGH SCHOOL STUDENTS EDUCATION.....	11
Stanivchuk A. SOCIO-PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES OF LEARNING FOREIGN LANGUAGES	13
Stanishevska Y. EATING DISORDERS AS ONE OF THE MAIN PROBLEMS OF OUR MODERN SOCIETY	15
Trefilova S. PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF FOREIGN LANGUAGE LEARNING AT EARLY AGE.....	16
Абрамова Д.В. ОСВІЧЕНІСТЬ ЯК ЗАПОРУКА ПОДОЛАННЯ ГОМОФОБІЇ	17
Абрамова Д.В. НЕКОМПЕТЕНТНІСТЬ ПСИХОЛОГІВ ЯК НАСЛІДОК ПРОФЕСІЙНОЇ НЕКОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ	19
Аксьонова К.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ	20
Аминбаева Б.М., Аминова К.М. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИНЯТИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ	22
Андрющенко В.Г. ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ УВАГИ ТА ПАМ'ЯТІ.....	24
Андрющенко І.Ю., Скачко В.Г. ПРОБЛЕМАТИКА ДОСЛІДЖЕННЯ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї В УКРАЇНІ	25
Анюхіна А.Ю. АНАЛІЗ УЯВЛЕНЬ ПРО ФУНКЦІЇ ПСИХОЛОГА В ОРГАНІЗАЦІЇ	26
Артеменко А.В. ГЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ОБРАЗУ ТІЛА	28
Атаманенко О.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АКАДЕМІЧНОЇ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У СТУДЕНТІВ	30
Балицкий С.Е. НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА (НА ПРИМЕРЕ АНГЛИЙСКОГО)	32
Батраченко І.Г. ХОДЬБА У ПРЕДМЕТНОМУ ПОЛІ ЕКОПСИХОПЕДАГОГІКИ.....	34
Бодрієнко В.Я. НЕБАЖАНА ВАГІТНІСТЬ У РАНЬОМУ ВІЦІ	35
Бойко О.С. ТРИВОЖНІСТЬ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРУ	37
Брус Т.В. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ДИТЯЧОМУ ВІЦІ.....	38

Булгак М.В. ПОЛІТИЧНИЙ ІМІДЖ КАНДИДАТІВ ТА СВІДОМИЙ ВИБІР ЕЛЕКТОРАТУ	41
Бурхович А.В. ФЕНОМЕН САМОТНОСТІ ТА ЖИТТЄВИЙ СЦЕНАРІЙ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	44
Вовк М.С. УСПІШНІСТЬ ТА ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ	46
Ворожейкіна О.Д. СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ.....	48
Гарамай Г.Ю. ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ	49
Гаркуша І.В. ЩОДО МЕТОДІВ ПРОТИДІЇ МАНІПУЛЯТИВНОМУ РЕСУРСУ ЗМІ.....	50
Глоба А.В. ФЕНОМЕНОЛОГІЯ КОШМАРНИХ СНОВИДІНЬ.....	51
Глухова А.О. АСЕРТИВНА ПОВЕДІНКА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ СПОСІБ ВЗАЄМОДІЇ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	54
Гнатова А.В. КІБЕРБУЛІНГ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ДЕВІАЦІЙ У ПІДЛІТКІВ.....	56
Голоборща К.К. ЩАСТЯ ЯК ОСОБИСТА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ КОЖНОЇ ЛЮДИНИ	57
Грубова К.І. ФУНКЦІЇ, ЗАСОБИ ТА ТИПИ СПІЛКУВАННЯ	59
Гутнік І.О. ПРАКТИЧНИЙ КОМПОНЕНТ НА ЗАНЯТТЯХ З ОСНОВ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ	61
Дніпрова О.А., Єрмолаєва Т.В. КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	64
Донець О.І. ВІК ОСОБИСТОСТІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНСТРУКТ	67
Донець А.О. ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ МУЛЬТФІЛЬМІВ НА РОЗВИТОК ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	68
Земляний О.Б. РІЗНОМАНІТНІСТЬ ВПЛИВУ МУЗИКИ НА НАСТРІЙ, ЕМОЦІЇ, ПЕРЕДАВАННЯ ІДЕЙ ТА ІДЕАЛІВ.....	71
Зоря А.О. ЩОДО ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ ОСОБИСТОСТІ.....	72
Ибраймова А. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	74
Іваніна Д.С. СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ	76
Кайко В.І. ЩОДО ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	79
Камінська О.А. МОТИВАЦІЙНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ.....	81
Капінус Г.В. САМООЦІНКА ТА РІВЕНЬ ДОМАГАНЬ.....	82
Карєпова Э.В. ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ КАК КОМПЛЕКСНЫЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТИ	84

Карпова М.Є. ПОГЛЯДИ ДОСЛІДНИКІВ НА РИЗИКИ ТЕХНОЛОГІЙ КОМАНДОТВОРЕННЯ	88
Кісельова Д.М. АКУЛЬТУРАЦІЯ: КУЛЬТУРНИЙ ШОК	90
Коваленко С.О. ПРОДУКТИВНА УЯВА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЗДІБНОСТЕЙ ДО НАВЧАННЯ	92
Кожухова Х.В. РОЗВИТОК В УЧНІВ УМІННЯ УПРАВЛЯТИ ІНФОРМАЦІЙНИМИ ПОТОКАМИ	95
Кожушкіна Т.Л. ОСОБИСТІСНИЙ КРИТЕРІЙ КУЛЬТУРИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ	98
Козлов О.А. РОЛЬ БАТЬКІВ І ПЕДАГОГІВ У РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	101
Кононенко К.С. МОЖЛИВОСТІ МАНІПУЛЮВАННЯ СВІДОМІСТЮ МАС В ТЕОРІЇ ДЖ. ОВЕРТОНА	104
Котельникова Г.О. ФЕНОМЕН ЛЮДСЬКИХ ЗАБОБОНІВ	106
Котельникова Г.О. МАНІПУЛЯЦІЯ ЯК ЗАГАЛЬНОСОЦІОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН	107
Котова А.В. ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИТКОВИХ ЗАНЯТЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИЧНОГО СПЕКТРА	108
Кошельник А.М. ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ	110
Кравченко В.О. ХАРАКТЕР І ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ	111
Крамар О.І. ЗМІНА ПОЗИЦІЇ БАТЬКІВ УПЕРТИХ ДІТЕЙ	112
Кріпак Т.В., Ломазова В.Б. СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА КОПІНГ-СТАТЕГІЇ У ПСИХОЛОГІВ ТА ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ	115
Лисак Г.Є., Діса О.В. НЕНАСИЛЬНИЦЬКІ МЕТОДИ ВИХОВАННЯ	117
Макарова А.Ю. ФЕНОМЕН ЛІЧНОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ	119
Максюта О.В. ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТ В РОБОТІ З КЛІЄНТОМ ДЛЯ ВИРІШЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ СОЦІАЛЬНИХ ТА ПСИХОСОМАТИЧНИХ ПРОБЛЕМ	121
Манько П.Ю. КАЗКОТЕРАПІЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ	123
Мартиновський Є.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ГРАЛЬНОЇ ТА КІБЕРКОМУНІКАТИВНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ	126
Марченко М.Т., Зеленська В.А. ЗАЛЕЖНІСТЬ ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ ВІД АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ	128
Меркулова Т.С. ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ УВАГИ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ	130

Місюра О.І. ВИСОКІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ПЛИВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ.....	131
Мищенко Є.В. ПРОБЛЕМА ПРАВДИ ТА ПРАВДИВОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	132
Некрасова Г.В. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ У ВНЗ.....	134
Носенко Д.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДА У НАТОВПІ.....	135
Нурабуллаєв Т. СТРУКТУРА И ПОТРЕБНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА	138
Олійник І.В. СТРУКТУРА ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ДОКТОРІВ ФІЛОСОФІЇ	140
Осокіна Д.О., Осокін Є.С. ЗАЛЕЖНІСТЬ РІВНЯ СУЇЦИДАЛЬНОГО РИЗИКУ ВІД ДЕЯКИХ ОСОБИСТІСНИХ РИС	143
Павлова Ю.В. ДИТЯЧІ СТРАХИ.....	145
Паніна К.М. ТВОРЧІСТЬ ЯК ОДИН ІЗ ЧИННИКІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА	146
Панченко Д.О. ХАРЧОВА ПОВЕДІНКА ЛЮДИНИ ЯК ПРЕДМЕТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	148
Пашенко І.А. КОНФЛІКТИ В СТУДЕНТСЬКОМУ СОЦІУМІ.....	150
Пеня В.В. ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ ЖІНКИ	151
Перекопська А.С. ДОКІР ЯК ІНСТРУМЕНТ МАНІПУЛЯЦІЇ ВИКЛАДАЧА ВНЗ СТУДЕНТАМИ.....	153
Петерс В.В. ПОДРУЖНЯ ЗРАДА: ГЕНДЕРНИЙ ТА СТАТЕВИЙ АСПЕКТ	156
Писарева Г.В. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІОНОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ З ДЦП	158
Повстюк О.Ю. ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО ПОДРУЖЖЯ.....	159
Половинкін О.О. САМОТНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ	161
Прокопенко М.В. РІВЕНЬ ЕМОЦІЙНОГО ТА СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКІВ	163
Прус Т.М. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ-СИРІТ ТА ДІТЕЙ, ПОЗБАВЛЕНИХ БАТЬКІВСЬКОГО ПІКЛУВАННЯ В ПРИЙОМНИХ СІМ'ЯХ І ДИТЯЧИХ БУДИНКАХ СІМЕЙНОГО ТИПУ.....	165
Райдберг Д.О. ФЕНОМЕН ІРРАЦІОНАЛЬНОГО МИСЛЕННЯ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.....	166

Расулова Е.Т. ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ	168
Романюк О.О. СУЧАСНА СІМ'Я ТА СІМЕЙНІ ЦІННОСТІ	171
Романюк О.О. ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ.....	172
Сапаров Ш.Б. ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ПОДРОСТКОВ	174
Саркисян А.Е. ІНФОРМАЦІЙНА ПСЕВДОДЕБІЛЬНІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	176
Сидоренко А.О. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СТРАХІВ, ТРИВОЖНОСТІ ТА ТРИВОГИ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА.....	178
Слущкий Я.С. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ АДАПТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ УНІВЕРСИТЕТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА ТЕХАСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ В ОСТІНІ (США).....	182
Стратийчук Ю.В. РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ.....	184
Сільченко А.А. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ.....	186
Титова М.В. ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ ТА БАТЬКІВСТВА	187
Токманцева І.О. СОЦІАЛІЗАЦІЯ ДІТЕЙ ІЗ СИНДРОМОМ ДАУНА.....	189
Троян А.Г. ТРУДНОЩІ В ЗАСВОЄННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛЕКСИКИ СТУДЕНТАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ	191
Тундаєв С. М. ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ КОНКУРЕНТНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	193
Флоря О.С. ЩОДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ БІЙЦІВ АТО.....	196
Худайбергенова Г. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕСУРСНОСТИ ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА.....	197
Цыганок Е.О. ПРОЯВЛЕНИЕ АГРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ.....	200
Черенко Є.О. ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ	201
Чорнобривець В.Е. ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї.....	203
Шевцова А.П. СХИЛЬНІСТЬ ДО ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ ЗАЛЕЖНО ВІД РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУ	205
Шелест А.О. ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	206

Шеримбетова З. КРИТЕРИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ.....	209
Шийка А.О. ДИСОЦІАТИВНИЙ РОЗЛАД ОСОБИСТОСТІ	210

COMMUNICATION AS A SOCIOCULTURAL VALUE

Modern scientists define communication as one of the main activities.

Summarizing the views of scientists, it can be concluded that communication is a separate activity. When analyzing the communication, it is commonly to distinguish three sides: perceptual, interactive, communicative.

The perceptual side of communication is the process of forming the image of another person, which is achieved by «reading» the physical characteristics of a person, his psychological qualities and behavioral peculiarities. The main means of human cognition are identification (assimilation) and reflection (understanding how other people perceive the subject of knowledge). The connection of communication with a certain character of relations between people is revealed during the emotional regulation of the perceptual process, in particular, in the phenomenon of attraction. Consideration of the main sides of communication in unity is an important condition for optimizing the joint activities of people and their relationships.

Communication can be considered in two main aspects – as the mastering of sociocultural values by an individual, and as its self-realization as a creative, unique individuality during social interaction with other people.

Based on the concept of A.A. Leontiev and his analysis of communication as an activity and denoting it as «communicative activity», consider its main structural components. Thus,

- *object of communication* – another person, partner in communication as a subject;
- *communication need* – human desire for knowledge and evaluation of other people, and through them and with their help – for self-knowledge, self-evaluation;
- *communicative motives* – something for which communication is undertaken;
- *communication activities* – units of communicative activity, an integral act addressed to another person (two main types of activities in communication – initiative and responsive);
- *communication tasks* – is a goal, to achievement of which in a specific communicative situation directed various actions, performed in the process of communication;
- *communication product* - material and spiritual derivations, created as a result of communication.

The process of communicative activity is built as «system of conjugated acts». Each such «conjugated act» is the interaction of two subjects, two endowed with the ability to initiative communication of people. According to M.M.

Bakhtin, this shows the dialogueness of communication activity, and a dialogue can be considered as a way of organizing the «conjugated acts».

Thus, the dialogue is a real unit of communicative activity. In turn, acts of utterance and hearing are the elementary units of dialogue. However, in practice, the person plays the role of not just the subject of communication, but also the subject-organizer of the communicative activity of another subject. An individual person, group of people or a mass can become such subject.

*Scientific Supervisor: I.V. Harkusha, PhD,
Candidate of Social Communication.*

O. Fayerman,
*Masters of Science in Special Education,
Masters in Psychology, New York, USA*

COMMUNICATION AND CONFLICT IN THE MALE-FEMALE “CONNECTION”

Because we are social beings, having close relationships is important to us all – for our happiness and emotional well-being, physical health and longevity. Yet sadly, we live in a society where 40 to 50 percent of first marriages are likely to end in divorce. With at least one previously divorced partner, the odds of divorce are even greater (Gottman, 2012).

Disagreements about sex, children, in-laws and other matters can stir conflict in close relationships. Research shows that economic pressures, in particular, put an enormous amount of strain on material relations (Conger, 2009). When relationships break up, communication problems are among the most common causes cited by couples (Sprecher, 2004). Comparisons between happy and distressed couples have revealed a number of communication patterns that often occur in troubled relationships (Fincham, 2013).

One pattern is called negative affect reciprocity – an exchange of expressions of negative feelings. Expressions of negative affect within a couple trigger more in-kind responses than do expressions of positive affect. For couples in distress, smiles pass by unnoticed, but every glare, every disgusted look, provokes a sharp reflex-like response. The result is inability to break the vicious cycle and terminate the unpleasant interactions (Gottman, 2012).

Men and women react differently to conflict. Women usually report more intense emotions and are more expressive (Grossman & Wood, 2003). The wife tells her husband to “warm up”, while he urges her to “calm down”. Thus, unhappy marriages also tend to be characterized by a demand/withdraw interaction pattern, in which the wife insists on discussing the relationship problems, only to become frustrated when her husband withdraws from such discussions (Christensen & Heavey, 2003). According to John Gottman (2004),

there is nothing intrinsically right or wrong with either approach to dealing the conflict. The problem lies in discrepancy – that healthy relationships are most likely when both partners have similar styles of dealing with conflict.

Whatever one's style, there are two basic approaches to reducing the negative effects of conflict. The first is to increase rewarding behaviour in other aspects of the relationship. According to Gottman and Levenson (2002), marital stability rests on "Fairly high balance of positive to negative behaviors". If there's a conflict over the issue, partners can and should search for other ways to reward each other. The second approach is to try to understand the other's point of view. Being sensitive to what the partner thinks and how he or she feels enhances the quality of the relationship (Hineycutt et al., 2003).

The attributions that partners make for each other's behaviour are correlated with the quality of their relationship (Harvey & Manusov, 2001). Happy couples make relationship-enhancing attributions. They see the partner's undesirable behaviors as caused by factors that are situational ("a bad day"), temporary ("it'll pass"), limited in scope ("that's just a sore spot") and desirable behaviors as caused by factors that are inherent in the partner, permanent, generalizable to other aspects of the relationship.

By contrast, unhappy couples make the opposite attributions, called distress-maintaining attributions. Thus, while happy couples minimize the bad and maximize the good, distressed couples don't give an inch. By tracking married couples in multi-year longitudinal studies, researchers have found that husbands and wives who made distress-maintaining causal attributions early in their marriage reported less satisfaction at a later point in time (Fancham et al., 2000). The link between causal attributions and marital bliss or distress may be reciprocal, with each influencing the other.

D. Sapozhnykova,

*Student of the International Business Administration,
University of Vienna, Austria*

THE ROLE OF POZITIVE THINKING IN THE HIGH SCHOOL STUDENTS EDUCATION

Value of a positive outlook on life, perhaps, has never really been in doubt. Positive-minded individuals will be more successful in activities that abound in uncertainty and require persistence and perseverance, as well as in activities that are associated with frequent failures, which causes are poorly controlled (eg, the intentions of other people).

On this basis, the following question arises "Why in the modern educational system there is no place for the subject which would teach a child positive thinking?" Perhaps no scientific application of this subject would be

found, but the fact is undeniable that, thanks to the skills of positive perception of reality, the person would cope with life's setbacks and personal crises easier. Positive thinking is a huge individual effort! But to learn (yes, to learn) it at our time of constant stress, is really necessary. As it is known, that academical problems can equally both discourage from a subject, or motivate to further more assiduous educational activity. Probably, being guided by the knowledge received from a course of positive thinking during training in the senior classes, the success in leading juvenile activity would be significantly higher, more adequate personality evaluation would be formed and cases of negative "I – conception" formation would decrease, that would relieve a lot of problems in the future.

Since the 1960's psychologists and psychotherapists have begun to study the cognitive patterns that were typical for the people who inclined to negative or positive perception of themselves and of reality. George Goodheart, and Gian Caprara considered positive thinking, in particular, as a way of explaining success and failures, and found that positive expectations and self-appraisal carry out an important function in the process of encouraging achievement motivation, self-efficiency and successful self-regulation activities, playing, important role in the successful training activities. The researches in the given area lead by T.O.Gordeeva, E.N.Osin show that students who have an optimistic attributive style of explaining life situations, consider these situations as caused by the controllable reasons. But, on the other hand, success in educational activity influenced on the formation of attributive style, positive expectations and self-assessment. Thus, we can come to the conclusion about regularity of bidirectional relation between an attributive style and a successful activity of senior pupils.

According to psychological periodization, the leading activity in adolescence is teaching and professional activities. Training activities in high school must acquire a new focus and new content, future-oriented, and intellectual development should be closely connected with tendencies of personal enhancement. Studies show that high a school student with a pronounced negative psychological mood, pessimistic attributive style and a predominant depressive state can not harmoniously realize himself/herself, but that is too much important at this stage of development.

From the practical point of view it is worth of carrying out of the psychological trainings that form thinking ability, especially positive thinking, and the ability to interpret something constructively both difficulties with failures, and positive life situations.

Consequently, it is necessary to teach positive thinking during the academical process to achieve success in juvenile activity.

Scientific supervision by Professor N.P. Volkova,

Language supervision by Senior Lecturer N.O. Chernyak.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL DIFFICULTIES OF LEARNING FOREIGN LANGUAGES

Sometimes even people, who are really experienced and motivated, seem to be stuck at elementary or pre-intermediate levels. Having researched some scientific articles and having our own experience we decided to focus our attention on students of the 1st and 2nd year of study in higher educational establishments and understand the reasons of it.

According to B. V. Belyaev "Practical acquisition of a foreign language is to use foreign language means in the process of verbal communication with other people. As a result, we get the speech in a foreign language"

But, an acquisition of a foreign language is a very time-consuming and costly process. In addition, students are often met with psychological barriers that prevent the average student from speaking exclusively a foreign language in the classroom. The problem of psychological barriers as an essential obstacle to the learning of a foreign language was the subject of numerous social and psychological researches.

Arab linguists H. Dulay, M. Bert and S. Krashen in 1977 put forward the theory of "affective" (emotional) filters that influences the emotional variables associated with the success or failure of acquiring a second language. Every student who studies a new subject has these filters, as a person may experience certain emotions in the process of learning. Nevertheless, the level of such emotions for each person is different. If the "affective" filter is low, a student feels safe in making mistakes and in answering questions and sharing their thinking with teachers. When the filter is high, a student is incapable to assimilate the incoming information properly, use it during a conversation, as it concentrates all energy only to overcome the psychological barrier.

Even a native speaker takes years to form a well-bred and coherent speech, therefore, the student will make much more mistakes. If we give a task for spontaneous speech, or speech with a minimum time for preparation, this leads to an increase in errors. Such a situation does not show students in the best positive light. Students are afraid of being criticized by their peers or teachers because of their scanty vocabulary, pronunciation and grammar mistakes and spelling. As a result, students can make the decision not to talk at all. We agree with the scientists O. Vetrova and R. Rosenberg who consider that at this situation it is very important not to criticize strictly, not to focus attention on mistakes, but to highlight what has already been achieved.

It is a well-known fact that it is rather difficult to teach students to communicate in a natural way in a foreign language in the context of the educational

process. According to P. Halperin, the problem in learning a foreign language is that we think in Russian and then we translate words into a foreign language, then we compare them with the rules of grammar, and only then we say a sentence. It is influential to teach students to think and speak English immediately. One of the main aspects in acquiring of a foreign language is the practice of communication.

Moreover, creating an atmosphere of communication in the classroom is weighty. The fact is that communication cannot be carried out in strict discipline. Unfortunately, it seems to many lecturers that the artificial severity will help them to bring discipline to the classroom, of course, it will help for some time. **From our point of view, in adolescence,** it is important to develop speaking skills without fear of a teacher, since in the future this may tend to self-doubt, self-reliance, fear of making a mistake, and fear of becoming an object of criticism that probably may lead to increased anxiety and can have a negative impact on the process of learning a foreign language, reduce motivation. When getting the communication ability and verbal contact is more important than strict discipline, the teacher or lecturer and the students become partners in conversations. At the lesson, the students feel ease to communicate with each other, with the lecturer. Therefore, a lesson where there is absolute silence is not a lesson.

We also would like to emphasise that lecturers at universities very often face a problem of multi-level groups. This is essentially for the lecturers to choose suitable approaches, learning strategies and activities to meet the individual needs and skills of students. Most students feel ashamed when they see their peers speak fluently and low-level students hesitate to speak. However, not only the level of students can characterize differences, they may also appear in personal traits, mindset, motivation and previous experience of learning foreign language.

In conclusion, we can say that there are a lot of socio-psychological difficulties on the way of learning foreign languages. In order to activate the learning process and bridge all the language barriers, a lecturer has to make lessons informative and effective, taking into account individual differences of students. The importance of solving actual problems obligates lecturers to motivate and support students who perform communicative activities to maximize their interest, to overcome their fear of face-to-face communication, have a positive attitude, giving them more opportunities to evolve themselves as goal-oriented and confident speakers. Overcoming language barriers allows students to gain substantial background and forming necessary language skills for further productive professional activity.

Scientific and language supervision by Senior Lecturer N.O. Chernyak.

EATING DISORDERS AS ONE OF THE MAIN PROBLEMS OF OUR MODERN SOCIETY

Nowadays, eating disorders have become like one of the main problems of our modern society. There is not almost any person, who has not ever heard about it. And it is worth speaking about it, but not hiding these facts.

According to eating disorders statistics, estimated by the National Eating Disorder Association, in the USA up to 30 million people suffer from an eating disorder such as anorexia, bulimia or binge eating disorder. Worldwide the figure is more like 70 million sufferers.

According to Wikipedia, Eating Disorders are illnesses that are characterized by irregular eating habits and permanent concentration on body weight or shape.

In 1973, Hilde Bruch published a book with a number of case studies, called Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa, and The Person Within.

Svetlana Bronnikova is one the most popular nowadays Russian clinical psychologist and psychotherapist, who studies and represents this problem.

The most widespread types of eating disorders are:

– anorexia appears when person try to keep weight as low as possible by not eating enough food, exercising too much, or both.

– bulimia is when people sometimes lose control and eat a lot of food in a very short amount of time and then they use medication help to restrict what they eat.

– binge eating disorder (BED) is the most common when individual regularly lose control of eating, eat large portions of food all at once until he or she feel uncomfortably full, and are then often upset or guilty.

Despite eating disorders were rare until the second half of the 20th century, they certainly existed beforehand. The first descriptions of anorexia were in the Western world date from the 12th and 13th centuries, most famously Saint Catherine of Siena, who denied herself food as part of a spiritual denial of self. By the sixteenth century, ascetics were considered witches and burned at the stake. There are several other clinical descriptions of “wasting disease” in the 17th-19th century, and in the early 20th century, anorexia was considered an endocrine disorder and treated with pituitary hormones.

Such researchers as mentioned above emphasize signs and symptoms of an Eating Disorder:

- Chronic dieting despite being underweight
- Constant weight concentration
- Obsession with calories and fat contents of food

- Engaging in ritualistic eating patterns, such as cutting food into tiny pieces, eating alone, and/or hiding food.
- Avoidance of social functions, family, and friends. May become isolated and withdrawn.
- Switching between periods of overeating and fasting.

It is necessary to mention that eating disorders are mental problems, they are not just problems of overweight or thin people, anyone can suffer from them. And first of all, the reason of eating disorder should be clarified. Finding out the cause of this problem is a complicated process, which is needed to be under supervision of psychology.

The specialists state that any addiction is the lack of love. When a child did not have enough attention, in teenage age young boys and girls can attract attention different ways, but in the future it could outgrow into serious addictions.

The lack of love, wrong habits in nutrition, which comes from our childhood can cause these (and many others) problems.

Psychologists suppose that to avoid or overcome the problem the right habits should be inoculated since childhood, but if the problem already exists, it is preferable to visit a psychologist. And of course, we should not blame our parents, because, maybe, in their childhood mistakes were also made.

Therefore, having analysed the information we have come to the conclusion that anyone could suffer from eating disorders, but it is not a reason to be blamed and it is worth visiting the specialists, and, of course, it should not be ashamed.

Scientific and language supervision by Senior Lecturer N.O. Chernyak.

S. Trefilova,
Alfred Nobel University, Dnipro

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF FOREIGN LANGUAGE LEARNING AT EARLY AGE

Learning of foreign languages, especially at early age, is one of the priorities in the educational policy of many Western European countries. The problem of the inclusion of foreign language learning into the primary school program is common in the modern world. Therefore, various projects were created and seminars were held with a detailed discussion of their implementation

A lot of scientists believe that children have a natural disposition and emotional preparation for languages. Compared with other stages of development, at this age children have a flexible and quick thinking, they learn the material easily, because they have a natural curiosity and the need for learning new things. When a person matures, he/she gradually loses many skills, especially visual and auditory perception, memory problems appear.

A child under 9 years old easily masters the speech. Then the speech mechanism gradually loses its flexibility. In the sensitive age period, the most successful thing is mastering of an accent-free pronunciation of foreign sounds, words, intonation, provided that a little child constantly listens to and imitates authentic foreign language speech.

According to statistics, the result of learning foreign languages by a child depends on his/her communicative and linguistic features. However, on average, scientists (G.Gromova, N.Galskovaya, Z.Nikitenko) have come to the conclusion that people need to start classes between the ages of 3 and 10 years old, because this is the most productive period. Doing it earlier is useless, later there is no absolute certainty about the result. If the methodical system is built quite competently from linguodidactic and psycholinguistic points of view, then success in mastering the proposed limited language material and creating the necessary prerequisites for the further mastery of any foreign language is provided to almost all children.

Thus, on the basis of the information we consider the following conclusion can be made. The opinions of scientists differ, but there is the fact that the advantage of children of preschool and primary school age is a very fast and effective assimilation of the material in case the presence of game motivation. This makes it possible to organize training in foreign languages as a communication tool and build it as a process as close as possible to the natural process of using the native language. In this case, the effectiveness of the formation of the ability of young schoolchildren to speak a foreign language enhances by the interaction of playful motivation and their interests to a study process.

*Scientific supervision by Professor O.B. Tarnopolsky,
Language supervision by Senior Lecturer N.O. Cherniak.*

Д.В. Абрамова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ОСВІЧЕНІСТЬ ЯК ЗАПОРУКА ПОДОЛАННЯ ГОМОФОБІЇ

На сьогодні в Україні проблема гомофобії існує і є досить серйозною не лише для представників ЛГБТ-спільноти, а й для українського суспільства та його розвитку в цілому. Дискримінації у будь-якому вигляді виступають найбільшою перепорою для досягнення миру серед людей і гомофобія – не виключення.

Сам термін – гомофобія – викликає деякі суперечки через суфікс «фобія» (від дав.-гр. — «страх, боязливість»), проте його істинне визначення наступне: гомофобія – негативна, агресивна установка стосовно гомосексуальних та бісексуальних людей і гомосексуальності, бісексуальності; у деяких джерелах вказується упередженість до трансгендерних людей також.

Масштабних досліджень на теми гомофобії і гомосексуальності в Україні майже немає, великі опитування серед населення проводилися близько 10 років тому. Не дивлячись на те, що вже досить давно гомосексуальність виключена з МКБ-10 і не вважається хворобою; що науковці у своїй більшості називають гомосексуальність скоріш вродженим аспектом особистості; що немає доказів на предмет того, що гомосексуальні люди розбещують або негативно впливають на психіку дітей і т.д. – великий відсоток українців агресивно виступає проти людей, що належать до ЛГБТ-спільноти, а більшість просто налаштовані негативно. Їх упередження найчастіше не містять у собі жодної аргументованої бази. Наукові докази гомофоби не беруть до уваги, керуючись ірраціональністю.

Людину формує те, що її оточує, соціум, починаючи з дитинства: приклад батьків чи інших авторитетних осіб, інформація у школі, стосунки з однолітками, суспільство навколо, новини тощо. Дитина, яка народилася із гомо- або бі- сексуальною орієнтацією, і при цьому буде вимушена зростати у гомофобному середовищі, автоматично втрачає можливість на повноцінне здорове життя.

На нашу думку, саме етап студентства багато в чому є визначальним для гомосексуальної людини. Цей період припадає на вік, який вважається переходом у «доросле» особистісно зріле життя. Людина не просто набуває фізичної можливості повноцінно керувати власним життям, а й конкретизує для себе ким вона є. Період студентства для багатьох є переломним: люди виявляють у собі сторони, яких раніше не знали, змінюють стиль життя, власний стиль, тому що більш чітко розуміють себе і свої потреби, чують свої бажання. Гомосексуальний студент, який до цього часу не робив камін-ауту або ж зустрівся з негативним до себе ставленням з боку близького оточення раніше, зараз має можливість прийняти себе і заявити світу про себе навіть найпростішою дією: не приховувати своїх уподобань. Така можливість здійсненна лише за умови вільного від гомофобії середовища в університеті, але частосаме найбільш освічені люди, викладачі, професори дозволяють собі демонструвати власні гомонегативні ірраціональні судження. Гомосексуальний студент, який і тут зустрічається з негативним ставленням, має досить багато варіантів подальшого розвитку подій, але лише один із них – усвідомлення власної значущості, сміливість бути собою як наслідок щасливе життя.

Ми вважаємо, що позитивні зміни у напрямку розвитку нашого суспільства в плані толерантності, а з цим і рухом до більш цивілізованого світу, перебувають у тісному зв'язку з освітою. Проблема гомофобії має вирішуватися на державному рівні, і одним зі способів її вирішення є – просвітництво людей у питанні природи гомосексуальності: включення цього питання і проблем інших видів дискримінації до освітнього процесу.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

НЕКОМПЕТЕНТНІСТЬ ПСИХОЛОГІВ ЯК НАСЛІДОК ПРОФЕСІЙНОЇ НЕКОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ

Знайти гарного, тобто професійного, психолога складно, а тим більш в Україні. Відносна доступність на законному рівні відкривати власний психологічний кабінет, упевненість фахівців різноманітних професій у власній професійній психологічній компетентності через «багатий життєвий досвід», популярність великого спектра тренінгів, де освіта тренера часто взагалі не має значення тощо – це все безпосередньо впливає на чималу кількість некваліфікованих психологів у нашій країні. На нашу думку, професійна некомпетентність викладачів також є вагомою перепоною для становлення компетентним психологом.

Досліджень на теми професійної компетентності, а також різних варіантів визначень компетентності та компетенції дуже багато. Взагалі тема компетентності і її характеристик науково освітлена досить глибоко, зокрема й специфіка компетенцій психолога. Не зважаючи уваги на велику кількість трактувань поняття професійної компетентності, основними є наступні її характеристики: 1) ефективне застосування саме індивідуальних здібностей задля успішного виконання професійної діяльності; 2) володіння специфічно професійними знаннями, уміннями та навичками; 3) гнучкість у вирішенні професійних питань та проблем; 4) розвинута здатність до співпраці з колегами, підлеглими, студентами та ін.

Та все ж наявність масиву інформації та критеріїв професійної компетентності психологів не є гарантією дотримання цих критеріїв. Ситуацій коли лектор, часто навіть професор, має низьку комунікативну компетенцію, тобто не вміє налагодити зв'язок із аудиторією, або ж є поганим оратором; чи невисоку операціональну компетенцію, коли лектор нездатний вірно вибудувати лекцію; або взагалі коли викладач має низьку інформаційну компетенцію, тобто банально не володіє достатнім обсягом необхідних знань та здібностями для їх отримання – таких ситуацій чимало.

Особливість цієї проблеми полягає у тому, що виявити таку професійну некомпетентність, а також успішно протидіяти їй, дуже складно. По-перше, більшість студентів, а особливо перших-других курсів, цілком обґрунтовано просто не зрозуміють, що перед ними некомпетентний викладач, по-друге, колеги можуть або не знати про некомпетентність свого співтовариша, бо не присутні на його лекціях, наприклад, або звичайно бути байдужими до цього, по-третє, дослідження всередині навчального закладу на тему компетентності викладачів може бути досить складним, адже є ризик псування наукового іміджу кафедри чи всього закладу в залежності від його результатів. І звичайно ж вагомою перепоною на шляху

подолання проблеми некомпетентних викладачів виступає впевненість цих викладачів у власній професійній компетентності.

Наслідками недостатньо кваліфікованого викладання психології є: спотворення розуміння студентами, а отже й майбутніми психологами, інформації, що є важливою; відсутність у студентів можливості розвитку власних професійних компетенцій; розчарування студентами у самій професії й у собі; збільшення самовпевненості студента у своїй професійності, коли насправді він майже не володіє навіть базовим знанням психології і т.д.

Отже, професійна некомпетентність викладачів є однією з головних причин недостатньо компетентних психологів у нашій країні. Тому одним із методів вирішення питання некомпетентності українських психологів ми бачимо саме подолання проблеми некомпетентності викладачів.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

К.В. Аксьонова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

Більшості цивілізованих країн нашої планети давно стало відомо, що поняття «гендер» являє собою соціальний конструкт і має тенденцію змінюватися в залежності від часу і території, впливати в тій чи іншій мірі на індивідів і групи, а також викликати величезну кількість труднощів практично у всіх сферах людського життя. Перед тим, як почати говорити про проблеми, які цей самий конструкт створює, попередньо варто позначити, чим він є, як впливає на формування особистості і яким чином відбивається на житті кожного.

Гендер — це сконструйовані соціумом поняття жіночності (фемінності) і мужності (маскулінності), які видозмінювалися з плином часу. Однією з перших особистостей, що зацікавилися питанням ідентифікації, була Симона де Бовуар, представниця фемінізму другої хвилі, яка в своїй книзі «Друга стаття» (1949) висунула неоднозначний тезу: «Жінкою не народжуються, нею стають». Гендер є процесом, а не станом. Про це ж говорить постструктуралістка Джудіт Батлер в книзі «Performative Acts and Gender Constitution: An Essay in Phenomenology and Feminist»: «Гендер є ідентичність, створена повторенням дій». Річ у тім, що ніяких споконвічно чоловічих і жіночих рис характеру, поведінки або особливостей самовираження просто не існує рівно до того моменту, поки вони не починають нав'язуватися суспільством у процесі первинної та вторинної соціалізації, згодом стаючи частиною особистості.

Тепер, коли ми розуміємо структуру самого поняття, набагато простіше розібрати заподіяні їм труднощі, і почати можна з гострої проблеми: насильство над жінками. За даними ФБР (2012), відсоток всіх злочинів, скоєних чоловіками, становить 73,8% і, чим важче злочин, тим з більшою ймовірністю в ньому винен чоловік; саме чоловіки здебільшого засуджені за вбивство, згвалтування або розбій.

Відповіді на питання про подібне співвідношення допоможе аналіз гендерної соціалізації хлопчиків і юнаків. Прищеплені з самого дитинства манери поведінки і цінності, починаючи іграшковою зброєю і закінчуючи нав'язуваною на постійній основі ідеєю того, що чоловік зобов'язаний бути сильним, а також домагатися бажаного забудь-яку ціну, відображаються на самоідентифікації особистості. Якщо замислитися про те, хто є взірцем для наслідування у дітей, точно так можна побачити відмінності: милі і слухняні героїні для дівчаток і агресивні і наполегливі герої у хлопців. У поняття маскулінності входять такі риси, як наполегливість, хоробрість, готовність застосувати силу, і це може бути використано не в мирних цілях. Насильство над жінками (і не тільки) з боку чоловіків являє собою проблему величезного масштабу. «Ми вчимо хлопчиків надягати оболонку чоловіка, але також ми вчимо перетворювати цю оболонку на прапор і проливати за неї кров».

Говорячи про гендерні відмінності, ми не можемо не згадати, що чоловік і жінка в культурі є полярні поняття. Чоловік є «добувачем», в той час як жінка — «берегинею вогнища». Мало того, що вихід за рамки запропонованих нам з самого дитинства ролей тягне за собою безрадісні наслідки у вигляді прямого засудження, так і сам вихід буває досить важкий. Поняття «скляної стелі», наприклад, було введено в 1980-х рр. для позначення межі, вище якої жінка не може просунути по соціальних сходах; у деяких вузах нашої країни («Одеська морська академія») певні спеціальності закриті для жінок — і це лише верхівка айсберга.

Крім відмінностей, що стосуються професії, є цілий перелік відмінностей у поведінці для кожного гендеру. За даними 2017 р., в США 77,97% самогубств були здійснені чоловіками. Причина цього може критися у вихованні та прищеплених чоловікам установках: не можна плакати, не можна звертатися за допомогою, потрібно «бути чоловіком». Сам конструкт маскулінності дуже крихкий, незважаючи на те, що асоціюється з силою: чоловік не має права похвалити зачіску іншого, обійняти його або запросити на чашку кави в кафе, але ці дії спокійно вчиняються жінками. Ми конструємо моделі поведінки, яких змушуємо дотримуватися з самого народження, і не ставимо дітям запитання, чого хочуть вони самі.

Підсумовуючи вищесказане, досить легко виявити прірву, яка лежить між чоловіком і жінкою в нашому соціумі, і дійти висновку, що проблеми в гетеросексуальних сім'ях не можуть не виникати через подібну

специфічну соціалізацію, що настільки радикально розділяється на два полюси. Однак, з огляду на успіхи Швеції в прагненні відтворити повноцінне рівноправ'я статей, не можна заперечувати, що і в нашій країні все може змінитися з часом і докладеними до цього зусиллями.

Науковий керівник: Р.М. Ключник, канд. політ. наук, доц.

Б.М. Аминбаева,

студентка II курсу,

Нукусский государственный педагогический институт,

г. Нукус, Узбекистан

К.М. Аминова,

студентка III курсу,

Каракалпакский государственный университет,

г. Нукус, Узбекистан

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРИНЯТИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

Одной из наиболее ярких характеристик современных организаций является использование команды для принятия решений. Сегодня такие задачи стоят перед командами аналитиков и тому подобное. Итак, с полной уверенностью можно отметить тот факт, что исследования командных решений является чрезвычайно актуальным в контексте социальной и индустриально-организационной психологии.

В статье рассматриваются некоторые особенности деятельности команды, которая является специфическим образованием, существенно отличается от группы. Поэтому необходимо четко разграничить эти два понятия и определить их соотношение.

Группа как одна из ключевых категорий социологии и социальной психологии часто рассматривается как человеческое сообщество, что выделяется в социальном целом на основе определенного признака. Такое определение группы является одним из самых общих и позволяет исследовать ее как некий объект, имеющий набор четко очерченных параметров. Однако есть и другие определения, согласно которым группа - это двое или более людей, которые взаимодействуют между собой, влияют друг на друга в течение определенного времени, взаимосвязаны, преследуют общие цели и идентифицируют себя как «мы». Иначе говоря, группа - это, во-первых, определенная совокупность людей, которая имеет свои параметры, отличающие ее от других сообществ, а во-вторых, - это своеобразный контекст в котором все участники не просто взаимодействуют между собой с целью достижения общих целей, а имеют единую идентификацию.

Команда базируется на принципах групповой организации, можно даже утверждать, что она является типом группы, однако, в отличие от последней, имеет еще дополнительные характеристики.

Итак, как видно из всех приведенных определений, команда имеет следующие существенные признаки: 1) командная работа - это совместная деятельность всех ее членов (сам термин «команда» связан, прежде всего, с групповой деятельностью); 2) все члены команды работают ради достижения общих целей, которые одинаково ими воспринимаются, то есть характерно единое видение командной цели; 3) все действия участников четко скоординированные по принципу сотрудничества; 4) все члены команды несут коллективную ответственность за конечные результаты совместной деятельности; 5) существует единственная миссия, которая позволяет каждому участнику идентифицировать себя с неотъемлемой частью команды.

Часто возникают ситуации, когда цель во время работы меняется и вместо достижения правильного решения члены команды пытаются найти такой вариант, с которым бы все соглашались.

Следующий важный фактор, который влияет на качество командных решений, являются динамические процессы внутри команды, а именно: лидерство и коммуникация. Особенно четко это отражается на последнем этапе принятия решения, когда окончательно утверждается оптимальный вариант действий. Многочисленные исследования показывают, если лидер команды не делает ничего для того, чтобы отделить свою функцию направление дискуссии от функции пропаганды и оценки идей, то командное решение, скорее всего, покажет вариант, который удовлетворяет самого лидера, а не членов. Согласно концепции эффективной команды, которая рассматривалась выше, роль лидера является переходной и ситуативной. Зато единоличное или авторитарное лидерство на этапах рассмотрения и принятия альтернативных вариантов решений, может привести к групповой поляризации, то есть вызванного влиянием группы или лидера усиления тех тенденций, которые существовали раньше, а это свидетельствует о непродуктивности команды и ограниченности в способах действия.

Коммуникации в команде занимают не последнее место и чрезвычайно важными в процессе достижения общей цели. Эффективная коммуникация состоит в том, что циркуляция информации в команде не должна иметь никаких препятствий. Встречи членов команды происходят тогда, когда это нужно и не ограничены четкими временными рамками. Это одно из важнейших условий на этапе отбора и обсуждения альтернативных решений.

Существуют и другие факторы, которые непосредственно влияют на принятие командных решений. В частности, это индивидуальные особенности членов команды. Уже упоминалось о командные роли, которые

присущи тем членам и как они отражаются в процессе совместной деятельности. Модель эффективной командной работы предусматривает ролевую дополняемость и гибкость в диапазоне занимаемых ролей. Это означает, что для эффективной командной деятельности присущ не только оптимальный набор командных ролей, а также - высокая степень их взаимодополняемости и ротации (переход от одной занимаемой роли в другую, в зависимости от общих требований и ситуации).

Командная деятельность - это мощный инструмент, способствующий максимальной производительности при решении общих задач. Этот эффект отражается на всех этапах процесса принятия командных решений и обеспечивает не просто достижение оптимальных из них, но и творческий, нестандартный подход к решению проблем.

В.Г. Андрищенко,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ТЕОРЕТИЧНЕ ТА ЕМПІРИЧНЕ ВИВЧЕННЯ УВАГИ ТА ПАМ'ЯТІ

Всі процеси пізнання, будь то сприйняття або мислення, спрямовані на той чи інший об'єкт, який в них відображується: ми сприймаємо щось, думаємо і вчимося, щось собі уявляємо чи не уявляємо. Разом з тим сприймає не сприйняття само по собі, і мислить не сама по собі думка; сприймає і мислить людина, яка сприймає, і мислездатна особистість. Тому в кожному з цих психічних процесів завжди є якість відношення особистості до світу, суб'єкта до об'єкта, свідомості до предмета. Це ставлення знаходить собі вираз в увазі.

Відчуття і сприйняття, пам'ять, мислення, уява — кожен з цих процесів має свій специфічний зміст; кожен процес є єдність образу і діяльності: сприйняття єдність процесу сприйняття як образу предмета і явища дійсності; мислення — єдність мислення як діяльності й думки, як змісту — поняття, загального уявлення, судження.

Увага свого особливого змісту не має; воно проявляється всередині сприйняття, мислення. Воно — сторона всіх пізнавальних процесів свідомості, і до того ж та їх сторона, в якій вони виступають як діяльність, спрямована на об'єкт.

Об'єктом нашого дослідження була увага та оперативна пам'ять. Метою цього дослідження було дізнатися, наскільки велика наша увага, як вона пов'язана з пам'яттю, яким засобом нам легше концентруватися і запам'ятовувати інформацію, яких результатів ми доб'ємося роблячи теж завдання, використовуючи різні методи.

У даній роботі я досліджував продуктивність і стійкість уваги, Оцінку та розподіл уваги, перемикання уваги та визначення обсягу уваги.

Проводив дослідження механічного та логічного запам'ятовування та вивчення безпосереднього та опосередкованого запам'ятовування. Зв'язок уваги та пам'яті, на перший погляд, очевидний. Без зосередження свідомості на якомусь об'єкті, запам'ятати його не представляється можливим.

Але існують такі види уваги та пам'яті, які протікають незалежно від нашого бажання. Тому іноді ми згадуємо те, що начебто не могли запам'ятати або, як нам здається, взагалі ніколи не бачили. Але обсяг нашої уваги та пам'яті обмежений. Це теж є важливим, але не всі про це знають. Визначення обсягу необхідно кожній людині для того, щоб грамотно розраховувати свої сили, можливості, що особливо важливо при виконанні будь-якої специфічної, відповідальної діяльності. Для деяких професій високі показники уваги та пам'яті є професійно-важливими, зниження яких ускладнить виконання діяльності. Наприклад, такою професією є диспетчер на залізниці або авіадиспетчер. Також це важливо, наприклад для водіїв таксі. Тому психічні процеси досі є предметом різних досліджень, які не втрачають своєї актуальності.

**І.Ю. Андрющенко,
В.Г. Скачко,**

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПРОБЛЕМАТИКА ДОСЛІДЖЕННЯ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї В УКРАЇНІ

Повсякчас люди займалися дослідженням сімейно-родинних стосунків, та й нині це питання є доволі актуальним. Вчені різних сфер сьогодні відзначають загальну кризу інституту сім'ї, яка виявляється в трансформації суспільних й сімейних цінностей, зміну функцій та значення сім'ї в цілому. Актуальність вивчення сім'ї зумовлюється усвідомленням того факту, що сім'я є первинним та одним з вирішальних чинників становлення та розвитку особистості.

Дослідженням цієї теми, з наукової точки зору, займалися та займаються вчені з різних частин світу, зокрема В. Сатір, К. Вітакер, Е. Сїдеміллер, В. Дружинін, Т. Буленко, А. Харчев та ін.

Основними функціями традиційної сім'ї вважались репродуктивна, господарсько-економічна, виховна та соціально-статусна. Традиційна сім'я була багатопокілінною, патріархальною та з великою кількістю дітей, в якій панували звичай та традиції, а взаємовідносини трималися на авторитеті, беззаперечному шануванні батьків і залежності дружини від чоловіка.

Сім'я ж сучасності інша, вона бінарна, з малою кількістю дітей, відокремлена від батьківської сім'ї. Збільшення економічної незалежності жінок зумовлює трансформацію у виконанні сімейних ролей та розподілі обов'язків між чоловіком та дружиною. У сучасних молодих людей зміню-

ється загальне ставлення до розлучень, що сьогодні призводить до великої кількості неповних сімей. За статистичними даними в Україні розпадається кожний другий-третій шлюб. Майже 40% розлучень припадає на перших чотирьох роках подружнього життя. Все дедалі більшої популярності набирають цивільні шлюби, бо саме в такій формі стосунків людина не бере на себе відповідальності за інших, відчуває себе вільною та самостійною. Загалом виробляється тенденція до психологізації сім'ї. основною метою створення сім'ї сьогодні вже є не виживання та матеріальне благополуччя, а психологічне задоволення, реалізація почуття любові. Сім'я надає людині відчуття спокою і гармонії, певної стабільності у рухливому та постійно змінному світі, зростає значущість спілкування й психологічної підтримки у сім'ї. Але на думку талліннських учених А. Келар і І. Еббер, сучасні шлюби, які базуються на почутті любові, дружби, симпатії, не є такими стійкими, як шлюби за розрахунком, які більше реєструвалися в минулому. Репродуктивна функція сьогодні залишається актуальною, але народження дітей має інші цілі – вже не економічні (для забезпечення існування та матеріального статку сім'ї діти раніше були основними працівниками), а скоріше емоційні. І це відображає появу сімей за принципом «чайлд-фрі», які взагалі не бажають мати дітей, зосередженні не власному розвитку та реалізації. Також в цьому контексті можна відмітити зростання позашлюбної народжуваності. За опитуванням, проведеним у 2004 році в Україні близько 30% жінок виявляли можливість народити дитину поза шлюбом, у 2010 році цей відсоток збільшився до 43.

Але найбільш дискусійною темою сьогодення є одностатеві відносини, що на нашу думку є найвищим проявом тенденції до психологізації сім'ї. При цьому вчені стверджують, що 25% дітей, які виховуються нетрадиційними парами, мали або мають венеричні захворювання; до 30% мають психічні захворювання та схильні до самогубства; а найбільш хвилюючим фактором є те, що лише 65% з них ідентифікують себе як гетеросексуали.

Отже, сучасна сім'я характеризується значними структурними та змістовими трансформаціями, що спричиняють зміну її функціонування як системи. Глибоке вивчення цих трансформацій та їх наслідків є одним із перспективних напрямків психологічних досліджень сім'ї сучасності.

Науковий керівник: Н.В. Грисенко, канд. психол. наук.

А.Ю. Анюхіна,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

АНАЛІЗ УЯВЛЕНЬ ПРО ФУНКЦІЇ ПСИХОЛОГА В ОРГАНІЗАЦІЇ

У психології накопичений великий досвід впровадження психотехнологій з метою підвищення ефективності роботи співробітників і організації в цілому. Перед вищими навчальними закладами стоїть завдання

підготовки кваліфікованих організаційних психологів. Нам здається важливим у дослідженні розгляд уявлень студентів-психологів, психологів та працівників організації про роль психолога на підприємстві.

Актуальність заявленої в роботі теми обумовлена дефіцитом теоретичних і практичних досліджень в області функціональної ролі організаційного психолога. Вивчення поглядів про функції психолога в організації проводилося серед студентів-психологів, а також серед представників трудової організації зі збуту побутової та цифрової техніки.

Мета дослідження полягала у визначенні подібностей і відмінностей в уявленнях цих трьох груп.

В результаті теоретичного аналізу проблеми можна виділити три основні напрямки роботи психолога в організації:

1. Робота з персоналом;
2. Організація праці;
3. Організація взаємодії співробітників із зовнішніми об'єктами організації (клієнтами, конкурентами і т. д.).

У дослідженні взяли участь 82 людини, з яких 68 — працівники організації, 12 — студенти, які навчаються на 5-му курсі за спеціальністю «Психологія», 2 — психологи організації.

Для збору даних використовувався метод опитування та анкета, що складається з відкритих питань. Для обробки даних був використаний контент-аналіз.

В результаті дослідження були отримані наступні дані: більшість респондентів вважають, що психолог повинен працювати в організації. Серед студентів було отримано 90% позитивних відповідей, серед співробітників організації — 70% і серед психологів — 100%, з яких 50% вказують, що необхідність організаційного психолога залежить від спеціалізації організації.

Багато співробітників вважають, що психолог в організації перш за все виконує «допоміжну» роль: розв'язує конфлікти, надає психологічну допомогу і підтримку, оскільки у організації, яка брала участь в опитуванні багато працівників працюють з великим потоком клієнтів, кожен з яких зі своїм характером та проблемами, які вони перекладають на плечі працівників організації. Звичайно, у такому випадку нервові зриви це лише питання часу. У той же час деякі з них вказують, що керівництво організації не завжди готове внести грошові кошти на відкриття вакансії «організаційний психолог». Студенти-психологи також вказали на важливість «допоміжної» ролі психолога в організації. Однак багато хто відзначив, що сьогодні психолог в сучасній організації частіше виконує функції HR-фахівця: здійснює і організовує пошук, відбір, адаптацію, навчання і розвиток персоналу, досліджує мотивацію співробітників, проводить тренінги для підвищення і поліпшення професійної компетенції. Психологи переважно відзначають, що необхідність організаційного психолога в більшій мірі залежить від потреб організації в ньому.

При виявленні уявлень про функції психолога співробітники організації називали такі: психологічна допомога і підтримка співробітників, вміння вислухати, вирішення проблем, конфліктів, трудових суперечок, створення сприятливого соціально-психологічного клімату, поліпшення продуктивності праці. Студенти-психологи визначили такі функції, як: професійний відбір і консультування, вирішення конфліктів і трудових спорів, проведення тренінгів, психологічна допомога, поліпшення соціально-психологічного клімату, проведення адаптації співробітників, дослідження ергономічних умов робочих місць. Психологи: підбір, оцінка, діагностика, мотивація, навчання персоналу, психологічне консультування, проведення тренінгів, підтримання сприятливого соціально-психологічного клімату, адаптація співробітників, вирішення конфліктів.

В результаті порівняльного аналізу можна зробити висновок, що уявлення співробітників організації, психологів і студентів-психологів про функції психолога в організації різні. Співробітники організації акцентують увагу на допоміжній ролі психолога, самі організаційні психологи бачать цінність в наборі висококваліфікованих кадрів та їх професійного розвитку в організації, а також у наданні психологічної підтримки у разі необхідності. В уявленнях студентів-психологів організаційний психолог виконує як допоміжну функцію, так і функцію роботи з персоналом.

Перспективою дослідження уявлень про функції психолога в організації може стати порівняння уявлень працівників організації з різною формою власності, а також подальше вивчення уявлень психологів, які вже працюють в організаціях. Результати дослідження можуть бути виснесені на обговорення в рамках практичних та семінарських занять з дисциплін «Організаційна психологія», «Психологічні основи роботи з персоналом» і «Управління персоналом».

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

А.В. Артеменко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ГЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ОБРАЗУ ТІЛА

Стандарти фізичної привабливості в сучасному суспільстві викликають неабияку цікавість. І не лише тому, що розвинуте тіло – ознака здоров'я, сьогодні воно все частіше стає ознакою статусу, оскільки відображає матеріальні можливості людини (витрати на повноцінне харчування, відвідування тренажерних залів, наявність часу на заняття фізкультурою, подекуди витрати на пластичні операції). Людському тілу приділяється все більше уваги: воно стає рекламним символом, товаром

(косметична хірургія, виробництво косметики), а також критерієм оцінки при сприйманні іншої людини. Причому якщо раніше це стосувалося виключно жінок, то з XX сторіччя більш жорсткі вимоги до тіла почали розповсюджуватися і на чоловіків.

Реалізація стереотипів фізичної привабливості стала важливим аспектом гендерних стосунків. Поступово особливий акцент в них робиться на гендерний дисплей («виглядати як»), оскільки особистісні та соціальні характеристики гендерної ідентичності стають все більш розмитими. А тому, з одного боку, вимоги до статево-типового вигляду стають все чіткішими (наприклад, введення дрескоду), а з іншого, породжують соціальний опір (поява метросексуалів, моди унісекс тощо).

Цей феномен, в свою чергу, призводить до підвищення інтересу до власного вигляду, зокрема і фізичного тіла, у все більшій частині суспільства, особливо молоді. Все частіше спостерігаються випадки порушення харчової поведінки, депресій та фобій, пов'язаних з власним тілом та зовнішністю. Зазначені явища неможливо коректувати виключно медичними засобами, оскільки вони мають не стільки психосоматичне, скільки соціальне походження.

Вивчення образу фізичного Я в психології групується навколо кількох проблем. По-перше, це вивчення ідеального образу тіла (суспільні вимоги, стереотипи). По-друге, з'ясування впливу суспільних стандартів на сприймання людиною власного тіла. По-третє, виявлення факторів, що впливають на формування образу тіла та провокують адекватну або порушену харчову поведінку, зокрема особливості виховання в сім'ї, гендерна ідентичність, стосунки в референтних групах тощо.

Цікавим напрямом досліджень є вивчення впливу гендерної ідентичності на формування образу фізичного та соціального Я. Так, з'ясовано, що гендерні ролі пов'язані зі змінами харчової поведінки та задоволеністю формою тіла; гендерні ролі корелюють зі сприйманням тіл людей іншої статі. Вітчизняна соціальна психологія напружувала ще недостатню кількість теоретичних та практичних даних з цієї проблеми. Наразі існує невелика кількість робіт, присвячених проблемі гендерно-соціальних атрибутів зовнішності (Буракова М.А.); вивчаються уявлення про способи оформлення зовнішності маскулінного та фемінінного типу особистості (О.О.Бодальов, В.А.Лабунська).

В нашому дослідженні було виявлено, що, по-перше, слідкування стандартам привабливості є одним з адаптивних психологічних механізмів, який забезпечує активність у спілкуванні. Але важливо, щоб такі сталони були об'єктивно досяжними для значної кількості людей, оскільки нині замість того, щоб змінити доволі нереалістичний ідеал як жіночого, так і чоловічого тіла, суспільство вигадує різноманітні засоби їх досягнення. Часто це породжує психологічні, а інколи і медичні проблеми, адже людина зосереджується на недосконалої зовніш-

ності, переживає негативні емоції і може звернутися до таких засобів корекції фігури, які руйнують її здоров'я.

Домінуючими у формуванні ставлення до свого тіла є не медичні вимоги, а соціальні та культурні стандарти, які відбиваються у висловлюваннях осіб з референтних груп.

По-друге, чоловіки менш негативно ставляться до свого тіла, а жінки демонструють значну невдоволеність своїм зовнішнім виглядом. При чому невдоволення не залежить від реальної ваги (зустрічаються як особи з надлишковою вагою, але задоволені своїм фізичним Я, так і навпаки).

По-третє, найбільш негативно до власного тіла ставляться жінки фемінінного типу. У них виражена як емоційна харчова поведінка (звертаються до їжі у разі переживання гніву, збудження, роздратування, в очікуванні неприємностей тощо), так і екстернальна харчова поведінка (реагують на вигляд їжі та людей, що харчуються). Найменш фрустровані своїм фізичним Я представниці андрогінного типу. Маскулінний та недиференційований типи посідають в оцінюванні власного тіла проміжне положення, при чому маскулінні ближчі до андрогінних, а недиференційовані – до фемінних осіб.

По-четверте, більш позитивно, незалежно від типу гендерної ідентичності, ставляться до власного тіла жінки, які наполегливо, послідовно, добросовісно прикладають фізичні зусилля для підтримання форми (зарядка, відвідування фітнесклубів, басейну та салонів краси, заняття танцями тощо). При чому тіло може бути далеким від досконалості, але усвідомлення своїх зусиль та вольового контролю підвищує задоволеність образом фізичного Я.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

О.В. Атаманенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ АКАДЕМІЧНОЇ ПРОКРАСТИНАЦІЇ У СТУДЕНТІВ

З кінця 70-х років минулого століття проблема прокрастинації вивчається рядом зарубіжних дослідників (А. Елліс, С. Лей). Прокрастинація - відносно нове поняття для української психології. Під прокрастинацією слід розуміти свідоме відкладання суб'єктом намічених дій, незважаючи на те, що це спричинить певні проблеми (М.В. Зверєва, 2015). Актуальність вивчення академічної прокрастинації обумовлена високою значимістю в соціумі фактору часу і недостатньою готовністю студентів будувати своє життя з урахуванням цього фактора. У психології накопичилася достатньо велика кількість робіт, що стосуються виявлення основних факто-

рів прокрастинації. Серед психологічних факторів, як правило, виділяють мотивацію, особистісні особливості (тривожність, перфекціонізм) (М. Робетез, І. Аббаси). Є окремі роботи зі спробою створення концептуальної моделі прокрастинації (Р. Камфорст, А. Виссен, Дж. Мейер). Так, деякі автори розглядають прокрастинацію як результат взаємодії особистісних факторів, факторів завдання і тимчасових факторів (настрій, ресурси Его, наявність інших більш привабливих видів діяльності) (Р. Камфорст, А. Виссен, Дж. Мейер).

А.В. Мікляєвою, Д.С. Ребровою та А.С. Савінською було проведено дослідження для визначення форм прокрастинації, поширених в студентському середовищі. У дослідженні взяли участь студенти вищих навчальних закладів - 94 людини у віці 18-23 роки (жінки - 44, чоловіки - 50). Дослідження проводилося за допомогою «Шкали оцінки прокрастинації (PASS)», яка була розроблена в 1984 році L. Solomon і E. Rothblum для вимірювання академічної прокрастинації і апробована на російській вибірці в дисертаційному дослідженні М. В. Зверєвої. Крім цього, використовувався метод анкетування. Результати цього дослідження демонструють, що поширеність академічної прокрастинації в студентському середовищі дуже висока і досягає 80% та пов'язана з дефіцитом довільної саморегуляції особистості в навчальній діяльності.

В іншому дослідженні (С.В. Позняк) вивчалися психологічні чинники академічної прокрастинації у студентів, для подальшої побудови моделі академічної прокрастинації. У дослідженні взяли участь 90 респондентів у віці від 16 до 24 років. Застосовувалася Шкала загальної прокрастинації (General Procrastination Scale) С. Н. Lay, методика діагностики особистісних дезорганізаторів часу О. В. Кузьміної, методика «Рівень співвідношення цінності і доступності в різних життєвих сферах» Є. Б. Фанталової, п'ятифакторний особистісний опитувальник. Отримані дані піддавалися статистичній обробці за допомогою програми SPSS 13.0 for Windows. Застосування частотного аналізу показало, що 51% респондентів мають високий рівень прокрастинації, 33% - середній, 16% студентів мають низький рівень академічної прокрастинації. В результаті статистичної обробки даних дослідження із застосуванням коефіцієнта кореляції Спірмена були знайдені взаємозв'язки між високим рівнем прокрастинації і високими балами за шкалами «Нейротизм» ($r = 0,21$; $p < 0,01$).

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що феномен прокрастинації є досить поширеною проблемою в студентському середовищі, робить негативний вплив на навчальну діяльність студента, знижуючи її продуктивність, а також впливає на психологічне благополуччя і самооцінку студента.

НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ИНОСТРАННОГО ЯЗЫКА (НА ПРИМЕРЕ АНГЛИЙСКОГО)

Интеграция иностранного языка во все сферы человеческой деятельности все сильнее и глобальней влияет на общую компетенцию специалистов той или иной сферы и их конкурентоспособность. При этом знание особенностей изучения такого мирового языка как английский положительным образом сказывается на самом процессе изучения. Так как в 21 веке уже не является рациональным использование устаревших методов запоминания (зубрежка и медлительное освоение), новая информация может быть изучена другими, более технологичными способами. В этой работе рассмотрены нейролингвистические особенности изучения языка, что является современным и актуальным вопросом нашего времени.

В эпоху новых технологий и стремительного расширения информационной базы, большую роль играют нейролингвистические исследования, которые учитывают индивидуальное строение мозга и его преобладающее или доминирующее полушарие. Исследования активной асимметрии мозга дают возможность получить сведения, которые имеют все шансы быть применены для оптимизации учебного процесса и прогностического планирования в сфере образования, а именно при освоении зарубежных языков. Поэтому, при выборе методик и планировании занятий по изучению иностранному языку, наряду с другими факторами, необходимо учитывать доминирующее полушарие у обучающихся, так как этот факт значительно влияет на их работоспособность и успеваемость. В своем исследовании Г.А. Асонова изучала нейролингвистические процессы для усовершенствования способов преподавания и изучения зарубежного языка. По ее мнению, благодаря межполушарным разностям, отвечающим за вербализацию осваиваемой информации, происходят различные процессы обработки зрительной информации. Как правило, методы пространственного мышления относят к работе правого полушария, в особенности его теменных отделов.

Экспериментальные исследования определили, что задачи, основанные на образных символах, решаются быстрее, чем вербальные у людей, предпочтительно пользующихся левой рукой, в то время как при выполнении задач образного мышления, ускоренная реакция была характерна для праворуких. Согласно данным различных научных исследований, сложные тексты, особенно с большим количеством цифровых материалов, легче и быстрее обрабатываются левым полушарием, а тексты с изобразительным содержанием - правым. Левое полушарие мозга нацелено на восприятие языков, т.е. работу по упрощению и анализу рече-

вой информации, способностей к чтению и письму, запоминанию фактов, имен, дат. Поэтому, при выборе методик и подборе учебного материала, целесообразна дифференциация обучающихся на две группы с учетом вышеупомянутых особенностей. В следствии этого в работе с леворукими обучающимися следует принимать во внимание конкретные особенности выработки у них учебных способностей, в первую очередь способностей письма. Данные различных исследований показали, что мозг человека имеет свойство запоминать только связи. Другая информация производится по зафиксированным ранее связям. Однако, они образуются между зрительными образами или между сигналами анализаторных систем (Рисунок 1). Данный тип информации называется «образный», при котором связи фиксируются правильно, и она запоминается на долгое время. В контрасте с образной информацией, речевая и знаковая - частично формирует образы и лишь в незначительной степени фиксируется в памяти при условии специального длительного заучивания. В связи с этим, наиболее эффективным приемом изучения иностранного языка является интерактивная форма обучения.



Рис. 1. Компоненты образной информации

Результативными оказались методы визуализации информации с помощью слайдов, диаграмм, отрывков из новостей, документальных фильмов и т. п. с помощью информационно – коммуникационных технологий (видеосвязь, интерактивная доска, фото- кинодокументы, графики).

Таким образом приходим к выводу о том, что необходимо учитывать реакцию мозга на разные виды поступающей информации с учетом ее образности, при осознании которой в воображении возникают визуальные образы и дают возможность мозгу запомнить ее в большей степени на более длительный срок.

Научный руководитель: А.А. Задоя, канд. экон. наук, доц.

ХОДЬБА У ПРЕДМЕТНОМУ ПОЛІ ЕКОПСИХОПЕДАГОГІКИ

Людська ходьба виглядає на сьогодні дуже простою руховою практикою, яка потребує особливої педагогічної уваги хіба що у короткотривалій період раннього дитинства коли дитина вчиться ходити. Після засвоєння рухового паттерну ходіння вона випадає за межі уваги батьків, вчителів, викладачів і знов може потрапити у фокус педагогічного хіба що коли особистість вирішить зайнятися спортивною або скандинавською ходьбою. З недавньої появою фітнес-трекерів та інших гаджетів з крокомірами загальновідомим стало що, що кожна людина у високотехнологічних суспільства заради здоров'я повинна щодобово виконувати певний мінімум кроків, яких зазвичай два-три а той більше разів більший від тих обсягів локомоторної активності до якого спонукає життя в умовах нинішньої техносфери. Автотранспорт, ліфти, ескалатори, а тепер ще й різного роду гіроскутери все більше перебирають на себе роботу людських ніг, а комп'ютери й телеекрани у додаток до цього змушують до проведення у сидячому положенні все більше часу і роботи і дозволя.

Звуження об'єктивної необхідності ходіння з прямуванням до нульового рівня тягне за собою й примітивізації його суб'єктивної моделі як на індивідуальному, так і соціальному рівні, а відтак послаблює й внутрішні, особистісні детермінанти довольної організації цієї первісної рухової практики у не лише достатніх обсягах, але й у достатньо різноманітних формах. За таких умов потрібна спеціальна педагогічна увага щодо формування культури ходьби постмодерної особистості. Розбудова такої культури повинна розпочинатися з психосемантичної трансформації концепту «ходьба». Насамперед потрібно відмовитись від надмірно абстрактної, трансситуативної рефлексії ходіння. Її потрібно розглядати не просто як послідовність кроків, а як рух нерозривно пов'язаний з ситуацією, умовами, середовищем у якому він здійснюється. Крокування по асфальту, навіть, у сквері чи парку і переміщення в лузі чи лісу це не тотожні види ходіння, як і не тотожними є і ходіння у взутті з жорсткою підошвою, м'якому взутті та босоніж. Окрім відмінностей зумовлених різними типами середовища, неоднаковий вплив ходьби спричиняє і її тривалість, темп прогулянок, їх цільова орієнтація, тип когнітивного навантаження тощо. Зазначені особливості ходьби дуже корисно знати школярам та молоді. Тому видається доцільним упровадження тренінг-семінарів та коучингового супроводу за такими програмами як «Оздоровча ходьба», «Креативно-стимуляційна ходьба», «Психотерапевтична

ходьба», «Неозбиральницька ходьба», «Пластування та кроулінг», «Скандинавка та пасторальна ходьба» тощо.

У контексті підготовки майбутніх психологів органічно можуть бути включені в програму «екологічна психологія», в основу викладання якої покладена настанова на психологічне забезпечення впровадження принципу природовідповідності (екологічної відповідності, екологізації) в різні сфери особистого та соціального життя. Без достатніх обсягів та різноманіття ходьби досягнення природовідповідного рухового режиму постмодерної особистості неможливо. Тому наявність розвинутої особистісної концепції ходьби екологічна компетентність постмодерної особистості. Сформувати її є однією з найважливіших проблем екопсихопедагогіки.

В.Я. Бодрієнко,
КЗОСЗШ № 39 ДМР, м. Дніпро

НЕБАЖАНА ВАГІТНІСТЬ У РАНЬОМУ ВІЦІ

Організм дівчини у 13-17 років ще недостатньо готовий для того, щоб виносити дитину без ускладнень і народити її. Поява перших місячних – це ще не завершення статевої зрілості. Менструації свідчать лише про те, що в яєчниках виробляються яйцеклітини, і дівчина може завагітніти. Вагітність і пологи вимагають зрілості інших органів і систем. У юних вагітність можуть виникнути дуже серйозні ускладнення, які несприятливо позначаються на здоров'ї і юної матері, і малюка.

Дуже часто хлопець, який справді кохає дівчину, коли дізнається про її вагітність, лякається і тікає. Можливо, він і насправді кохав дівчину, не хотів їй зла, але не готовий узяти на себе відповідальність і турботу про сім'ю. І дівчина залишається сам-на-сам зі своїми проблемами.

Навіть якщо хлопець вирішує одружитися, то статистика свідчить, що ранні шлюби, укладені під тиском обставин (вагітність дівчини), дуже часто бувають неміцними і швидко розпадаються. Узагалі, перше кохання рідко завершується шлюбом. Головна причина – неготовність до подружнього життя, соціальна незрілість. За дослідженням, зі ста шлюбів, у яких партнерам ще не виповнилось 20 років, 84 розпадаються у перший же рік! Найкращий вік для шлюбу – від 23 до 27 років. Серед пар, які побралися в такому віці, найменший відсоток розлучень – розходиться лише одна з п'яти.

При вагітності постає вибір – народжувати чи зробити аборт. Якщо дівчина вирішує народити, виникає багато проблем. Ви ще молоді, у вас немає професії, а дитину потрібно годувати, одягати, утримувати. Крім того, слід завершити власну освіту. Дитині потрібно приділяти багато уваги – маленькій – узагалі 18 годин на добу. А ви ще молоді – вам ще захочеться на танці...

Є інший вибір – зробити аборт. Це завжди моральний вибір. До аборту немає однозначного ставлення. Багато хто, зокрема і церква, вважають аборт убивством. Крім того, він є надзвичайно шкідливим для організму жінки, навіть зрілої, дорослої, а тим паче юної. Особливо згубний він при першій вагітності. Аборт може призвести до безпліддя. Ось деякі дані: аборти стають причиною смерті кожної четвертої жінки.. Така операція, проведена навіть в умовах стаціонару, навіть найдосвідченішим лікарем, призводить до багатьох ускладнень, таких як безпліддя, порушення менструальної функції, запальні процеси статевих органів, невиношування вагітності, а деколи навіть закінчується великим операційним втручанням. Це вже не кажучи про моральний стан дівчини. І марно сподіватися, що це трапиться не з тобою.

Ранні статеві стосунки спричиняють і інші неприємності, наприклад, ХПСШ. Найвідоміші: ВІЛ, венеричні хвороби (сифіліс, трихомоназ), гепатит С, герпес тощо. Це також може призвести до безпліддя в майбутньому. Тому при статевих контактах слід обов'язково користуватися презервативом, який хоча б частково захищає від деяких ХПСШ.

Дівчата йдуть на статеву близькість переважно з цікавості чи через наполягання хлопця, а не тому що їм це потрібно. Організм чоловіків улаштований так, що вони фізіологічно прагнуть статевих стосунків від початку статевого дозрівання, а в дівчині жінка пробуджується набагато пізніше, часто після народження дитини. Тому перший статевий акт може принести не тільки неприємні відчуття, біль, кровотечу, а й розчарування, почуття сорому, особливо коли він відбувся у невідповідних умовах, у страху перед небажаною вагітністю, перед тим, що хлопець кине, хтось дізнається. Дівчина може почуватися «використаною». І це позначиться на ставленні дівчини до сексуального життя, призведе до фригидності (холодності).

Крім того, менталітет нашого народу такий, що в усі часи в дівчатах цінувалася чистота, цнота, незайманість. У давнину, коли дівчина виходила заміж, після першої шлюбної ночі на браму вивішували простирadlo за слідами крові як підтвердження її незайманості. Якщо крові не було, дівчину чекала ганьба і розлучення. І попри всю нашу сучасність, розкутість, більшість хлопців хочуть, щоб їхня майбутня дружина була дівчиною. Така слов'янська психологія.

Інтимна близькість може бути прекрасною і потворною, може зробили людину щасливою і нещасливою, тож не поспішайте з цим, бережіть себе, не спішіть пізнати те, що від вас нікуди не втече. Не розтрачайте себе на дрібниці. Повірте, що очікування кохання, мрії про нього – не менш прекрасні, ніж саме кохання.

Тому обмірковуюте наслідки своїх учинків, думайте перш за все за себе, за своє здоров'я, психологічний стан, майбутнє. Будьте більше егоїстами. У всі віки саме жінка зберігала за собою право визначати межі

стосунків. Ви обираєте, що робити зі своїм життям, ви відповідаєте самі за себе, за свої рішення.

Кожна дівчина повинна вміти сказати «ні», особливо тоді, коли від цього залежить її життя.

Проте, дівчата, якщо все ж із вами відбувалося щось подібне, то це, звичайно, не кінець світу. Потрібно опанувати себе, пережити і вистояти, не витратити себе і свою гідність. Адже даремно кажуть, що жіночність – це мужність залишатися жінкою за всіх обставин. Випробування загартовують, дають життєвий досвід, участь. Кожна людина має право на власні помилки. І я думаю, що насамперед тут допоможуть найближчі люди, мама. Можна також звернутися до психолога.

Нарікають останнім часом дівчата: погані хлопці, немає добрих. Але дуже часто ми забуваємо, що це ми, жінки, виховуємо і справжніх чоловіків, і моральних потвор. Я десь прочитала, що справжніх чоловіків рівно стільки, скільки справжніх жінок. Саме дівчина, жінка покликана творити, облагороджувати світ та чоловіків, створювати умови для виявлення ними справжніх суто чоловічих рис.

Науковий керівник: О.І. Крамар, викладач.

О.С. Бойко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ТРИВОЖНІСТЬ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРУ

Тривожність – це індивідуальна психологічна особливість, в той чи інший мірі притаманна кожній людині, що виявляється в схильності переживати тривогу.

Тобто, тривога і тривожність, що звучать схоже, все ж є декілька різними, хоча і пов'язаними поняттями.

Тривога – негативно офарбована емоція, що викликана відчуттям невизначеності і, на відміну від страху, з'являється в момент, коли погрози для людини ще немає чи взагалі не може бути.

Тривожність, як вже було сказано, це переживання відчуття тривоги і вона в той чи інший мірі притаманна кожній людині.

Для визначення індивідуальних відмінностей в рівні тривожності, в 1953 році американська вчена Джанет Тейлор розробила тест, що складався зі стверджень типу «Мені часто сняться кошмари» або «Мене легко збентежити». Спираючись на результати цього тесту, дослідники зробили висновок, що існує два види тривожності: один – як більш стійка риса особистості, другий – як реакція індивідууму на загрозову ситуацію.

Заради кращої відмінності особистісної та ситуативної тривожності Спілбергер позначив першу як «Т-властивість», а другу – «Т-стан». Тоб-

то, особистісна тривожність є постійно. Категорією і визначається типом нервової системи, характером, темпераментом, вихованням.

Ситуативна тривожність залежить від поточних проблем і переживань – перед відповідальною подією у більшості людей вона значно вища, ніж під час звичайних буденних справ.

Тривожність має ряд соматичних проявів: нерівне дихання, тремтлякі кінцівки, скутість рухів, розлад шлунку, пришвидшення серцебиття, підвищення артеріального тиску.

Серед поведінкових змін можуть відмічатися апатія, безініціативність, млявість або демонстративна агресія. Така поведінка найчастіше супроводжує занижену самооцінку.

Як уже говорилося, тривожність впливає на багато аспектів нашого життя. І одним із таких є процес адаптації студентів на перших курсах навчання.

Причинами підвищення рівня тривожності можуть бути: зміна кола спілкування, підвищення навчальної навантаження, зміна дисциплін, невміння виконувати поточні навчальні завдання у самостійному режимі, перерозподіл контролю із зовнішнього батьківського на самоконтроль при збереженні відповідальності перед батьками і, звичайно, страх перед сесією.

Високий рівень тривожності (як і занадто низький) може відображати неблагополуччя студента, його особистісного розвитку, негативно впливати на його успішність у навчальній діяльності. У процесі навчання студенти постійно стикаються з різними труднощами і відчують інтелектуальні, емоціональні, інформаційні навантаження.

Роль тривожності висока, коли студент опановує нову діяльність, при його підготовці до важких життєвих ситуацій. Вона може мобілізувати студента, допомогти йому відповідально підійти до рішення будь-яких задач чи навпаки – сформувати навантаження, невпевненість, відчуття провалу.

Таким чином, можна зробити висновок, що тривожність несе в собі не тільки негативний, а й позитивний сенс.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Т.В. Брус,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ДИТЯЧОМУ ВІЦІ

Сучасний світ – це постійні динамічні зміни, наслідками яких є різноманітні стреси, які переживає особистість. Одним з найбільш актуальних питань психологічної науки є поняття «емоційний інтелект» – EQ, який учені визначають як здатність людини розуміти й контролювати свої емоції та емоції оточуючих. Доведено, що EQ є набагато важливішим факто-

ром, який сприяє успіху людини, ніж «звичайний» інтелект – IQ. А також саме емоційний інтелект є захисним чинником особистісного вміння переживати сильне емоційне напруження і стрес. Це підтверджує актуальність дослідження емоційного інтелекту особистості як в теоретичному так і в прикладному аспектах.

Уведення поняття емоційного інтелекту в психологічний тезаурус сприяло інтенсифікації досліджень, спрямованих на операціоналізацію емоційно-інтелектуального конструкту (І. Андрєєва, О. Власова, Г. Гарскова, Д. Карузо, Д. Люсін, Дж. Майер, Е. Носенко, Р. Робертс, П. Саловой), дослідження адаптивних функцій та адаптаційного потенціалу емоційного інтелекту (І. Аршава, Р. Бар-Он, М. Бреккет, Н. Коврига, Т. Кумскова, В. Овсянникова, Г. Юсупова), виявлення зв'язку між складовими емоційного інтелекту та лідерськими, управлінськими якостями (Д. Гастелло, Д. Гоулман, В. Єрмаков, А. Мітлош, А. Петровська), розвиток емоційного інтелекту та його складових (М. Манойлова, М. Нгуен, О. Приймаченко, К. Саарні). Однією з перспективних сфер дослідження емоційного інтелекту є освіта (Е. Аронсон, М. Манойлова).

Існує три загальних визначення емоційного інтелекту: як здатності діяти з внутрішнім середовищем своїх почуттів і бажань; як здатності розуміти відносини особистості, що репрезентується в емоціях, і керувати емоційною сферою на основі інтелектуального аналізу і синтезу; як сукупності емоційних, особистих і соціальних здібностей, які впливають на загальну здатність ефективно справлятися з вимогами і тиском навколишнього середовища.

Високий емоційний інтелект допомагає збалансувати емоції і розум, відчуті внутрішню свободу та відповідальність за себе, усвідомити власні потреби і мотиви поведінки, рівновагу, а також скоригувати стратегію власного життя. Він асоціюється з почуттям загального щастя. Низький емоційний інтелект призводить до нещастя і характеризується страхом, самотністю, нестабільністю, агресією, почуттям провини, депресією, фрустрацією.

Практичний інтерес до проблеми розвитку емоційного інтелекту особистості зумовлений тим, що вона має прикладний аспект, зокрема у сферах: лідерства і управління (Д.Гастелло, Д. Гоулман, В. Єрмаков, А. Мітлош, А. Петровська), освіти (Е. Аронсон, М. Манойлова), та бізнесу. Емоційний інтелект розглядається як один із провідних чинників забезпечення успішності життєдіяльності людини. Сучасні умови життя із підвищеним рівнем стресу призводять до зниження адаптаційних можливостей особистості в умовах змінливого соціально-психологічного середовища.

Щодо розвитку емоційного інтелекту на сьогодні у психологічній науці існує дві групи опонентів. Перші психологи стверджують, що рівень EQ закладений у генах як певна біологічна властивість мозку. Їхні опоненти наполягають на тому, що емоційний інтелект можливо розви-

вати й нарошувати. Наприклад, Дж. Майер та П. Саловей вважають, що підвищити рівень емоційного інтелекту неможливо, оскільки це відносно стійка властивість людини. З точки зору Д. Гоулмана емоційний інтелект можна розвивати в будь-якому віці, починаючи з дитинства, та вдосконалювати в дорослому віці.

Сенситивним періодом розвитку емоційного інтелекту більшість дослідників вважає період дитинства. Емоційний досвід дитини, який вона здобуває в сім'ї та школі, формує її емоційні схеми, роблячи її компетентною або некомпетентною – на основі емоційного інтелекту. Д. Гоулман відзначає, що дитинство і підлітковий вік є «вікнами можливостей» для формування емоційних звичок, які впливають на життя людини. Л.М. Новікова наголошує на тому, що розвиток емоційного інтелекту набуває актуальності саме в дошкільному та молодшому шкільному віці, бо в ці періоди відбувається активне емоційне становлення, формування вміння до рефлексії та децентрації. І.В. Опанасюк підкреслює, що у старшому шкільному віці створюються умови для свідомого розвитку емоційного інтелекту, який характеризується високою сенситивністю, гнучкістю психічних процесів і підвищеним інтересом до сфери внутрішнього «Я». Т.С. Кисельова проаналізувала різні зарубіжні програми розвитку емоційного інтелекту в дитячому віці і наводить дані, які підтверджують їх ефективність. На думку О.І. Власової нервові шляхи мозку розвиваються до середини життя, що дає підстави говорити про ефективність розвитку емоційного інтелекту саме у дорослих. П. Соловей зазначає, що слід дуже обережно ставитися до розробки і впровадження програм розвитку емоційного інтелекту дітей і підлітків, оскільки обмеження розвитку емоційної сфери дитини системою тренінгів може призвести до запрограмованої одноманітності і втрати індивідуальних особливостей. І.М. Андреева підкреслює, що розвиток емоційного інтелекту розглядається вченими в двох аспектах: вивчення окремих здібностей емоційного інтелекту в онтогенезі та цілеспрямованого (тренінгового) впливу на розвиток окремих показників емоційного інтелекту.

Існують також біологічні передумови розвитку емоційного інтелекту: рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, особливості темпераменту. Соціальні ж передумови емоційного інтелекту: синтонія, яка змінюється раціоналізацією; рівень розвитку самосвідомості; впевненість у своїй емоційній компетенції; рівень освіти батьків і сімейний дохід; емоційно стабільні стосунки між батьками; «винагороджуючи соціалізація емоцій» у сімейному вихованні; гендерні особливості виховання; андрогінність; емоційна компетентність; зовнішній локус контролю; релігійність.

Ю.В. Давидова емпірично встановила статеві-рольові відмінності емоційного інтелекту та його ознак у підлітковому віці: у дівчаток більш високий рівень розвитку емоційного інтелекту у зв'язку з тим, що показники емоційного інтелекту, які репрезентують фактор «розуміння емо-

цій» (емоційна обізнаність, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей) у них вищі, ніж у хлопчиків.

На сьогодні найпродуктивнішими методами розвитку емоційного інтелекту, які описуються у науковій літературі, є: гра, арт-терапія, психогімнастика, когнітивно-поведінкова терапія, дискусійні методи, моделювання, рольові ігри, зворотній зв'язок та проектна діяльність.

Варто перелічити декілька способів такого розвитку: розвиток самосвідомості та вміння керувати емоціями (самоконтроль), формування здатності усвідомлювати і оцінювати свої емоції та їх інтенсивність, починаючи з базових станів (радість, страх, смуток, злість), сприймати навколишній світ з різних точок зору («Що я відчуваю? Чому? Як змінити відчуття, які завдають мені дискомфорт?»), навчитися визначати джерело емоції і ступінь інтенсивності емоції (за шкалою від 1 до 10), розширення діапазону емоцій (навчитися розрізняти якомога більше своїх та чужих емоцій), відвідування тренінгів спеціалістів у цій сфері.

Отже, емоційний інтелект – це важлива складова розвитку особистості, яку можна і треба розвивати. Процес розвитку емоційного інтелекту має особливості, проте основні структурні елементи емоційного інтелекту починають розвиватися у молодшому шкільному віці і з віком не зникають, а вдосконалюються упродовж періоду навчання та розвитку. Вчені стверджують, що не можна пропускати ігрову стадію розвитку дитини, де формуються основи розвитку EQ, тому що основний спосіб розвитку емоційного інтелекту полягає в стимулюванні фантазії та уяви дитини, використанні сюжетно-рольових ігор, як основного засобу розвитку EQ. Для розвитку емоційної компетентності, керування емоціями важливо вдосконалювати процеси сприйняття і емоційну оцінку дійсності.

Науковий керівник: Н.В. Грисенко, канд. психол. наук.

М.В. Булгак,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПОЛІТИЧНИЙ ІМІДЖ КАНДИДАТІВ ТА СВІДОМИЙ ВИБІР ЕЛЕКТОРАТУ

Політику творять і реалізують люди. При цьому у своїй діяльності, поведінці вони керуються певними уявленнями, мотивами, цілями, настроями та емоціями. Виходячи з цього політика загалом, як і окремі політичні події та явища, значною мірою залежить від природи, психіки конкретних людей. Одним з найважливіших компонентів політичної діяльності є – політична свідомість.

Це опосередковане відображення політичного життя суспільства, суттю якого є політичні ідеї, погляди, інтереси, настрої, почуття.

Об'єднуючись у певну систему, вони утворюють політичну ідеологію. Носіями політичних ідеологій можуть бути багато суб'єктів: особистість, група, клас, нація, маса, суспільство. Такого роду ідеології виконують важливі соціальні функції, як пізнавальну, мобілізаційну, нормативну-регулювальну, контрольну і навіть функцію політичної соціалізації.

Масова свідомість – один з видів суспільної свідомості, найбільш реальна форма її практичного існування та втілення.

Спираючись на вище сказане, можна визначити що, основою політичної свідомості становлять знання, які засвоїла людина спираючись на процеси мислення.

Політичне мислення — це опосередковане й узагальнене відображення людиною (політиком) політичних явищ і процесів об'єктивної дійсності в їх історичних, часових зв'язках і відносинах. Продуктом політичного мислення є думки. Важливу роль в особливостях індивідуального політичного мислення становить – критичність. Люди з такою особливістю мислення не просто критично оцінюють усе, що знають, бачать, уміють і роблять самі та інші люди, вони не піддаються сліпо впливу думок, поглядів, спонукань інших людей. Як правило, такі люди добре володіють мистецтвом визначення відмінності між “за” і “проти”, прийняття виважених рішень.

Кожне суспільство характеризується властивими лише йому системою та ієрархією цінностей, в політиці вони відіграють дуже важливу роль. Кожне суспільство характеризується, властивими лише йому, системою та ієрархією цінностей, які не лише зумовлюють життя окремої людини, а й спроможні трансформувати розрізнене населення в народ. Мотивувальним чинником політичної діяльності є потреба або потреби людини, особистості у самовираженні, самореалізації, визнанні, свободі, самозабезпеченні, владі, звеличенні та ін.

На початку створення політичного іміджу політика, політтехнологи, політичні психологи та іміджмейкери звертають особливу увагу на вище сказані аспекти: політична свідомість електорату, політичну ідеологію народних мас, здатність до критичного мислення, ієрархії цінностей суспільств. Також, ці аспекти грають важливу роль в аналізі політичної ситуації визначних місць (виборчих округів). Завдяки аналізу спеціалісти створюють стратегічної лінії виборчої кампанії.

Отже, імідж політичного лідера – це образ, який спеціально формується в очах різних соціальних груп. Він виникає не спонтанно, а завдяки цілеспрямованим зусиллям, як самого лідера, так і його команди.

Політичний імідж – це сукупність уявлень, сприйняття і переконань, що має індивід або група індивідів про різні політичні явища або товари. Як правило, поняття іміджу відноситься до конкретної людини, але може розповсюджуватися на групу осіб, організацію, товар. Він формується, як на основі реальної поведінки особи, так і під впливом оцінок інших.

За допомогою іміджу створюється яскравий образ політика, який запам'ятовується. Важливо пам'ятати, що імідж політика це вихідний матеріал, попередньо прицільно оброблений для мінімізації негативних рис і максимізації позитивних, які в першу чергу будуть акцентуватися в засобах масової інформації. Найважливішими рисами в іміджі політика вважається: впевненість в собі і в своїй справі, сила, позиція служителя суспільства, турбота про людей, добре знання їх проблем, прагнення поліпшити життя громадян, високі моральні якості, ентузіазм. Як правило цілісний імідж складається з ряду «мікроіміджей» - конкретних моделей, що розкривають риси підсумкового «образу». Саме вдало сформований імідж політичного діяча може визначити перемогу на виборах.

Успіх політичних партій в значній мірі зумовлено їх лідерами, бо в умовах існуючої політичної культури, увага потенційного виборця концентрується на особистості, яка представляє цю партію. Ні в кого, мабуть, не викликає сумнівів те, що якщо ви хочете, щоб за вас проголосували, треба подібати виборцям.

Зовнішність – це важлива складова іміджу, але аж ніяк не єдина. Є ще «внутрішня» і «процесуальна» складові іміджу.

Зовнішня складова має безліч якостей: від взуття до зачіски, включаючи міміку, манери, костюм, зачіску, ходу, голос, жести.

Внутрішня складова – це менталітет, тобто напрям думок, інтелект, професіоналізм, інтереси, цінності, хобі тощо.

Але для політика це, насамперед, політичні ідеї. Політик без політичних ідей стає безбарвним. Вироблення політичних ідей для політика – це те, що і робить політика політиком. А те, як він відстоює свої ідеї – це процесуальна складова іміджу.

М. Херманн виділяє чотири збірних образи (імідж) лідерів на основі обліку чотирьох змінних: характеру лідера; властивостей його конституентів (прихильників, виборців і т.д.); способів взаємозв'язку лідера і його прихильників; конкретної ситуації, у якій здійснюється лідерство.

Перший образ (імідж) – *лідер-прапороносець*. Його відрізняє власний погляд на реальність, наявність образу бажаного майбутнього й знання засобів його досягнення.

Другий образ – *лідер-служитель*. Він досягає визнання завдяки тому, що найточніше виражає інтереси своїх прихильників. Лідер діє від їхнього імені.

Третій образ – *лідер-торговець*. Його істотна риса – здатність привабливо піднести свої ідеї й плани, переконати громадян у їхній перевазі, змусити “купити” ці ідеї, а також залучити маси до їхнього здійснення.

Четвертий образ – *лідер-пожежний*. Він відрізняється швидкою реакцією, здатний ефективно діяти в екстремальних умовах, швидко приймати рішення, адекватно реагувати на ситуацію.

Найбільш ефективний шлях використання іміджу політика – демонстрування у засобах масової комунікації. Саме завдяки основним комуні-

кативним технологіям – політичній рекламі, PR, пропаганді – політичний лідер має можливість сформувати позитивний імідж, і отримати бажану перемогу в електоральному процесі.

На першому етапі досліджується «політичний ринок», в результаті чого знаходиться потрібна «політична ніша».

Другий етап – це вибір того чи іншого типу рекламної кампанії за критеріями спрямованості (цільова кампанія або тотальна), «географії» охоплення електорату і т. д.

На третьому етапі розробляється концепція політичної рекламної кампанії на основі обраної стратегії.

Четвертий етап включає створення медіаплану, розміщення рекламної продукції на тих чи інших рекламоносіях.

П'ятий етап – проведення самої політичної рекламної кампанії.

Отже, таким чином політичний імідж може впливати на свідомий вибір електорату, але фактори такі як критичне мислення, потенційно можуть запобігти впливу. При цьому рівень розвитку політичного мислення, під час прийняття рішення у виборців, грає дуже важливу роль. Спираючись на вище наведене, можна зробити висновок, що вдало сформований імідж політичного діяча може в значній мірі впливати на рейтинги як окремого політика, так і цілої політичної партії.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

А.В. Бурхович,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФЕНОМЕН САМОТНОСТІ ТА ЖИТТЄВИЙ СЦЕНАРІЙ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Сьогодні продовжує бути актуальним питання «самотності», в нашій праці ми приділили увагу респондентам підліткового віку.

Насамперед потрібно дати визначення, що ж таке «самотність»? Самотність на думку вчених є психічне явище, стан людини, відокремлення від соціуму, причиною якого є не сприйняття людини іншими, таким який ти є.

Ми вважаємо, що це проблема дійсно актуальна, підлітки є продовженням нашої нації, здорової нації. Це питання досліджували багато мислителів, такі як: В.Франкл, Е.Фромм, С К'еркегор та інші. Як вважали ці визначні люди, підлітковий період є важливим – це перехід від дитинства до дорослості, в цей час відбувається нові утворення в психіці підлітка.

Людина є соціальною особою. В той час коли по усьому світу відбувається глобалізація, зріст кількості населення, мегаполіс поглинає нас повністю і «диктує свої правила», тому по неволі ми вимушені постійно

спілкуватися, для вирішення певних життєвих питань на протязі всього життя і тому важливо бути сприйнятим суспільством або вміти видавати свої недоліки за особливості. Виключенням є люди, які свідомо прийшли до затворництва з якихось релігійних питань, які не відчувають себе самотніми, а навпаки є стимулом для пізнання себе, свого «Я», але це малий відсоток.

Підліток за короткий час зустрічається із проблемами дорослого життя не маючи ресурсів дорослої людини до вирішення цих питань. Тут і починається розвиток комплексів. Респондент відчувається не повноцінним, не таким як більшість однолітків, починає поступово відсторонюватись від негативного досвіду, не спроможний сам подолати це, результатом чого і є самотність. Але кожен повинен пройти цей шлях для отримання досвіду, щоб далі впевнено крокувати.

З багатьма проблемами підліток зіштовхується в навчальний період: школи, технікуми, вищі заклади, де відбувається не розуміння, всі люди різні, з різними уподобаннями, а ти вимушений жити по шаблону, нав'язаний іншими. Навколо починають насміхатись, нерідко знущатись, бо ти не відповідаєш їхнім уподобанням! З боку педагогів не достатнє реагування на проблему, знехтування, або через брак досвіду, в родині відбувається не порозуміння, якщо дитина звернулась з проблемою. Дитина замикається в собі. Наслідками такого постійного стресу є при бігання до алкоголю та наркотикам, або все може скінчитись суїцидом. Особа попадає в замкнуте коло, де самотужки з нього не вийти!

Проаналізувавши все вище написане, ми б хотіли запропонувати деякі рекомендації, що до запобігання печальної ситуації, яка відбувається в суспільстві:

- увага педагогів, семінари, стосовно певної теми, для своєчасного реагування для подальшої допомоги;
- обов'язково в штаті закладу навчання посада кваліфікованого психолога певного профілю;
- створювати та розвивати соціальні безкоштовні заклади допомоги підліткам які переживають знущання з боку однолітків, заклади допомоги від залежності від шкідливих речовин;
- контроль з боку соціальних служб сімей де є такі діти, так як проблема може існувати в родині, сімейне насилля;
- привертання уваги телебаченням до проблеми;
- в шкільну програму включити предмет соціального виховання, де б розглядалися питання поведінки в суспільстві, взаємодопомога, не байдужість;
- профілактична робота психолога, не залежно від того зверталась дитина чи ні, робота з батьками, якщо виникають питання;
- реагування родини на проблему з якою звернулась дитина: вислухати, стати на сторону дитини, бути прикладом. Підліток повинен відчувати себе захищеним вдома.

Ми розуміємо, що економічна ситуація в державі змушує нас постійно працювати, для забезпечення фінансово своєї родини для нормального життя, і результатом цього є те, що у нас не вистачає часу на близьким, хоча б просто спитати: «Як пройшов твій день?», « Чим займався?», «Чи є в тебе нові друзі?». Потрібно замислитись, а для чого ми прас тільки працюємо, якщо нашим близьким так не вистачає нас.

Ми є прикладом для своєї дитини. Вона відтворює нашу модель поведінки.

Дитина повинна відчувати себе потрібною, впевненою в собі, сприймати себе такою якою вона є. Потрібно працювати з підлітком для психокорекційної та розвивальної діяльності. Розвивати в ній самовпевненість, вагомість, і тоді ми запобіжимо спостерігання печальної картини в нашому житті.

Здорова нація, її формування зароджується саме на ранніх етапах, коли йде перехід від підлітка до дорослого, отже для того, що нація була «соціально здорова», ми повинні постійно в собі це виховувати.

Науковий керівник: О.А. Днірова, канд. мед. наук, доц.

М.С. Вовк,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

УСПІШНІСТЬ ТА ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ

Протягом життя кожна людина відчуває і проживає емоції безліч разів. Насамперед емоції – це суб'єктивні реакції людини на впливи зовнішніх і внутрішніх подразників, що відображають у формі переживань їх особисту значимість для суб'єкта і проявляються у вигляді задоволення або незадоволення. Емоції, які проявляються у вигляді задоволення, називаються позитивними, а в вигляді невдоволення – негативними. До перших відносяться, наприклад, радість, захоплення, симпатія, до других – страх, гнів, ненависть. Емоції дуже важлива складова нашого життя, але чи завжди вони нам підконтрольні. Нерідко бувають випадки коли ми говоримо собі, що потрібно було вчинити інакше. Саме для цього нам і потрібний емоційний інтелект.

Емоційний інтелект – здатність людини розпізнавати емоції, розуміти наміри, мотивацію і бажання інших людей і свої власні, а також здатність керувати своїми емоціями та емоціями інших людей з метою вирішення практичних задач. Відноситься до гнучких навичок.

Дослідники Джон Мейер та Пітер Селоуей, які наприкінці 20-го століття вперше описали це поняття, називають чотири напрямки емоційного інтелекту:

– як ми оцінюємо та виражаємо емоції. Розвинений емоційний інтелект – це саме те, що дозволяє більш-менш точно оцінити емоції інших людей і навчитися правильно виражати власні емоції;

– що про них знаємо. Йдеться не про те, щоб знати їхні назви, типи чи класифікації. Це про ширший культурний і суспільний контекст: чи знаємо ми, що саме в нашому середовищі спричиняє певні емоції. Одні й ті самі дії і слова в різних суспільствах або й менших групах можуть викликати абсолютно різні емоції;

– як ними керуємо. Йдеться про те, щоб стримати емоцію, не показавши її (не розгніватися, коли так хочеться), і про те, щоб врегулювати свій стан після того, як емоції вже проявилися (заспокоїтися після того, як розгнівалися). Дослідники стверджують, що чим більше розвинений емоційний інтелект, тим легше людині натиснути на гальма і врегулювати свої емоції;

– як на їх основі приймаємо рішення. Четверта складова емоційного інтелекту стосується поведінки. Нехай у спілкуванні з іншою людиною ми побачили певну емоцію і правильно її визначили. Розуміння емоцій має допомогти у найважливішому – вирішити, як поводитись. Емоції – це така ж інформація, як вчинки, слова і жести. Цю інформацію людина використовує, щоб обґрунтувати свої дії.

Метою нашої роботи є розглянути поняття емоційного інтелекту і дослідити його рівень, а також. Згідно з метою нашої роботи, можна виділити наступні завдання:

- Розглянути поняття емоційного інтелекту в психології.
- Дослідити рівень емоційного інтелекту у людей віком від 20 до 25 років.
- Порівняти у кого рівень емоційного інтелекту вищий в хлопців чи дівчат цієї вікової категорії.

Емоційний інтелект багато досліджують, щоб дізнатися, як він пов'язаний із різними сферами життя, з роботою, з лідерством, зі щастям, зі щоденними звичками. До компонентів емоційного інтелекту можна віднести такі здібності: самоповага, емоційна усвідомленість, самовираження, незалежність, емпатія, соціальна відповідальність, міжособистісні відносини, стресостійкість, контролювання імпульсів, оцінка дійсності, гнучкість, рішення проблем, само актуалізація, щастя та оптимізм. Хороша новина полягає в тому, що емоційний інтелект можна розвивати протягом життя. Він не є сталою ознакою, і немає вікових обмежень. Потрібно постійно розвиватися як особистість, навчитися правильно розпізнавати власні емоції та розуміти емоції інших людей, а також розвивати здатність до управління емоціями.

Можна зробити висновок, що емоційний інтелект допомагає нам протягом усього життя. Маючи високий рівень емоційного інтелекту людина досягає більших успіхів тому що він є невід'ємною складовою комунікації без яких як відомо не можливо.

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРЯННЯ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Актуальність цього дослідження визначається кількома обставинами:

По-перше, в період бурхливих соціально-економічних перетворень, що супроводжуються стресами, особистісно-професійне благополуччя працюючого населення є важливою проблемою, яка набуває масштабів державної кадрової політики. В її рішенні особливе місце займають теорія і практика психологічної науки.

По-друге, результати багатьох досліджень в області психології праці, соціальної психології, психології професійного здоров'я, психології розвитку і ін. Показують, що праця, з одного боку, сприяє особистісному розвитку працівника, з іншого, може надавати руйнівний вплив на нього. У зв'язку з цим одним із завдань збереження надійності та працездатності працівника є виявлення і пом'якшення негативних наслідків взаємодії людини і професії.

В якості третьої обставини актуальності теми виступає те, що одним з негативних наслідків трудової діяльності є синдром професійного вигорання. Його наслідки виявляються в негативних переживаннях щодо себе, процесу і результатів праці, ділових відносин, особистісного благополуччя. Синдром вигорання являє собою форму психологічної дезадаптації і проявляється у фізичному, психічному виснаженні, «знеособлення» інших людей, втрати трудової мотивації або емоційно-ціннісного ставлення до професії.

Четвертою обставиною актуальності теми стало поширення синдрому вигорання серед різних працівників. Найбільшим ризиком до його появи схильні фахівці «допомагаючих» професій. До них відносяться соціальні працівники, як представники одного з найпоширеніших видів професійної діяльності.

П'ята обставина актуальності теми визначається тим, що за останні десятиліття виявлені багато чинників, які ініціюють появу і розвиток синдрому вигорання.

Теоретичний аналіз показує, що недостатньо розкритими залишаються особистісні фактори, що сприяють стійкості до професійного вигорання. Спираючись на концептуальний підхід до єдності свідомості і діяльності (Б. Г. Ананьев, О. М. Леонтьєва, Л.С. Рубінштейн.)

Діяльність соціального працівника відноситься до категорії професій з високою відповідальністю за життя людей, окремих верств населення і соціума в цілому. Соціальні працівники, постійно впроваджені в напружене спілкування з іншими людьми. І їх завданням є навчитися ставити

перед собою бар'єри в професійному спілкуванні від інших людей, бути менш емпатичним, інакше їм загрожує феномен «професійного вигорання». Безсумнівно, соціальний працівник постійно знаходиться в напруженій атмосфері сторонніх негативних емоційних переживань. А по природі психіка людини не може залишатися холоднокровною до проявів емоцій інших людей. У підсумку це може позначитися не тільки на погіршення здоров'я самого фахівця, але ще і на результаті і ефективності його роботи. І якраз тут доречна думка класика: «Ще один згорів на роботі».

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

Г.Ю. Гарамай,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

Інтернет-залежність — психічний розлад, нав'язливе бажання вийти в Інтернет і хвороблива нездатність вчасно відключитися від нього. Цей явище може спричинити стан, у якому людина фокусуватиметься на віртуальному, а не реальному світі.

Вікова категорія користувачів мережі – 18-24 роки. Ці роки вважають роками юності та студентства. Частіше за все студенти звертаються до послуг «Всесвітньої павутини» з наступних причин:

По-перше, це невід'ємна частина майже кожного сучасного студента, бо є постійна потреба в інформації при підготовці до семінарів, іспитів, та інших завдань. Легкість та доступність отримання будь-якої інформації нерідко призводить до звикання, що є наслідком відмови від книжок, газет, журналів та іншої літератури.

По-друге, можна спілкуватись з друзями та знайомими не відволікаючись від власних справ (робота, навчання, відпочинок та інше), інтернет надає змогу заводити нові знайомства в будь-якій точці Світу.

По-третє, студенти завжди шукають найлегший шлях до виконання робіт (курскових, контрольних, наукових, самостійних та інших) і з легкістю отримують всі відповіді на запитання завдяки інтернету.

Актуальність даної теми зростає кожного року, тому що кількість студентів-користувачів також зростає.

Є декілька причини, з яких виникає залежність від інтернету, наприклад: немає порозуміння з друзями або батьками, недолік уваги в реальному житті,

невміння контактувати з іншими людьми. Все це людина намагається отримати у віртуальному світі з нереальними друзями.

Людина не бачить віртуальних співрозмовників, та навіть не чує, тому найчастіше це надає їй впевненості. Але це є першим поштов-

хом до невпевненості при спілкуванні з однолітками або старшими людьми (публічні виступи, колективні обговорення). У студентів виникає звичка висловлюватися лише письмово в інтернеті, тому з'являється страх спілкування в реальності.

На сьогоднішній день третина студентів проводить в інтернеті понад чотири години свого часу. У майже 10% опитуваних виявили сильну залежність від інтернету, а у 81% – помірну.

Підводячи підсумок, варто зазначити, що постійна потреба в інформації, висока соціальна активність і недовільність часу на живе спілкування стає причиною інтернет-залежності студентів. Інтернет є легким в своєму користуванні та доступним майже для кожного на сьогодні, але на жаль, така залежність є розвитком проблем в їхньому житті, а інколи в житті оточуючих.

Науковий керівник: Л.Г. Бойко, доц.

І.В. Гаркуша,

*канд. наук із соц. ком., доцент кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

ЩОДО МЕТОДІВ ПРОТИДІЇ МАНІПУЛЯТИВНОМУ РЕСУРСУ ЗМІ

Проблематика маніпуляцій і маніпулятивних впливів на особистість набуває специфічних форм. З формуванням інформаційного суспільства маніпуляційні впливи можна вважати вже не фактором, а основою соціального світу. Ті тенденції, які були відзначені з середини ХХ ст. представниками критичних теорій, переросли в даний час в стійке становище соціально-економічного життя. «Культурна індустрія» з її акцентом на масовість і прибутковість створює умови для перетворення інформаційних потоків в область, використовуючи термінологію Кастельса, «реальної віртуальності».

Неминучість при зверненні реципієнта до ЗМІ та реклами, отримання ним маніпулятивних послань, тим не менш, не означає неминучість тотального впливу їх на особистість. Психологічні фактори та умови, що знижують вплив маніпуляцій, можуть бути використані для протидії небажанам, потенційно негативним для реципієнта (індивідуального або колективного) наслідкам.

Звертаючись до методів протидії маніпулятивному ресурсу ЗМІ, можна виділити наступні.

1. «Психологічне щеплення», що формується через попереднє критичне сприйняття аналогічної, але менш інтенсивної маніпуляції.

В даному випадку, ефективним є прийом «читання між рядків»: сприйняття та інтерпретація інформації, яка транслюється офіційними ЗМІ з точки зору її апріорної недостовірності.

2. «Інформаційний карантин» (періодична відмова від звернення до ЗМІ) для підвищення здатності до критичного сприйняття повідомлення.

3. «Креативне сприйняття» (свого роду ігрове осмислення одержуваної інформації, таке як інтерпретація її з протилежної точки зору, доведення до крайності пропонованих тез, транслявання пропонованої інтерпретації на аналогічні ситуації).

4. «Відхід в беземоційність» (уявне відділення раціонального повідомлення від його оцінок).

5. *Метод формування критичних здібностей Х. Ранка*. Дана методика, крім рекомендації мати загальну критичну установку до інформації, пропонує оцінювати її за шкалою перебільшення / применшення власних і чужих достоїнств і недоліків, фіксуючи частоту їх повторення. Це дозволяє побачити, наскільки часто в повідомленні присутні ознаки маніпулятивності і тим самим підвищити критичність сприйняття і стійкість до впливу.

Ці та подібні їм техніки, досить докладно описані в літературі, дозволяють уникати некритичності, механічності в сприйнятті текстів ЗМІ та реклами. Однак успішність їх застосування безпосередньо залежить від наявності у реципієнта установки на самостійне критичне мислення.

А. Глоба,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ КОШМАРНИХ СНОВИДІНЬ

Сон – одне з останніх явищ, яке ще не в повному обсязі вивчено нашою цивілізацією. Ми витратили тисячоліття на те, щоб спробувати зрозуміти, чому наш мозок створює настільки дивні картини уві сні, що відбувається, коли нам сняться сни, чому вони сняться і чи пов'язані вони з нашою реальністю. Сьогодні наука схиляється до того, що бачити сни, хороші вони чи погані, зрідка навіть корисно, тому що це продукт нашого мозку, який дозволяє боротися зі стресами. А як щодо кошмарів? І чи добре це для нас? Або кошмари можуть вказувати на реальну проблему в житті, яку ми найчастіше не помічаємо або не хочемо помічати?

Кошмар (фр. *cauchemar*, від др.-фр. *caucher* «тиснути») і *mare* «нічний привид») – тривожне, що лякає, страшне сновидіння. Нічні кошмари вважаються нефізіологічним розладом сну і виникають під час фази швидкого сну, тривалість якого варіюється між декількома хвилинами і півгодиною.

Кошмар закінчується зазвичай різким пробудженням в переляку, після чого як правило негайно приходить усвідомлення пробудження від сну, пов'язане з поверненням відчуття простору і часу.

Зазвичай сновидіння у вигляді нічного кошмару приймає явні сюжетні форми, причому в центрі сюжету опиняється сам сновидець.

Сюжет розвивається в вигляді переслідування, низки будь-яких нещасних випадків, підсумком яких, дуже часто, стає смерть сновидіння, з пробудженням в останній момент. Найчастіше у дорослих лідирують такі жахливі теми: параліч, падіння в порожнечу, погоня, запізнення, зустрічі з людьми в масках.

Нейробіологи виділяють два типи кошмарів: одні виникають в фазі парадоксального сну, залишаючи при пробудженні почуття гіркоти, фрустрації, гніву або провини; інші виникають в ході глибокого повільного сну, вони викликають в нас найбільшу тривогу аж до того, що, не вміючи вирватися з обіймів жаху, ми прокидаємося в холодному поту, тремтячи, з прискореним диханням та серцебиттям, інколи навіть з нестямними криками. Переляк і розгубленість після пробудження можуть зберігатися тривалий час. Дуже часто кошмари сняться дітям від шести до десяти років. Виростаючи, 80% з них пам'ятають, що їх мучило в дитинстві.

Серед дорослих – кожен двадцятий бачить кошмарні сновидіння. В середньому це відбувається один раз на місяць. У 1991 році було проведено порівняльне дослідження, яке продемонструвало, що наяву люди частіше, ніж уві сні, відчувають позитивні емоції, а почуття страху, безпорадності, занепокоєння і почуття провини виникає якраз в снах. Жінки бачать страшні сни майже в два рази частіше, ніж чоловіки, і набагато більш образні і закручені за сюжетом. Вчені пояснюють це тим, що жінки більш емоційно сприймають все, що відбувалося з ними протягом дня. Навіть переключивши увагу на інші справи, відволіктися, на жаль, виходить не завжди. У чоловіків і жінок по ночах бачаться різні агресори. Перші борються за своє виживання у військових конфліктах, в повенях, під час землетрусів і вивержень вулканів, вдаючись до дій. Жінкам здебільшого достається переживання від сварок, сцен розставання або приниження, участі в різноманітних психологічних драмах, де вони виступають героїнями фільму, використовуючи в битві слова і емоції.

Причинами кошмарів вважаються неосмислені, недопрацьовані точні події, що травмують переживання, стрес, психічні або тілесні навантаження. Також це можуть бути: слабка психіка у дітей, дитячі травми, стрес або депресія, ПТСР, недозволені внутрішні і зовнішні конфлікти, перевтома, захворювання, некомфортний сон, переїдання, творча особистість, збудники (кофеїн, нікотин, ліки і т.п.)

Фрейд вважав, що підсвідомість є чимось на зразок вигрібної ями: в повному обсязі виражені емоції містяться в ній в пригніченому стані. А сновидіння – це «царська дорога» до несвідомого. Нічні кошмари, особливо повторювані – характерні для тих, хто пережив жахи війни, зґвалтування, автокатастрофи і інші травми, – представляють собою оглядове вікно, через яке ми можемо підглянути, як вони створюють зв'язок в нашій системі пам'яті і породжують візуальні образи, що відображають наші превалюючі в даний момент емоції. Разом з «флеш-беками» і не-

бажаними спогадами, нічні кошмари є способом повторного проживання травми через місяці або роки після травматичної події. Після проживання травми, людині можуть снитися ті страшні події і речі, які мали місце під час проживання травми. Наприклад чоловік, який пережив пограбування, увісні може бачити грабіжника або те, що він знаходиться під прицілом.

Але ці модифіковані версії того, що сталося проходять поступове перетворення в кошмар, в міру того, як первинне переживання через нейронні мережі в корі зв'язується з емоційно співвідносним матеріалом, почерпнутим з реального життя або уяви. Через кілька тижнів або місяців, при невтомній співпраці з психологом, травма все рідше і рідше фігурує в сновидіннях, і поступово зміст повертається до нормального, так як тривожне переживання інтегрується в спогади про інше позитивне переживання, а негативні емоції, з ним пов'язані, втрачають свою силу.

Використовуючи методику лікування, яка називається образною репетицією: людині, яку терзають повторювані кошмари, рекомендують раз в день уявляти собі цей сон, але з іншим, позитивним закінченням, і повторювати цю вправу протягом двох тижнів. Змінений сюжет формує нову стратегію повторів, що як би розмикає ланцюг кошмарів. Як вважає Дірдре Барретт (фахівець з клінічної та еволюційної психології з Гарвардської медичної школи), таке «оволодіння» сновидіннями не тільки скорочує або взагалі усуває повтори лякаючих снів, але й благотворно діє на симптоми денних реакцій на травму, такі як спалахи минулого, підвищений старт, рефлекс. Автоматично знижується і загальна тривожність.

Але, не всі кошмари після травми безпосередньо пов'язані з нею. Близько половини потерпілих деяким чином програють травму знову увісні. Ті ж, хто страждає від ПТСР, найбільш часто бачать сні - точні повторення подій.

Лабораторні дослідження показали, що кошмари після травми в деяких аспектах відрізняються від нічних кошмарів в цілому, вони можуть виникати спочатку сну і на його різних стадіях з дуже частими мимовільними рухами тіла. І причини нічних кошмарів потрібно шукати вдень з допомогою фахівця, проаналізувавши можливі причини, що передують цьому.

У будь-якому випадку, ми повинні пам'ятати, сон – це тільки сон. Який би кошмар не приснився – він не зможе вплинути на наше життя, якщо, звичайно, ми самі цього не захочемо. Потрібно намагатися навчити себе справлятися з емоційним вантажем наших кошмарних сновидінь, а не чекати коли нас «важко ранять» увісні. Наші денні штампи контролюємо ми самі.

АСЕРТИВНА ПОВЕДІНКА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ СПОСІБ ВЗАЄМОДІЇ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Актуальність обраної теми зумовлена зацікавленістю сучасного суспільства у знайденні ефективних прийомів міжособистісної взаємодії. На сьогоднішній день кожна людина виконує багато соціальних ролей: донька/син, професіонал у своїй справі, керівник/підлеглий, учень/вчитель, чоловік/дружина, батько/мати, друг/подруга і т. д. У будь-яких відносинах є необхідність підтримувати приємний та дружній психологічний клімат, вирішувати проблеми та шукати порозуміння. Дуже часто люди займають пасивну чи агресивну позицію, що не сприяє ефективному вирішенню питань, подоланню труднощів чи непорозумінь.

Нашою метою є допомога людям молодого і зрілого віку у знаходженні оптимального способу ефективної міжособистісної взаємодії, при якому враховуються як власні інтереси та особливості, так і інтереси та особливості інших людей. Адже асертивна людина, не порушуючи прав оточуючих, домагається своїх цілей. Асертивна поведінка орієнтована на довгострокову співпрацю, командну роботу, ділові взаємини. У сучасній психології асертивна поведінка розглядається як засіб конструктивної міжособистісної взаємодії, що спирається на принципи гуманізму, при цьому заперечується маніпуляція, жорстокість і агресія щодо іншої людини.

На сьогоднішній день розроблені різноманітні спеціальні програми соціально-психологічного тренінгу, які націлені на розвиток і зміцнення асертивності. Багато з них більшою мірою наслідують біхевіоральній орієнтації, інші спрямовані на традиції гуманістичної психології, проте всі вони в тій чи іншій мірі керуються принципом розвитку здатності людини бути твердою, чесною і доброзичливою.

За шістдесят років вивчення асертивності такими зарубіжними психологами, як Д. Джексон, Т. Х'юстон, Д. Кемпбелл, Ф. Ікіз, Д. Халл, Х. Шредер, Д. Ліптон, Р. Нельсон, Л. Пендleton, Р. Лао, П. Чеслер, М. Симан, Дж. Еванс, У. Девіс, Дж. Фарес, Е. Кулі, Ж. Новицький, Р. Альберті, М. Еммонс, Л. Нота, С. Піккінін, С. Ратус, О. П. Федоров, О. В. Хохлова, Д. Вольпе, В. Каппоні, Т. Новак, В. А. Шамієва тощо, було отримано багато цікавих результатів щодо різних її аспектів. Ми проаналізуємо деякі дослідження, пов'язані з привабливістю, локусом контролю суб'єкта, його самовизначенням та прийняттям ним рішень.

У цих дослідженнях було встановлено, що люди, які мають високий рівень асертивності, частіше заявляють про себе в позитивному руслі, ніж люди з низькою асертивністю; вище оцінюють рівень свого комфорту та користь для суспільства, важливість асертивної поведінки.

Сприйняття асертивної поведінки жінок може відрізнятись від сприйняття асертивної поведінки чоловіків. Жінки з високою асертивністю оцінюються як менш привабливі, в порівнянні з жінками середньої асертивності; найнижчі оцінки вони отримують від випробовуваних жіночої статі. Оцінки асертивності жінок чоловіками – потенційними партнерами для побачень – виявилися позитивними на противагу незручностей, які жінки можуть відчувати через свою асертивну поведінку в ділових і професійних ситуаціях. Інтерналі поводяться більш асертивно, ніж екстернали, причому для чоловіків цей взаємозв'язок є більш значущим, ніж для жінок.

Підтверджено зв'язок між самовизначенням учнів і асертивністю в цілому та з її компонентами: наполегливістю та більшою ініціативою. Виявлено статистично значущі кореляції між асертивністю та якістю життя, самовизначенням, самоефективністю.

Індивіди з високою асертивністю успішніше справляються з розпізнаванням ситуації та орієнтацією в проблемі, зі знаходженням оптимальних рішень, вони впевнені в тому, що вміють краще за інших знаходити їх. Асертивні індивіди показали більш високу мотивацію до критики, ніж індивіди неасертивні, а високоасертивні більш впевнено заявили про свої здібності до критики і про її корисність.

Висновки.

1. Позитивна оцінка суб'єктом своєї зовнішності підвищує асертивність його поведінки.
2. Інтерналі поводяться більш асертивно, ніж екстернали.
3. Жінки з високою асертивністю поведінки можуть отримувати більш низькі оцінки привабливості переважно від інших жінок.
4. При знайомствах і зустрічах асертивна поведінка жінок може принести їм більше користі.
5. Жінки можуть зазнавати труднощів через свою асертивну поведінку в ділових і професійних ситуаціях.
6. Гендерна ідентифікація і стать не впливають на ставлення до асертивної поведінки жінок при їх спілкуванні з чоловіками.
7. Існує зв'язок між асертивністю самовизначенням, оцінкою якості життя і самоефективністю.
8. Високоасертивні індивіди мають перевагу в знаходженні оптимальних рішень.

На завершення варто підкреслити, що асертивність – це особистісна риса. Її розвиток пов'язаний із різними вміннями і здібностями: впевненістю у собі; увагою до оточуючих, до їх інтересів; вмінням взяти на себе відповідальність за позитивні та негативні події у своєму житті та ін. Асертивна особистість поводить себе твердо, але коректно; вміє висловити невдоволення та радість; прагне до людей, використовуючи стратегію співпраці.

КІБЕРБУЛІНГ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ДЕВІАЦІЙ У ПІДЛІТКІВ

Засоби комунікації та Інтернет в сучасному світі стали невід’ємною частиною життя кожної людини і дітей зокрема. Розвиток у сфері інформаційно-комунікативних технологій дає нам можливість спілкування без будь-яких перешкод (мовних, географічних, фінансових), але не дивлячись на це, стає загрозою психологічній безпеці особистості та суспільства.

Однією з загроз для особистості та суспільства в цілому є кібербулінг. Сама категорія «булінг» тлумачиться вченими як агресивна, навмисна, повторювана поведінка, яка здійснюється окремим індивідом або групою з метою принизити, залякати та встановити контроль над іншою особою.

Більшість дослідників подають визначення поняття «кібербулінг» подібні на ті, які використовують для пояснення традиційного булінгу.

На відміну від традиційного «булінгу», кібер-атаки здійснюються за допомогою мобільного зв’язку, сервісів миттєвих повідомлень, чатів і форумів, електронної пошти, соціальних мереж (найбільш відомі Twitter, Ask.fm, Однокласники, Facebook), веб-камери, веб-сайти, сервіси відеохостингу.

Особливостями інтернет-комунікації в умовах кібербулінгу є: позачасовість, мультимедійність, анонімність, опосередкованість, широка аудиторія. Саме цим і привертає увагу та інтерес того, хто стає агресором. В цих умовах агресор здатен на ті речі, які не зміг би зробити за умов спілкування «віч-на-віч».

Р. Ковальські, С. Лімбер, и П. Агатстон в своїй книжці «Кібербулінг: Булінг в цифровому столітті» (Kowalski et al., 2011) наводять такі розповсюджені способи травлі в електронному просторі: перепалки або флеймінг, нападки (постійні виснажливі атаки), обмовлення (розповсюдження наклепу), самозванство, відчуження (остракізм), кіберпереслідування, хепіслепінг.

До особистісних стратегій кібербулінгу відносяться: стратегія реваншу, втеча від нудьги, посилення реального булінгу інформаційно – комунікаційними технологіями.

Природа агресивних форм поведінки полягає не в окремих психологічних властивостях, а лежить в рамках єдиної структурно організованої системи людини.

Сучасний науковець В. Лютий вважає, що людину, якій властива девіація, потрібно сприймати як таку, що опинилася у скрутній життєвій ситуації та потребує допомоги в адаптації та захисту від таврування.

Серед девіацій, які виникли внаслідок дії кібербулінгу на особистість виділяють: психологічні (порушення вікових норм психічного розвитку), соціальні (порушення соціальних норм, що призводить до нанесення людиною шкоди собі або іншим) та фізичні (порушення в організмі, які викликають функціональні обмеження).

Девіації (лат. *deviation* – відхилення від норми) у людини, яка стала жертвою булінгу, проявляються через формування різних типів девіантної поведінки: адиктивної, саморуйнівної, протиправної, асоціальної.

Можна визначити емоційні та поведінкові особливості дітей, що стали жертвами кібербулінгу. До поведінкових відносяться: відстороненість від дорослих та інших дітей, агресивність при обговоренні теми булінгу; емоційні особливості: напруженість і страх при появі ровесників, дратівливість, нестійкий настрій.

Головна мета кібер-булера – погіршення емоційного стану жертви або руйнування її соціальних відносин.

Поведінка, яка відхиляється від норми, має негативні наслідки для розвитку особистості неповнолітнього. Засвоївши патерни поведінки «жертви» або «переслідувача», діти можуть слідувати цим моделям соціальної взаємодії протягом всього життя.

Для боротьби з некоректною поведінкою існує два шляхи. Один з них – розвиток технологій, які обмежують небажаний контент (цензура), налаштування конфіденційності персональних акаунтів. Другий варіант – навчання користувачів основним правилам безпеки і адекватної поведінки щодо інших в умовах Інтернет – комунікації.

Необхідно ефективно запобігати і протидіяти віртуальному насильству, адже воно набирає шалених обертів з кожним днем все більше і більше, а найголовніше, що наслідки цього насильства можуть бути дуже страшними. Потрібно більш детально вивчати тему кібербулінгу, знаходити нові методи боротьби з ним можливо, на законодавчому рівні.

Науковий керівник: Л.Г. Бойко, доц.

К.К. Голоборща,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ЩАСТЯ ЯК ОСОБИСТА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ КОЖНОЇ ЛЮДИНИ

Людство завжди шукало шлях до щастя. Ми знаходимо підтвердження цьому в історії, Арістотель вважав, що два основних інгредієнта еудемонії, самого всеосяжного переживання щастя, – це дружба і споглядання. А на іншому континенті Конфуцій, більш ніж на сто років раніше, ходив із села в село, радячи людям, як їм стати щасливими. Він говорив про те,

як важливо культивувати внутрішнє щастя, перш ніж звертатися до інших людей. На сьогоднішній день важливо те, що погляди вчених давніх часів є експериментально доведеними.

Жодна з великих релігій, жодна з універсальних філософських систем не обійшла стороною проблему щастя – чи то в нашому світі, чи то в потойбічному.

С точки зору гуманістичної психології, людина постійно знаходиться в русі, кожен мить в ній щось змінюється, це називається поняттям **«становлення»**. Людина має безліч можливостей для повноцінного існування, щоб робити кожен момент свого життя максимально насиченим і найкращим чином проявляти свої здібності. Отже, **кожен відповідальний за те, хто ми та чим станемо.**

Майкл Аргайл вважає, що щастя – єдиний фактор людського досвіду, проте воно складається з трьох, незалежних факторів: **задоволеності життям, наявності позитивних емоцій і відсутності негативних.**

Буде помилкою вважати, що щаслива людина завжди відчуває ейфорію та насолоду. Людина здатна лише на коротке переживання щастя, життя не змінюється кожен раз після відчуття щастя. А отже, потрібно запам'ятати, що миті удачі заслуговують того, щоб бути вдячними за них. Роберт Еммонс і Майкл Маккаллох зацікавилися вдячністю в пошуку відповіді на питання: чому глибоко віруючі люди часто відчувають себе щасливішими, ніж інші? Щоб визначити, наскільки сильно впливає на наше життя почуття подяки, вчені провели цікавий експеримент. Вони запросили для дослідження кілька сотень добровольців і розділили їх на три групи.

Перша група щодня записувала в щоденник всі свої переживання; друга – тільки неприємні; а в третій групі кожен учасник повинен був щодня записувати імена людей та подій, що викликали у нього почуття вдячності. Через десять тижнів виявилось, що третя група налаштована більш позитивно, ніж інші, тобто її учасники займалися повсякденними справами з задоволенням, а в майбутнє дивилися з оптимізмом. І це ще не все: вони менше турбувалися про своє здоров'я та краще дбали про себе, зокрема займаючись спортом.

Роберт Еммонс зазначає, що зміни на краще відбуваються, коли ми налаштовані на подяку: чим частіше намагаємося відшукати для цього причини, тим легше їх знаходимо. Подяка може виступати як повсякденний інструмент досягнення щастя, адже вона дозволяє нам його відчутти.

Маслоу стверджує, що **внутрішня природа людини** не може бути з самого дитинства хворою чи відхиленою від норми, тобто, злочинцями не народжуються. Він стверджує, що внутрішня природа людини за своєю суттю добра або нейтральна. Руйнівні потяги людини виникають як наслідок фрустрації або незадоволення загальних потреб, а не через вродженні вади. А отже, **в кожній людині від природи закладені потенційні можливості до позитивного розвитку та вдосконалення.**

Для того, щоб бути щасливою людиною повинна виходити за межі свого буденного життя, **процес росту** потребує готовності до ризику, помилок, відмови від старих звичок. Ми часто обираємо шлях супротиву або бездіяльності, щоб уникнути втрат та невдач, що в свою чергу залишає нас на місці.

Саморозвиток – це постійна робота над собою та вихід із зони комфорту, що потребує мужності. Але щаслива людина раз і назавжди викидає з голови горезвісну формулу «Терпи, козаче, отаманом будеш», йому приносить величезне задоволення сама дорога, по якій йде, він цілком і повністю присвячує себе вирішенням тих завдань, у важливість яких вірить, внаслідок цього досягає набагато кращих результатів.

Підсумовуючи, хочеться додати, що **відчуття щастя – це не про результат, а про процес, процес життя**. Тому кінцевою метою в досягненні щастя повинно **стати відчуття моменту «тут і зараз»**, насолоди від своєї роботи. Щасливі люди живуть у спокої, будучи твердо переконані, що заняття, яке дає їм насолоду зараз, забезпечить повноцінне життя у майбутньому.

Людське щастя не є «результат генів» чи «доля» – людина може жити щасливо використовуючи сильні сторони своєї особистості, свій потенціал. Тільки зрозумівши й адекватно використовуючи їх, можна дійсно досягти **задоволення життям**, реалізувати всі можливості та бути щасливим у приватному житті, професійній та соціальній діяльності, в міжособистісних стосунках з оточуючими, а головне – у відносинах з собою.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

К.І. Грубова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФУНКЦІЇ, ЗАСОБИ ТА ТИПИ СПІЛКУВАННЯ

Поняття спілкування є надзвичайно широким і включає в себе різні аспекти та є постійним предметом вивчення.

Спілкування — це, по-перше, складний, багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, що виникає на основі потреб і спільної діяльності та включає в себе обмін інформацією, сприймання та розуміння іншого; по-друге, це взаємодія суб'єктів через знакові засоби, викликана потребами спільної діяльності та спрямована на значимі зміни стану, поведінки партнера.

У найзагальнішому значенні спілкування виступає як форма життєдіяльності.

Спілкування виконує цілий ряд різних функцій:

1. *Комунікативна функція* — зв'язок людини з світом у всіх формах діяльності.

2. *Інформаційна функція* виявляється у відображенні засобів оточуючого світу. Вона здійснюється завдяки основним пізнавальним процесам. У процесі спілкування забезпечується отримання, зберігання та передача інформації.

3. *Когнітивна функція* полягає в усвідомленні сприйнятих значень завдяки мисленню, відображенню, фантазії. Ця функція пов'язана з суб'єктивними характеристиками партнерів, з особливостями їх прагнення до взаємопізнання, до необхідності розкрити психологічні якості особистості.

4. *Емотивна функція* полягає в переживанні людиною своїх стосунків з оточуючим світом. У процесі спілкування ці переживання вторинно відображаються у вигляді взаємовідносин: симпатій — антипатій, любові — ненависті, конфлікту — злагоди тощо. Дані взаємовідносини визначають соціально-психологічний фон взаємодії.

5. *Конативна функція* пов'язана з індивідуальними прагненнями людини до тих чи інших об'єктів, які виступають в формі побуджувальних сил. Завдяки цій функції відносини реалізуються в конкретній поведінці.

6. *Креативна функція* пов'язана з творчим перетворенням дійсності.

Засоби спілкування.

Всі засоби спілкування поділяються на вербальні (мовні) та невербальні (жести, міміка, пантоміміка).

Вербальне спілкування завжди супроводжується невербальним. У багатьох випадках невербальне спілкування може нести значно більше змістовне навантаження, ніж вербальне.

Невербальне спілкування представлене не лише використанням жестів, міміки, пантоміміки, а й просторово-часовою характеристикою організації спілкування.

Ще однією важливою частиною спілкування є візуальний контакт, оскільки саме погляди можуть сказати набагато більше ніж слова. Візуальний контакт допомагає регулювати розмову.

Психологічні дослідження показують, що до 40% інформації несуть жести та міміка.

Жестикуляція включає в себе всі жести рук («мова рук»), а також деякі інші дії, що несуть в собі певне змістовне навантаження (наприклад, співрозмовник виймає сигарети, що означає необхідність завершення розмови і т. д.).

До міміки відносяться всі зміни, які можна спостерігати на обличчі людини, при чому мається на увазі не тільки риси обличчя, контакт очей та спрямування погляду, а й психосоматичні процеси (наприклад, почервоніння).

Врахування всіх факторів невербального спілкування надзвичайно важливе у діловому спілкуванні. Іноді саме жести, міміка можуть дати значну інформацію для обох учасників переговорів.

Отже, процес спілкування є надзвичайно складним явищем, який включає не тільки власне вербальний елемент, а й не менш важливе не-

вербальне спілкування, яке досить часто несе в собі більш значуще змістовне навантаження та істотно впливає на весь процес спілкування.

Для дослідження процесів та явищ спілкування особливе значення має вивчення соціальних типів в спілкуванні.

Соціальні типи в спілкуванні:

Виконавець. Фактично діє механічно, що скажуть, те й зробить. Особистої ініціативи не виявляє. Як правило, при висуненні на керівну посаду, стає формалістом, відповідно накладаючи відбиток і на стиль управління і на взаємини з підлеглими. За психологічним типом це найчастіше може бути холерик або меланхолік.

Соціальна активна особистість. (Людина живе активним громадським життям, ініціативна, з широким колом суспільних інтересів. На жаль, можна в цьому соціальному типі зустріти два різновиди. Перший — справжній активіст і суспільне активна особистість, другий — зовні показний, формальний, мітингово-поверховий, демагогічний. Другий різновид найнебезпечніший, тому що на початку важко розгледіти його справжню суть, побачити, що усе зовні — показне. В соціальному плані — це найнебезпечніші люди, бо демагоги були і залишаються найзапеклішими ворогами чесних і трудових людей. Серед психічних типів тут можуть бути і сангвініки, і холерики, менше меланхоліки і зовсім рідко флегматики).

Винахідлива особистість. Людина творчості, з високо розвиненим почуттям нового, першовідкривач. По натурі може бути замкнена, а точніше постійно зосереджена, шукаюча. Має широкий кругозір в галузі вузької спеціалізації, лише найбільш геніальні з них не замикаються у колі своїх інтересів. Переважно це люди сангвінічного типу, можливі флегматики, рідше холерики і поодинокі випадки меланхоліки.

Людина творча і людина створююча близькі за діяльністю до третього, хоча відрізняються тим, що не обов'язково щось самостійно відкривають чи пропонують, а до уже відомого і відкритого можуть додати елемент новизни саме завдяки творчому підходу до справи.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

І.О. Гутнік,

*канд. мед. наук, доцент кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

ПРАКТИЧНИЙ КОМПОНЕНТ НА ЗАНЯТТЯХ З ОСНОВ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

На сьогодні фахова програма з підготовки майбутнього психолога включає разом з поглибленим вивченням теоретичних курсів низку практично спрямованих дисциплін. Серед таких можна виділити практикуми з

психодіагностики, різноманітні спецкурси (казко-терапія, ігро-терапія та ін.), основи психологічного консультування, виробничу практику, де студент має змогу конкретизувати та використати всі отримані знання та навички. Психологічне консультування – галузь психології, що динамічно розвивається та є одним з основних компонентів діяльності практичного психолога.

Як вид психологічної допомоги консультування охоплює широке коло проблем, серед яких труднощі в спілкуванні, питання профорієнтації, підтримка в кризових ситуаціях, психологічний супровід у відновлювальному періоді після психологічних травм. Таким чином психолог-консультант вирішує наступні загальні питання: гармонійного розвитку особистості, ефективних моделей комунікації, охорони психічного здоров'я та підвищення загальної психологічної культури населення. Соціальна значимість психологічного консультування підкреслюється і тим, що наразі посади психолога закріплені за дошкільними навчальними закладами, школами, вищими навчальними закладами, підприємствами, лікарнями.

Окрім загального психологічного консультування виділилися і спеціальні напрямки такі, як соціально-психологічне консультування, консультативно-психологічна допомога військовослужбовцям, різноманітні служби підтримки і «Телефони довіри». Робота в таких сферах діяльності потребує надбання не тільки теоретичних знань, а й практичних навичок, ефективних методів, що дозволять за короткий час (5-10 консультацій) надати кваліфіковану психологічну допомогу клієнтові, виробити та закріпити нові способи поведінки, спілкування, відношення до конкретних ситуацій. Саме через згадані причини є актуальним питання розробки практичної частини занять з дисципліни «Основи психологічного консультування».

Специфіка курсу розділяє предмет «Основи психологічного консультування» на дві великі частини, що умовно можна визначити як «загальне» та «спеціальне» консультування. Метою першого розділу є не тільки систематизація отриманих студентом знань та вмінь із попередніх курсів, а й опанування методів встановлення контакту з клієнтом, структурування бесіди, алгоритму консультативного процесу. На другому етапі студент опановує алгоритми допомоги клієнтам з конкретними питаннями: профорієнтація, виховання, психологічна допомога хворим, клієнти з акцентуацією рис особистості, допомога через «Телефон довіри» та ін.

Метою даної роботи є стислий огляд найбільш вживаних методик, що можна використати в навчальному процесі для закріплення практичних навичок у студентів, з дисципліни «Основи психологічного консультування».

Серед основних методик, що можуть бути використані викладачем можна виділити індивідуальні вправи та вправи в парах і групах. Так, наприклад, індивідуальний аналіз і групове обговорення конкретних фраз психолога (вітання, запрошення на консультацію та ін.) дозволяє виділити найбільш оптимальні форми мовних кліше, що можуть бути використані в спілкуванні з клієнтом. Вправи за механізмом «віддзеркалювання», що

можуть бути виконані в парах і є ефективними для аналізу невербальних технік спілкування, допомагають студентам опанувати значення пози клієнта, визначити емоціональні еквіваленти виразу обличчя, інтонування голосу. До типових вправ можна віднести і виконання практичних задач з аналізу психодіагностичних даних (тестів, малюнків) реальних клієнтів.

Широке використання мають і ділові ігри, що дозволяють в доволі реалістичній мірі відтворити проблемні ситуації, що мають місце в реальному житті або на консультативній сесії. Розробка сценарію таких ігор повинна передбачати декілька ліній розвитку подій, що будуть давати студентам можливість обирати серед низки варіантів інтервенцій психолога найбільш доцільні та ефективні. Метод «ділової гри» може вносити в заняття елементи професійної конкуренції, коли студенти розподіляються на групи та готують ігрові ситуації одне одному.

Робота студентів в парах та групова дискусія з обговоренням власних психологічних проблем має певні обмеження, оскільки не завжди можна гарантувати створення в навчальній групі повноцінної довіри та оптимального психологічного клімату, окрім того заважатимуть індивідуальні особливості відносин між студентами. Проте слід зауважити, що в тренінгових групах з «Основ психологічного консультування», або в групах поглибленого навчання даний підхід використовується досить широко і дозволяє не тільки використати ситуацію як зразок, а й спостерігати за її змінами після використання рекомендацій, що були розроблені при обговоренні.

При опануванні як загальних так і спеціальних практичних питань психологічного консультування окреме місце посідає робота з матеріалами реальних сесій. Письмові протоколи можна використовувати як в якості домашньої роботи по структуруванню консультативного процесу так і з метою контрольної роботи (визначення типів інтервенцій, психологічних технік і шкіль). З цією ж метою використовуються відео та аудіо матеріали з бесід психолога консультанта і клієнта. При опануванні методик психологічної допомоги, що практикуються різними школами сучасної психології студентам можна запропонувати відеозаписи сесій, що були проведені такими висококласними фахівцями як К. Роджерс, А. Еліс, Ф Перлз, М. Літвак.

Не можливим є опанування практичної складової психологічного консультування без спостерігання за консультативним контактом в реальному часі, що підтверджується світовою практикою навчання психологів (І. Ялом, Р. Кочунас, Д. Б'юдженталь). За для цього сесія проводиться в кімнаті, що устаткована дзеркалом Гезела, яке має одну прозору і одну дзеркальну поверхню. Студенти які знаходяться в іншій кімнаті невидимі для клієнта і не можуть бути почуті їм, проте бачать і чують його. Такий метод дозволяє безпосередньо аналізувати техніки, що використовує досвідчений психолог, та згодом обговорювати побачену ситуацію з викладачем, висувати власні гіпотези та формувати можливі рекомендації. Нажаль в Україні даний метод на сучасному не досить широко вживаний в навчанні майбутніх психологів.

У зв'язку з необхідністю дотримання правил конфіденційності при використанні матеріалів, що фіксують реальні сесії, слід повністю виключити можливість отримання особистих даних клієнтів, шляхом видалення всіх можливих вказівок на них в учбових матеріалах. Якщо студенти будуть спостерігати за реальною сесією через дзеркало Гезела, всі вони мають бути попереджені про недопустимість та протизаконність розповсюдження особистих даних клієнта, в той час як сам клієнт має бути попередженим про те, що сесія може бути використана в навчальному процесі.

В перспективі опанування практичних навичок майбутніми психологами слід розглядати впровадження в учбовий курс практики з психологічного консультування у вигляді роботи з реальними клієнтами за участі супервізора. Даний підхід є типовим для більшості країн в яких розповсюджена підготовка фахівців з психологічного консультування та є невід'ємною складовою при ліцензуванні майбутнього фахівця.

Отже, сенсомпсихологічного консультування як одного із напрямів професійної діяльності психолога є надання кваліфікованої психологічної допомоги здоровим особам, що мають психологічні проблеми, шляхом досягнення їхньої оптимальної соціалізації, налагодження і підтримки їх соціальних функцій, вирішення або уникнення конфліктів. Для досягнення згаданих цілей майбутньому психологу знадобиться широка палітра теоретичних знань та практичних навичок, що допоможуть встановити ефективний контакт з клієнтом, пройти всі етапи консультативного процесу і реалізувати ефективні стратегії діяльності. Оптимальними методами для поліпшення практичної підготовки студента на заняттях з «Основ психологічного консультування» можна вважати індивідуальні вправи та вправи в парах і групах, ділові ігри, обговорення власних проблемних ситуацій, аналіз відео та аудіо записів з реальних консультативних сесій, спостерігання за консультацією в реальному часі через дзеркало Гезела.

О.А. Днірова,

*доцент кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

Т.В. Єрмолаєва,

*ст. викладач кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Наступ отрочтва не даремно порівнюють із другим народженням дитини. Народження це не тільки поява чогось нового, але і розрив старих зв'язків. Новонароджене немовля фізично відокремлюється від матері. Новонароджений підліток відділяється від батьків психологічно. Вибух другого народження стався, і перед нами ледь розміняв другий десяток

підліток, що стає все менше схожий на колишню дитину. Він змінюється постійно – і внутрішньо, і зовні, і психологічно, і фізіологічно.

Він виявляє в собі нову зовнішність, нові відчуття, нові потреби та можливості. Пишним цвітом розквітає так званий підлітковий егоцентризм.

Дитина як би прикутий до себе і оцінює те, що відбувається виключно з ним. Він зайнятий лише собою, всі його думки і почуття крутяться навколо його «Я», йому здається, що оточуючі також постійно звертають погляди на нього, оцінюючи, порівнюючи – і напевно бажаючи принизити і поставити на місце. Його егоцентрична самосвідомість породжує особливу поведінку підлітка понад чутливу, нестриману, войовничу, образливу. За свої права підліток бореться майже екстремістськими способами. На жаль, дорослі бачать в основному лише зовнішні прояви такого відокремлення. Вони погано уявляють собі, чим живе і як реагує на події юна людина, наскільки підвищується його чутливість будь-яким, що стосується його висловлювань, думок, інтонацій. Змогли б побачити це жажнулися б, в які безодні страху і тривоги занурюється підліток, як він кидається з крайності в крайність, драматизуючи свої відчуття, побоювання і невдачі. Навіть цього достатньо, щоб визнати наявність підліткової кризи, як окремого реально існуючого явища вікової психології, а підліткового віку як зовсім особливого періоду з характерними відмінними особливостями, проти-ставляючи його як дорослості, так і дитинству.

Так само нами були вивчені різні дослідження проблеми копінгу і копінг-стратегій. Р. Лазарус визначає копінг як центральну ланку стресу, а саме – як стабілізуючий фактор, який може допомогти особистості підтримувати психосоціальну адаптацію в період впливу стресу. Р. Лазарус і його співробітники звернули особливу увагу на два когнітивних процеси – оцінку і подолання (купірування) стресу, що є, безсумнівно, важливими при взаємодії людини з навколишнім середовищем.

Найбільш часто в науковій літературі зустрічаються такі типи психологічних захистів: витіснення, заперечення, заміщення, компенсація, реактивне утворення (гіперкомпенсація), проекція, інтелектуалізація (раціоналізація) і регресія, які більш детально будуть розглянуті в наступному розділі.

Таким чином, функції психологічних захистів, з одного боку, можна розглядати як позитивні, оскільки вони оберігають особистість від негативних переживань, сприйняття психотравмуючої інформації, усувають тривогу і допомагають зберегти в ситуації конфлікту самоповагу. З іншого боку, вони можуть оцінюватися і як негативні. Дія захистів зазвичай нетривало і триває до тих пір, поки потрібна «перепочинок» для нової активності. Однак, якщо стан емоційного благополуччя фіксується на тривалий період і по суті замінює активність, то психологічний комфорт досягається ціною спотворення сприйняття реальності, або самообманом.

Відмінності копінг-поведінки і механізмів психологічного захисту:

- механізми психологічного захисту діють на несвідомому рівні, копінг-утворення, формується на свідомому рівні;

- Дію механізмів психологічного захисту спрямовано на зняття емоційної напруги, а копінг діє в напрямку відновлення порушених відносин між оточенням і особистістю;

- механізми психологічного захисту спрацьовують миттєво, стикаючись з проблемною ситуацією, копінг формується послідовно;

- механізми психологічного захисту спотворюють об'єктивну ситуацію, копінг - ні.

Проведене нами дослідження дозволило зробити наступні висновки:

1. У дівчаток з копінг-стратегії, спрямованої на вирішення завдань, переважаючий механізм психологічний захисту – проєкція. Це говорить про те, що їм властиво приписувати свої негативні якості оточуючих, щоб приймати себе позитивно на загальному фоні.

2. У дівчаток з копінг-стратегії, спрямовані на уникнення, переважають такі механізми психологічного захисту як заперечення і проєкція.

3. У хлопчиків з копінг-стратегії, спрямованої на вирішення завдань, переважає такий механізм психологічного захисту як заміщення. Це говорить про те, що вони знімають напругу, звертаючи гнів і агресію на більш слабкий одухотворений або неживий об'єкт або на самого себе.

4. У хлопчиків з копінг-стратегії, спрямованої на уникнення, переважають такі механізми психологічного захисту як заперечення і проєкція.

Таким чином, в цілому в нашій вибірці найчастіше зустрічаються такі механізми психологічного захисту як заперечення і проєкція. Це говорить про те, що підлітки воліють приписування оточуючим різних негативних якостей як раціональну основу для їх неприйняття і самоприйняття на цьому фоні. В результаті підлітки отримують можливість безболісно виражати почуття прийняття світу і себе самих, але для цього вони повинні постійно залучати до себе увагу оточуючих доступними їм способами. Завдяки всьому цьому їм вдається уникати стресові ситуації. З отриманих даних випливає підтвердження гіпотези про те, що існує певний зв'язок між особливостями механізмів захисту та вибираними стратегіями подолання.

З порівняльних показників хлопчиків і дівчаток, що віддають перевагу уникненню та рішенню задач можна було припустити, що в 50% випадках є статеві відмінності в характері зв'язку між бажаними типами психологічного захисту і стратегіями долаючої поведінки. Проте проведений розрахунок даних за і-критерієм Ст'юдента не показав їх статистичної достовірності, з чого випливає висновок, що відмінності в характері цього зв'язку в залежності від статі відсутні.

Таким чином, проведене дослідження показало, що існує певний зв'язок між особливостями психологічних захистів і вибираними стратегіями подолання. У той же час нам не вдалося зафіксувати відмінності в характері зв'язку з цим в залежності від статі. Можливо, це пов'язано з особливостями вибраної нами вікової групи, у зв'язку, з чим виникає задача проведення подальших досліджень на різновікових підліткових групах.

О.І. Донець,

канд. психол. наук.,

*докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи,
Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля,
м. Северодонецьк*

ВІК ОСОБИСТОСТІ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНСТРУКТ

Зазвичай, поняття «соціальний конструкт» визначається як витвір певної культури або суспільства, який існує виключно завдяки тому, що люди погоджуються діяти так, наче він реально існує, погоджуючись наслідувати певні умовні правила. З огляду на це, в першу чергу, у якості соціальних конструктів прийнято розглядати будь-які соціальні інститути та витвори (наприклад, освіту, уряд, статус, гроші тощо). Водночас, як соціальні конструкти, з погляду соціальних конструктивістів, можна розглянути й інші феномени, які раніше визначалися науковою спільнотою як біологічно обумовлені. Вивчаючи процеси соціально-психологічного конструювання соціальної реальності в активності людини, ця соціальна реальність та людська взаємодія визначаються прихильниками соціального конструктивізму як сукупність думок, ідей та цінностей, які не можуть бути зведеними до матеріальних умов, оскільки сам процес засвоєння певного знання (яке саме по собі вже є продуктом соціального конструювання) передбачає соціальну інтеракцію. Лише в процесі взаємного обміну інформацією, який безперервно відбувається між людьми, конструюється суб'єктивна реальність кожного конкретного індивіду. Інформація під час кожної інтеракції піддається змінам, відображаючи суб'єктивно та суспільно значущі характеристики предметів та процесів.

Вік особистості на перший погляд постає феноменом, начебто повністю біологічно детермінованим. Фізіологічні процеси, що мають місце в організмі людини, обумовлюють певні зміни зовнішності, когнітивних процесів та самопочуття індивіда. Разом з тим, нам не видається можливим розглядати категорію «вік», повністю ігноруючи соціальний контекст. У суспільстві надзвичайно поширеними є певні стереотипи та очікування, пов'язані із віком особистості. Аналіз типових у різні епохи та у різних культурах соціокультурних практик та пов'язаних із ними колективних уявлень демонструє їхню варіативність, тобто обумовленість суспільно-історичними умовами життєдіяльності. Підлітковий вік, юнацтво, дорослість, старість, сам процес дорослішання (старіння) – усі вони у певній мірі є продуктом соціальних експектацій. Так, психологічні завдання кожного окремого вікового періоду у періодизації Е. Еріксона є соціально обумовленими – їх якість опановування визначається специфікою соціальних інтеракцій на кожному віковому етапі. Перехід від одного віково-

го етапу до іншого супроводжується зміною статусу індивіда, набуттям чи втратою певних прав та обов'язків (зокрема, економічних, політичних тощо), що, у свою чергу, відбивається в ідентичності особистості. Зміна вікового статусу супроводжувалася раніше певними «ритуалами переходу», які на сучасному етапі заміщені також деякою мірою ритуалізованими подіями, що засвідчують подолання певних бар'єрів/завдань віку: випускні вечори у школі, отримання паспорта, перше голосування на виборах, відзначання ювілеїв, вихід на пенсію та ін.).

Водночас, інші соціальні конструкти віддзеркалюються в соціальних стереотипах та очікуваннях, пов'язаних із віком особистості (наприклад, стать та гендер). Існують також культурні відмінності у сприйнятті віку особистості: відмінності західного та східного сприйняття віку та його «цінностей» в контексті набуття певного статусу зафіксовані у багатьох дослідженнях.

Таким чином, вік особистості має розглядатися у якості соціально-психологічного конструкту. Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо у вивченні соціально-психологічних основ вікової ідентичності особистості.

А.О. Донець,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ МУЛЬТФІЛЬМІВ НА РОЗВИТОК ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Формування особистості людини починається з раннього дитинства. Основним засобом впливу на розвиток дітей в ранньому віці є – мультфільм. За останні роки на телебаченні з'являється велика кількість різних мультфільмів, як вітчизняного, так і зарубіжного, в основному американського, виробництва. Показ іноземних мультфільмів на вітчизняному телебаченні, наводить на роздуми щодо їх впливу на розвиток і становлення психіки підростаючого покоління.

Мета нашого дослідження є вивчення впливу мультфільмів на розвиток дітей дошкільного віку.

Художній розвиток дитини в першу чергу залежить від художньої культури його батьків. Від того, наскільки батьки дитини розуміють значення цього терміну, настільки вони пояснюють це значення дитині.

Художня культура – це сфера культури яка відображає інтелектуальне і чуттєве в художніх образах. Цікаво те, що вивченням такого поняття як художня культура займалися такі складні науки як естетика і філософія, літературознавство, мистецтво ведення, історія науки. Художня культура сприймалася як загальне поняття для декількох видів мистецтва. Тут ставили акцент на духовність і творчість, на художню якість і професіоналізм авторів, на образи.

З точки зору педагогіки, художній розвиток дитини відбувається в процесі:

- освіти, що розуміється як спосіб передавання знань;
- виховання, що розуміється як спосіб передавання цінностей;
- розвитку здатності будувати уявні проекти, ідеали, «моделі майбутнього»;
- навчання, тобто специфічного способу передавання набутих навичок практично застосовувати наявні знання;
- формування потреби, а також здібності до спілкування, як з іншими людьми, так і з художніми образами, що зустрічаються в навколишній дійсності.

Сучасні мами і папи роблять все для того, щоб їх дитина росла всебічно розвиненою і розумною.

Окрім любові, ласки і тепла, дитині потрібно вчити правильно відноситись до навколишнього світу. Як поводитися вдома з батьками, в пісочниці або в дитячому саду з іншими дітьми. Таку кількість інформації потрібно подавати дитині в дуже легкій і ігровій формі. Кращий варіант подання – візуальний. Для такого навчання способів дуже багато. Наприклад, можна грати в ролеві ігри, читати книги або дивитися мультфільми.

Саме мультфільми відмінно стимулюють дитячу цікавість, допомагають вивчати і пізнавати світ, а також сприяють розвитку уяви.

Американські вчені в 2016 р., провели дослідження і дійшли висновку що від 20 до 50% свого вільного часу дитина – дошкільник проводить біля екрану.

Мультфільми – невід’ємний засіб його соціалізації. Психологічні механізми мультиплікації як виду мистецтва впливають на свідомість дитини. При перегляді мультфільмів спрацьовують наступні механізми формування поведінки :

- зараження – процес передачі емоційного стану від одного індивіда до іншого на рівні психічного контакту;
- навіювання – дія на свідомість людини, при якій відбувається некритичне сприйняття їм переконань і установок;
- наслідування – наслідування прикладу, зразка.

У дошкільника найбільше розвинене наслідування, оскільки в його віці саме так розвиваються механізми поведінки. У зв’язку з цим діти копіюють героїв мультфільмів і використовують способи вирішення ситуацій, які в них демонструються, при чому поведінка персонажів сприймається як правильне і природне. Порівнюючи себе з мультиплікаційним героєм, дитина вчиться сприймати себе, долати власні страхи і труднощі, цінувати і поважати інших. Мультфільм дає велике поле для фантазії, сприяє розвитку творчих здібностей.

У старшому дошкільному віці відбувається інтенсивний розвиток інтелектуальною, моральною, вольовою і емоційною сфер особи. Розвиток

особистості і діяльність характеризується появою нових якостей і потреб: розширення знань про предмети і явища, що дитина безпосередньо спостерігає. Діти зацікавлені у відносинах між предметами і явищами.

Сприйняття художнього фільму може чинити розвиваючу дію на різні сторони розвитку дитини, серед яких виділяється етичний, пізнавальний, емоційний і поведінковий аспекти. При визначенні вікової адресації фільму необхідно враховувати також особливості його образотворчого ряду.

Для вивчення особливостей сприйняття мультфільмів дошкільнятами обрали два популярні мультфільми: «Рукавичка» (фільм для віку дошкільнят) і «Бен 10»...».(фільм для більш старших дітей).

Як проходило дослідження:

1) Інтерв'ю : після перегляду дорослий ставив дітям 10 питань про сюжет, про появу нових героїв, про емоційний фон мультфільму (сумний/веселий, добрий/злий і так далі), про мотиви і характери героїв, про відношення дитини до героїв мультфільмів.

2) Методика Джоуля Келлі спрямована на дослідження особових конструктив. Методика проводилася для виявлення ідентифікації з персонажами мультфільму, а також для визначення значимих зв'язків між персонажами. Обиралися п'ять героїв, зображених на картках, з кожного мультфільму. Крім того, була картка із зображенням «Я». Після перегляду фільмів дітям пропонувалися група карток з 3-х штук. У кожен комплект входила картка «Я». Дитину запитували, хто з цих персонажів зайвий. Особливий інтерес представляв випадок, коли дитина об'єднувала персонажа з собою (картка «Я»).

3) Розповідь по картинці: діти вигадували продовження мультфільму, спираючись на зображення ключових сцен.

Отже, що нам показали результати: мультфільм, що відповідає віку, зрозуміліший дітям 5-7 років; оповідання дітей після перегляду цього мультфільму були довшими і оригінальнішими, отже, він більше розташовує до творчості; діти згадували свій особистий досвід; вони краще розуміли свої переживання : «...якщо фільм відповідає віку дитини, кіноекран набуває функцію дзеркала, яке відображає, посилює і повертає самовідчуття.».

У мультфільмі не відповідного віку ідентифікація відбувається на основі зовнішніх формальних ознак; діти сприймали сюжет відсторонено, не використали свій особистий досвід.

Час супроводження наших дітей частенько пов'язане з телебаченням. Особливо про це можна з упевненістю говорити про наш сучасний світ, тому що раніше для дітей на першому місці були різні домашні ігри і прогулянки на вулиці. Відомо, що формування особи починається в ранньому дитинстві і телебачення, як ніщо інше, впливає на розвиток дітей. Оскільки ми кажемо про раннє дитинство, то саме мультфільми відігра-

ють важливу роль в житті дітей. У сучасному світі дуже мала кількість мультфільмів, для яких головним завданням було моральне виховання дітей, які б служили не лише деяким підручником, але і помічником для дитини, що б він з легкістю міг розібратися в тому, що добре, а що погано. Також з повною впевненістю ми можемо заявити про те, що мультфільми з добрим і повчальним характером сприятимуть правильному, морально-му вихованню дітей.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

О.Б. Земляний,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

РІЗНОМАНІТНІСТЬ ВПЛИВУ МУЗИКИ НА НАСТРІЙ, ЕМОЦІЇ, ПЕРЕДАВАННЯ ІДЕЙ ТА ІДЕАЛІВ

Кожні нові дослідження невпинно доводять, що музика дуже сильно впливає на настрій та емоції. Музика, беззаперечно, може змінювати поточний емоційний стан, створювати нові засоби мислення та навіть донести їх до слухача. Це твердження вірно для людей будь-якого віку та походження.

На наш настрій сильно впливають тип, інтенсивність, різноманітність та кількість музики, яку ми слухаємо. Люди із нестабільним характером часто заспокоюються після прослуховування теплої розслаблюючої мелодії. А більш флегматичні індивіди можуть заряджатися від енергійних та динамічних композицій. Наприклад, проста, ритмічно яскрава музика може використовуватись як мотиваційний ресурс підчас фізичної праці.

Музика також може засмучувати чи пригнічувати нас. В залежності від емоційного стану слухача чи композитора може спостерігатися негативний вплив з боку музики. Варто відмітити, що більшість відомих композиторів проявляють чи проявляли шалений спектр емоцій підчас написання своїх творів. Наприклад, Людвіг Ван Бетховен так сильно стукав по клавішах фортепіано, що вони періодично розліталися, гітарист Стів Вай підчас дуже експресивної гри іноді розриває найякісніші струни та ламає свої інструменти. Такі геніальні композитори дуже часто яскраво виражають свої емоції, як позитивні, так і негативні, можливо такий емоційний діапазон необхідний для створення дійсно геніальних композицій.

Кореляція поміж творчістю та біполярним розладом (діячі мистецтва з більшою ймовірністю можуть мати цей розлад) є ще одним ілюструванням зв'язку між музикою та людськими емоціями. Ми засвоюємо те, що ми слухаємо, дозволяючи емоціям композиторів та музикантів стати нашими особистими, таким шляхом встановлюючи зв'язок із композитором та виконавцем. Варто відмітити, що чим частіше ми слухаємо певний твір, тим глибше ми його засвоюємо та ототожнюємо себе із ним.

У міру розвитку процесу ідентифікації себе із музикою ми можемо розвивати духовний зв'язок, ідентичність з ідеями, настроями, або персонажами переданої музики, соціальними групами, які вони представляють та музикантами, що передають свої точки зору шляхом відтворення композицій. Музика може руйнувати суспільні бар'єри між людьми, та допомагати встановленню контакту.

Також, є і не дуже приємні приклади використання музикального мистецтва. Музикою часто користувалися, щоб об'єднати людей підчас війни. Жажіття боїв стали більш приємними, коли їх очолювали красиві гімни та фанфари труб. Таким прикладом є гімн США, який був написаний підчас війни 1812 року, та національний гімн Франції "Марсельеза", яка закликає своїх громадян до зброї, та багато інших.

Оскільки музика зачіпає емоції, то вона має тенденцію створювати ідеї, які можуть суперечити власним системам цінностей та ідеології та сприяти їх швидкому засвоєнню. Наприклад, злочинам Третього рейху в певній мірі допомогли опери Ріхарда Вагнера, оскільки використовувались як пропаганда для надихання німецького націоналізму та мілітаризму. Також виникнення блек-метал руху у Швеції, які надихалися ліричним та музикальним змістом своїх пісень, та спричиняли багато ідеологічних злочинів проти християнства, руйнуючи та підпалюючи церкви.

Отже, із вищезазначеного, можна зробити висновок, що різноманітність та варіативність впливу музики на емоції, настрій, поведінку, на ідеї та установки є актуальним і цікавим для вивчення питанням. Оскільки має величезний потенціал використання для допомоги у соціальній взаємодії і вже успішно використовується в данному напрямку.

Науковий керівник: Т.В.Єрмолаєва, ст. викладач.

А.О. Зоря,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ЩОДО ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ ОСОБИСТОСТІ

Поняття локус контролю ввів американський психолог Джуліан Роттер в 1960-х роках. Локус контролю є схильністю людини приписувати причини подій зовнішнім і внутрішнім чинникам.

За Дж. Роттером локус контролю – є головною конструюючою частиною теорії соціального навчання, де локус контролю представляється у вигляді узагальненого очікування того, в якій мірі люди можуть контролювати підкріплення в своєму житті.

В теорії соціального навчання «Очікування» – це упереджена імовірність того, що в близьких обставинах у поведінці людини пильнувати-

меться підкріплення. «Цінність підкріплення» Роттер пояснює так: різні люди цінують і віддають перевагу різним підкріпленням: хтось більше цінує пошану з боку інших, хтось – матеріальні цінності, а хтось стає чутливішим до покарання.

Концепція очікування Дж. Роттера говорить про те, що якщо в минулому люди одержували підкріплення поведінки в певній ситуації, то вони найбільш повторюють цю поведінку. Але, як сподівання, може пояснити ту поведінку в тій чи іншій ситуації, з якою людина зіткнулася вперше? В такому випадку очікування базується на пережитому досвіді.

Також, Дж. Роттер стверджує, що стійке очікування, сформоване на минулому досвіді, пояснює єдність та стабільність особистості яке отримало назву «Екстернальність – Інтернальність локус контролю».

– Інтернали – це люди, які зараховують все, що відбувається у їхньому житті, як позитивне, так і негативне, тільки своїм діям та заслугам, і відносяться до типу людей з внутрішнім локусом контролю.

– Екстернали – це люди, які вважають, що все що з ними трапляється, це результат зовнішніх факторів і відносяться до типу людей з зовнішнім локусом контролю.

У екстерналів частіш за все утворюються психологічні та психосоціальні проблеми, люди з внутрішнім локусом контролю більш схильні до агресивності, тривожності та підозрілості. Вони більш залучені до фрустрації та стресів, та до розвитку неврозів. Екстерналам властива більш конформна та підвладна поведінка, вони не можуть обходитись без спілкування, краще працюють під контролем.

Інтернали ж навпаки, проявляють ініціативу у ставленні до фізичного та психологічного здоров'я, вони більш відповідальні та обізнані в проблемних ситуаціях. Інтернали, на відміну від екстерналів, не бажають бути під чийось контролем, та чинять опір коли ними маніпулюють також вони більш ефективно працюють самостійно.

Але, значною мірою, можна сказати, що екстернальність і інтернальність є двома полюсами одного цілого і кордон між ними досить нечіткий. Велика кількість людей змішують в собі риси як інтерналів, так і екстерналів і відповідно мають проміжний локус контролю: майже кожна людина, в певній мірі, схильна приписувати свої невдачі, помилки впливу обставин, а успіхи найчастіше розглядаються, як особиста заслуга, досягнута тільки завдяки своїм особистісним якостям і здібностям.

За результатами дослідження відсоток екстерналів серед жінок набагато вищий аніж серед чоловіків, а якщо говорити за інтернальність, то відсоток чоловіків-інтерналів хоч не велика різниця але вища, ніж жінок-інтерналів.

А. Ибраимова,
*преподаватель,
Нукусский государственный педагогический институт,
г. Нукус, Узбекистан*

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Деятельность как специфический, свойственный только человеку разновидность активности, требует тщательного изучения, поскольку знание ее обусловливающих факторов, закономерностей течения и других особенностей позволяет объяснить процессы, происходящие в социуме. Данная задача приобретает особую актуальность ввиду того явления, происходящие в нашем обществе в период стремительных социальных изменений. Изучение деятельности, в свою очередь, требует создания научно обоснованной и максимально полной классификации ее видов, поскольку значительно упрощает задачу исследования ее различных проявлений.

Психологическая теория деятельности была создана советскими учеными Л. Выготским, А. Леонтьевым и др. Основными категориями, на которых она базируется, является сознание и личность. Наиболее подробно данная теория изложена в работах А. Леонтьева, в частности, в последней его книге, посвященной рассмотрению данной проблемы. Зато западные ученые не признавали наличия у человека такой специфической формы активности, как деятельность, и объясняли ее проявлениями поведения.

К сожалению, полемика по данной проблеме была неконструктивной, поскольку была обусловлена идеологическим противостоянием двух мировых систем. Теперь, когда это противостояние утратило актуальность, пора разобраться в данной проблеме. Одним из шагов к этому может стать создание научно обоснованной классификации видов деятельности, что значительно облегчит процесс изучения ее возможных проявлений.

Психологи, занимающиеся изучением деятельности, неоднократно пытались реализовать различные подходы к разделению ее проявлений на виды и предлагали разработанные ими на основе этих подходов классификации. Однако до сих пор эту работу нельзя считать завершенной. Так, согласно распространенным представлениям, деятельность преимущественно разделяют на три основных вида: игру, учение и труд. Иногда к этому перечню добавляют и другие виды. Однако ни один список не является достаточно полным, поскольку не охватывает все разнообразие проявлений деятельности, наблюдаемых в реальной жизни. Соответственно, это создает ряд трудностей в практической деятельности, связанной как с изучением деятельности, так и управлением ею.

Анализ имеющейся информации позволяет показать, что известным попыткам классификации видов деятельности присущи следующие недостатки:

- отсутствие связи с потребностями. Если деятельность направлена на удовлетворение определенных потребностей, то классификация должна отражать эту связь. Установить такое соответствие сложно из-за того, что достаточно разработанной классификации потребностей также нет.

- отсутствие связи с мотивами деятельности. Если деятельность побуждается определенными мотивами, в классификации должен быть отражен эта связь.

- отсутствие четкого разграничения с проявлениями и видами поведения. Нередко проявления поведения побуждаются теми же мотивами и преследуют определенную цель, поскольку могут включаться в процесс деятельности как его составные элементы.

- часто не указаны критерии для разделения проявлений деятельности на виды. Наличие четко обозначенных критериев является необходимым условием научно обоснованной классификации.

- отсутствие достаточно полных классификаций, которые отражали реально существующее разнообразие деятельности. Поскольку различных проявлений деятельности существует очень много, достаточно полная их классификация должна быть достаточно объемной, а ее создание требует анализа большого количества эмпирических данных.

К сожалению, преодоление всех указанных недостатков, как и создание максимально полной и исчерпывающе научно обоснованной классификации видов деятельности не представляется реальным, поскольку это требует масштабных и длительных исследований. Однако, имеющаяся информация позволяет сделать такую попытку, что позволит осуществить следующий шаг к решению данной задачи.

1. В литературе по данной теме имеются лишь неполные классификации, часто не указано критерии для разделения деятельности на виды; а также фрагментарная информация об использованных подходах и отдельные виды не включенных в классификацию проявлений деятельности. Имеющаяся информация нуждается в осмыслении и доработки.

2. Учитывая имеющееся, можно сформулировать рациональный подход к созданию максимально полной классификации видов деятельности, основанный на психологической теории деятельности и отвечающее требованиям практики. В результате его реализации можно создать достаточно обоснованную и полную классификацию.

3. Несмотря на то, что предложенная классификация видов деятельности не лишена всех выявленных в других классификациях недостатков, а потому не может считаться завершенной, она максимально полно охватывает все возможные ее проявления, соответствует требованиям теории деятельности и может использоваться для решения широкого круга задач практической работы психологов.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Актуальність теми визначається зростаючими потребами нашого суспільства в пошуках шляхів створення сприятливих умов для максимального розвитку особистості, ефективності її життєвого шляху. Питання побудови власного життя, її керуваність або залежність від обставин буде завжди хвилювати людину. У сучасних умовах на перше місце виступає проблема соціальної цінності людини, при цьому здоров'я є однією з важливих об'єктивних умов життєдіяльності. Серед безлічі факторів, що визначають працездатність та інші характеристики здоров'я, велику роль відіграє психічна стійкість до стресових ситуацій. Високий рівень психічної стійкості до стресів є запорукою збереження, розвитку і зміцнення здоров'я і професійного довголіття особистості.

У кожному віковому періоді людини існують деякі внутрішні ресурси, які дозволяють оптимально справлятися з життєвими труднощами, проте ці ресурси можуть залишитися незатребуваними, якщо своєчасно не сфокусувати увагу на їх виявленні та розвитку.

Вікові зміни в проявах життєстійкості пов'язані, в першу чергу, з соціальними факторами: сімейне виховання, вплив позитивних прикладів життєстійкості дорослих, навчання володінням своїм темпераментом і вихованням свого характеру.

Проблема стресу стала активно вивчатися не так давно, проте вважається досить розробленою [1; 15]. Вагомий внесок в розвиток цього напрямку в психологічній науці зробили Р. Лазарус, Р. Лейтер, Г. Сельє, С. Фолкман, С. Хобфол, С. Нартова-Бочавер, Н. Наєнко, Л. Китаєв-Смик, В. Бодров, Ф. Бассін, Д. Вільсон, Л. Пергаменщик, Н. Тарабрина, О. Тімченко та ін. Слід відзначити, що і дотепер зазначене питання ще не є повністю та всебічно вивченим. Сутність стресу переважно представляється у вигляді своєрідної реакції особистості на вплив негативних зовнішніх факторів.

У процесі вивчення психологічних ресурсів, що визначають особливості стрес-подолальної поведінки, нами було проведено багаторівневе дослідження самооцінки, оскільки саме цей фактор деякою мірою відображає здатність людини до самовдосконалення, до усунення недоліків у власній діяльності, у розвитку сильних сторін своєї особистості.

Адаптивна модель поведінки в стресових ситуаціях характеризується:

- готовністю до активного протистояння середовищу і усвідомленою спрямованістю копінг-поведінки на джерело стресу;
- збалансованістю когнітивного, поведінкового та емоційного компонентів копінг-поведінки і розвиненістю її когнітивно-оцінних механізмів;

- домінуванням в стресовій ситуації свідомих компонентів реагування над несвідомими, повною раціональною керованістю поведінкою в небезпечних і нестандартних ситуаціях, використанням відповідних копінг-стратегій з переважанням активних проблем розв'язуючих і направлених на пошук соціальної підтримки стратегій;

- особистісно-середовищними копінг-ресурсами, що забезпечують психологічний фон подолання стресу і сприяють розвитку копінг-стратегій (позитивна Я-концепція, розвиненість сприйняття соціальної підтримки, інтернального локусу контролю над середовищем, емпатії, аффіліації, наявність ефективної соціальної підтримки з боку середовища та ін.

Псевдоадаптивна модель поведінки в стресових ситуаціях характеризується:

- зсувом акценту в професійній мотивації у бік «пошуку винуватого» у професійних невдачах;

- переважною спрямованістю копінг-поведінки не на стресор, а на реакцію виникаючого психоемоційного напруження, залежністю від середовища і псевдокомпенсаторним характером поведінкової активності;

- комплексним використанням як пасивних, так і активних базисних копінг-стратегій;

- використанням базисної копінг-стратегії пошуку соціальної підтримки, незбалансованістю функціонування когнітивної, поведінкової і емоційної складових копінг-поведінки;

- різким збільшенням домінування в психіці несвідомої складової із зростанням дії стресора;

- дефіцитом навиків активного використання копінг-стратегії вирішення проблем і заміною її на копінг-стратегію уникання;

- низькою ефективністю блоку особистісно-середовищних копінг-ресурсів як в цілому, так і окремих компонентів його структури (нестійка, негативна Я-концепція, низький рівень суб'єктивного сприйняття соціальної підтримки, нестійкий, низький рівень суб'єктивного інтернального локусу контролю над середовищем, відносно високий розвиток емпатії та аффіліації, відсутність розбіжності між реальним і ідеальним компонентами самооцінки).

Деадаптивна модель поведінки в стресових ситуаціях характеризується:

- переважанням пасивних копінг-стратегій над активними; незбалансованістю функціонування когнітивного, поведінкового і емоційного компонентів копінг-поведінки; нерозвиненістю її когнітивно-оцінних механізмів; дефіцитом соціальних навиків вирішення проблем;

- переважанням в стресовій ситуації несвідомих механізмів регулювання поведінки над свідомим контролем;

- використанням базисної копінг-стратегії уникання як провідної в копінг-поведінці, разом з вживанням ситуаційно-специфічних копінг-стратегій, що направлені на відхід від проблеми;

- змінами у професійній мотивації; відсутністю готовності до активної протидії середовищу; негативним відношенням до проблеми і оцінкою її як загрозливої; псевдокомпенсаторним, захисним характером поведінкової активності; низьким функціональним рівнем копінг-поведінки;

- низьким рівнем рефлексії свідомості в стресових ситуаціях, відсутністю спрямованості процесу усвідомлення стресових впливів на сам стресор, високим рівнем психоемоційного напруження, низьким рівнем моральної відповідальності за свою поведінку, несформованістю навіть простих навиків професійного спілкування;

- низькою ефективністю функціонування блоку особистісно-середовищних копінг-ресурсів (погано сформованою Я-концепцією, нерозвиненістю сприйняття соціальної підтримки, емпатії, аффіліації, інтернального локусу контролю над середовищем, відсутністю ефективної соціальної підтримки навколишнього середовища тощо).

Узагальнюючи отримані результати, слід відмітити, що найвищу оцінку рівню власної психологічної стійкості поставили респонденти, яким характерна адаптивна модель копінг-поведінки. Окрім цього, ці учасники відрізняються й адекватно високим рівнем самооцінки індивідуально-психологічних якостей.

Люди з низькою самооцінкою більше схильні до стратегії - «уникання проблем». Часто люди з низькою самооцінкою сприймають себе як людей маючих неадекватні здібності для того, щоб протистояти загрозі. Вони намагаються уникати труднощів, оскільки вважають, що не впоратимуться з ними. Саме така стратегія подолання стресу є самої негативної для людини. Оскільки людина при такій стратегії може використовувати пасивні способи уникання проблем, наприклад, як відхід у хворобу або вживання алкоголю, наркотиків, а також може зовсім «піти від рішення проблем», використавши активний спосіб уникання - суїцид. Стратегія «уникання проблем» - спрямована на подолання або зниження стресу людиною. Використання цієї стратегії зумовлено недостатністю розвитку особистісно-середовищних копінг-ресурсів та навичок активного вирішення проблем. Однак вона може носити адекватний або неадекватний характер в залежності від конкретної стресової ситуації, віку та стану ресурсної системи особистості

А також у людей з низькою самооцінкою, спостерігається тенденція до високої потреби використання стратегії «пошук соціальної підтримки». З трьох випробовуваних груп, в групі де брали участь люди з низькою самооцінкою, при обробці результатів у ній було набрано максимальна кількість балів за рівнем вираженості такої копінг-стратегії як «пошук соціальної підтримки». Це стратегія подолання стресу характеризує себе, як активну стратегію, при якій людина для ефективного вирішення проблеми звертається за допомогою і підтримкою до навколишнього її середовища: родина, друзі, близькі.

У людей із середньою та високою самооцінкою результати багато в чому схожі. Так як у двох досліджуваних групах у людей переважають однакові копінг-стратегії. В обох групах за кількістю набраних балів домінує стратегія «вирішення проблем». Це найактивніша поведінкова стратегія, при якій людина намагається використовувати всі наявні в неї особистісні ресурси для пошуку можливих способів ефективного вирішення проблеми.

Звичайно, можна підкреслити, що у людей з високою самооцінкою спостерігається тенденція до мінімальної потреби використання стратегії «пошук соціальної підтримки». З трьох випробовуваних груп, в групі де брали участь люди з високою самооцінкою, при обробці результатів у ній було набрано мінімальна кількість балів за рівнем вираженості такої копінг-стратегії як «пошук соціальної підтримки».

Після проведеного дослідження спостерігається такий взаємозв'язок: Чим нижче самооцінка особистості, тим більше вона прагне уникати проблем. А чим вище самооцінка особистості, тим більше вона прагне вирішити проблему своїми силами. Зі стресом тісно пов'язана самооцінка особистості. Якщо люди оцінюють себе досить високо, маловірогідно, що вони будуть реагувати або інтерпретувати більшість подій як емоційно важкі або стресові. Крім того, якщо стрес виникає, вони можуть впоратися з ним краще, ніж особи з низькою самооцінкою. Це дає людині додаткову інформацію про свої можливості і сприяє підвищенню самооцінки.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

В.І. Кайко,

канд. психол. наук, доц.,

Дніпровський державний університет внутрішніх справ

ЩОДО ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

На даний момент визнано, що на якість виконання професійної діяльності та успішності на роботі, впливають не тільки професійно важливі якості та компетенції, а й індивідуальні особливості. Особливо це стосується професій з категорії «людина-людина». А для психолога тим більш, особливо важливим є вплив його особистісних якостей на процес роботи. Процес становлення студентів-психологів в професійному світі нерозривно пов'язаний з розвитком певних якостей, і багато в чому саме процес навчання у вузі детермінує формування їх професійних якостей (Л.І. Божович, І.В. Дубровіна, М.В. Єрмолаєва, В.В. Зацепін, Е.А. Клімов, Л.М. Мітіна, А.М. Прихожан, Л.С. Пряхников та ін.).

Аналізуючи професіограму і психограмму психологів можна зробити висновок, що виділяють, як особливо важливі такі параметри:

1. *Психофізіологічний рівень*. Стійкість до стресу, сильний тип нервової системи, емоційна стійкість, адекватність сприйняття, витримка, спокій;

2. *Інтелектуальний рівень*. Здатність до аналізу, логіка, сензитивність, вміння прогнозувати, професійна рефлексія;

3. *Особистісний рівень*. Здатність до емпатії, соціабельність, спрямованість на іншого, професійна вмотивованість, оптимізм, активність, комунікабельність і великодушність до людей, тактовність і дипломатичність у спілкуванні, моральність, сумлінність, відповідальність, сміливість у вирішенні практичних питань.

Для успіху в професійному плані психолог повинен уміти гармонійно реалізовувати дві особистісні сторони: морально-психологічну і «психотехнічну». Для роботи психолога необхідними навичками є вміння вибудовувати причинно-наслідкові зв'язки поведінки, реагування клієнтів, прогнозування поведінки, здійснювати правильний вплив на особистість інших людей.

Емпатія є одним з ключових моментів профпридатності, як керований процес спрямування уваги, сприйняття і відчуження клієнта – його переживань, емоцій і стану. Уміння «віддзеркалювати» оточуючих, співпереживати і знаходитися в стані співучасті до їхніх проблем. До інтуїтивної сторони емпатії відносяться вміння «бачити» поведінку партнера, діяти в умовах дефіциту інформації про нього, спираючись на досвід, «що зберігається» в підсвідомості. На інтуїтивному рівні працює здатність узагальнювати розрізнені факти про клієнта і збирати їх в загальну цілісну картину того, що відбувається. Професія психолога вимагає від людини високого рівня усвідомленості і розуміння нюансів і особливостей своєї професійної діяльності. В.М. Розін ввів поняття «формула дії» психолога, на його думку це, максимум рефлексії і культури мислення, максимум обережності, максимум відповідальності. Виходячи з цього, для студентів психологів особливо важливо розвивати рефлексію, інтелект і розуміння проблематики професійної діяльності.

Зміна особистості під час професійного розвитку це безперервний процес змін в особистісних, соціокультурних і діяльнісних сферах, вони відбуваються під впливом процесу навчання, виховання і вдосконалення особистості. В ході професійного формування закладаються і розвиваються такі структури як методологія і методики в психології, спеціальні технології і підходи. Важливим аспектом в навчанні є динаміка змін, як в професійному, так і особистісному плані, а також побудова оптимального маршруту життєвої перспективи для досягнення поставленої мети і самовизначення в професії. При навчанні фахівців, і психологів зокрема, важливо правильно збудувати мотиваційну структуру. Різниця між бажаним і дійсним, амбіції, білі плями в знаннях, активізація свідомо-вольових зусиль, виявлення значущих для особистості потреб, все це допоможе

створити оптимальні умови для навчання і сформувати особистісний сенс індивідуальному професійному розвитку.

О.А. Камінська,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

МОТИВАЦІЙНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ

Проблема мотивації в психології — одне з основних питань. Мотиваційна сфера розуміється як невід’ємна сторона особистості, що включає в себе ієрархічну систему мотивів діяльності і поведінки людини. Особливо важливу ланку займає мотивація в контексті вибору професії. В сучасних умовах взаємовплив професії і особистості стає все більш очевидним і професійна діяльність може призводити як до конструктивного, так і деструктивного взаємодії суб’єкта професійної діяльності та самої професії. Недостатність вивчення мотиваційної сфери особистості в контексті профорієнтації призводить до хибних висновків щодо кінцевого результату вибору професії, що, в свою чергу, може стати підґрунтям для негативних змін всередині особистості. Вивчення та масове введення в практику психолога досліджень мотивації вибору професії може призвести до зменшення кількості невдоволених та нереалізованих в професійному плані людей.

Мотиваційна сфера відіграє особливо важливу роль у виборі професійного шляху. Теоретичний аналіз наукової літератури дозволив виявити різноманітність мотивів вибору професійного шляху. Для дослідження мотивації вибору професії була обрана методика Р.В. Овчарової «Мотиви вибору професії».

Методика Р.В. Овчарової «Мотиви вибору професії» призначена для визначення переважаючого типу мотивації при виборі професійного шляху. У даній методиці виділяється чотири типи мотивів: внутрішні індивідуальні, зовнішні соціальні, зовнішні позитивні і зовнішні негативні.

Внутрішні мотиви вибору тієї чи іншої професії - її громадська і особиста значущість; задоволення, яке приносить робота завдяки її творчому характеру; можливість спілкування, керівництва іншими людьми і т.д. Внутрішня мотивація виникає з потреб самої людини, тому на її основі людина працює з задоволенням, без зовнішнього тиску. Зовнішня мотивація - це заробіток, прагнення до престижу, боязнь осуду, невдачі і т.д. Зовнішні мотиви можна розділити на позитивні і негативні. До позитивних мотивів належать: матеріальне стимулювання, можливість просування по службі, схвалення колективу, престиж, тобто стимули, заради яких людина вважає за потрібне докласти свої зусилля. До негативних мотивів відносяться впливу на особистість шляхом тиску, покарань, критики, осуду і інших санкцій негативного характеру.

Емпіричне дослідження особливостей професійного самовизначення проводилося серед учнів 10-11 класів та студентів/випускників ВНЗ. Вибірка складала 80 чоловік. Вона була розподілена на дві групи по 40 чоловік за віковим критерієм:

- особи до 18 років, які ще остаточно не визначилися з майбутньою професією;
- особи від 19 років, які вже здобувають або здобули професійну освіту.

Згідно до проведеного дослідження можна зробити такі висновки щодо мотиваційної сфери вікових груп до 18 років і старше 19 років:

В обох групах превалює внутрішня мотивація та переважають внутрішні соціально значимі мотиви.

Таким чином, наше дослідження показало, що переважання внутрішніх мотивів найбільш ефективно з точки зору задоволеності працею і його продуктивності. Те ж саме можна сказати і щодо позитивної зовнішньої мотивації.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Г.В. Капінус,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

САМООЦІНКА ТА РІВЕНЬ ДОМАГАНЬ

Самооцінка відноситься до ядра особистості й суттєво впливає на поведінку індивіда. Вона тісно пов'язана з рівнем домагань людини - ступенем труднощів і цілей, які він ставить перед собою.

Самооцінка відноситься до ядра особистості й суттєво впливає на поведінку індивіда. Вона тісно пов'язана з рівнем домагань людини - ступенем труднощів і цілей, які він ставить перед собою.

Самооцінка - це моральна оцінка своїх власних учинків, моральних якостей, переконань, мотивів; одне із проявів моральної самосвідомості й совісті особистості. Здатність до самооцінки формується в людині в процесі його соціалізації, у міру свідомого засвоєння їм тих моральних принципів, які виробляються суспільством, і виявлення свого особистого відношення до власних учинків на основі оцінок, що даються цим учинкам навколишніми.

Самооцінка може бути заниженою, завищеною й адекватною. В однаковій ситуації люди з різною самооцінкою будуть поводитися зовсім по-різному, почнуть різні дії, тим самим по-різному будуть впливати на розвиток подій. На основі завищеної самооцінки в людини виникає ідеалізована вистава про свою особистість, своєї цінності для навколишніх, Він не бажає визнавати власних помилок, ліні, недоліку знань, неправильної поведінки, часто стає твердим, агресивним, незлагодним.

В підлітковому і юнацькому віці посилюється прагнення до самосприйняття, до усвідомлення свого місця у житті і самого себе як суб'єкта відносин з оточуючими. З цим пов'язане становлення самосвідомості. У старших школярів формується образ власного Я (Я-образ, Я-концепція).

Образ Я - це відносно стійка, не завжди усвідомлювана, сприймається, як неповторна система уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими. В образ Я вбудовується і ставлення до самого себе: людина може ставитися до себе фактично так само, як він ставиться до іншого, поважаючи або зневажаючи себе, люблячи і ненавидячи і навіть розуміючи і не розуміючи себе, - в самому собі індивід своїми діями і вчинками представлений як в іншому. Образ Я тим самим вписується в структуру особистості. Він виступає як установка по відношенню до себе самому.

Ступінь адекватності Я-образу з'ясовується при вивченні одного з найважливіших його аспектів - самооцінки особистості.

Рівень домагань особистості - поняття, введене для позначення прагнення індивіда до мети такої складності, яка, на його думку, відповідає його здібностям. Цей утвір, тісно пов'язане із самооцінкою особистості.

Рівень домагань може бути заниженим або завищеним, тобто він не завжди відповідає об'єктивній оцінці здібностей індивіда. Приватний рівень домагань ставиться до досягнень в окремих областях діяльності або людських відносин (прагнення зайняти певне місце в колективі, у дружніх, сімейних або виробничих відносинах). В основі такого рівня домагань лежить самооцінка у відповідній області. Рівень домагань може носити більш загальний характер, тобто ставитися до багатьох областям життя й діяльності людини й, насамперед, до тем, у яких проявляються його інтелектуальні й моральні якості. Люди, що володіють реалістичним рівнем домагань, відрізняються впевненістю у своїх силах, наполегливістю в досягненні мети, більшою продуктивністю, критичністю оцінці досягнутого. Неадекватність самооцінки може привести до вкрай нереалістичних (завищеним або заниженим) домаганням.

Рівень домагань як психологічна характеристика особистості показує, що вибір завдання певних труднощів залежить від успіху або невдачі в розв'язку попередніх завдань: успіх сприяє вибору більш важких завдань (підвищення рівня домагань), невдачі - навпаки, більш легких (зниження рівня домагань).

Формування рівня домагань визначається не тільки передбаченням успіху або невдачі, але насамперед тверезим, а іноді смутно усвідомлюваним обліком і оцінкою минулих успіхів і невдач.

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ КАК КОМПЛЕКСНЫЙ АНАЛИЗ ЛИЧНОСТИ

На сегодняшний день многообразие подходов психотерапии поражает воображение неопита. Большинство из них сфокусировано на способе решения запроса определенным способом и требуют от клиента умения пользоваться данным методом. Например, направление арт-терапии требует умения работать с ассоциациями, образами, а когнитивные техники - умения логически думать определенным образом. Они расширяют стратегии и реакции. Безусловно, они эффективны, и, в то же время, требуют усилий к их пониманию человеком, который связан с психологией только своим запросом.

Что же касается телесно-ориентированной терапии, метода бодинамики, в частности, то последний не работает с симптомом изолированно, а смотрит на личность в целом, как на систему убеждений и верований. Помогает разобраться, почему человеку безопасно действовать именно так, даже если ему больно. Работа в телесно-ориентированной терапии идет через тело – ответ определенных мышц и телесные реакции клиента. Для клиентов, во многом, это кратчайший путь к пониманию себя. Во-первых, тело есть у всех, и мы приносим его на консультацию, правда не всегда это осознаем. Таким образом, каждый раз мы работаем уникальным инструментом из материала заказчика. Отличительной чертой бодинамики является фокус внимания. В большинстве теорий возрастного развития мы изучаем психологическое взросление. Бодинамика же рассматривает физиологическое взросление и его влияние на психологические феномены. На каждом этапе ребенок учится новым физиологическим навыкам (поворачивать голову, прыгать, отводить мизинец, ходить) и многое другое, активизируя определенные мышцы, которые «спали» до этого момента у ребенка поднимаются определенные темы, такие как:

1. «To be or not to be» или базовая безопасность:

- Понятие структуры характера, история создания теории, возрастные границы;
- Травмы развития в период со второго триместра беременности до 3 месяцев жизни;
- Основные отличия ментальной и эмоциональной структур характера;
- Телесная осознанность;
- Первичная привязанность и контакт.

2. Контакт со своими потребностями: могу ли я просить и получать помощь:

- Травмы развития в период от 1 месяца до 1,5 лет;
- Определение ранней и поздней позиций структуры потребности;
- Восстановление способности ощущать свои потребности;
- Опыт просить и получать помощь;
- Баланс брать-давать;
- Контейнирование и удовлетворение потребностей.

3. «Роман с миром»: фантазии и реальность:

- Травмы развития в период от 8 месяцев до 2,5 лет;
- Мышечные и поведенческие паттерны ранней и поздней структур автономии;
- Отношение к собственным импульсам и общей активности;
- Баланс между независимостью и потребностью в помощи;
- Формирование личных границ и территорий;
- Способность отказывать и соглашаться в соответствии со своими чувствами и интересами.

4. Жертвы и победители:

- Травмы развития в период от 2 до 4 лет;
- Анализ истории жизни с точки зрения осуществления выборов;
- Работа с ключевыми выборами: хочу ли я быть жертвой?
- Контакт с собственной силой: могу ли я позволить себе и другим использовать свою силу?

- Обвинение и жертвенность как способы защиты;
- Способность различать импульсы желаний и потребностей.

5. Превратности любви: полоролевая идентификация:

- Травмы развития в период от 3 до 6 лет;
- Поведенческие паттерны романтической и соблазняющей структур;
- Исследования чувственности и сексуальности;
- Стратегии создания семьи.

6. Формирование когнитивной карты мира:

- Травмы развития в период 5-9 лет;
- Способность формировать и формулировать собственное мнение относительно реальности;
- Способность отделять себя от своего мнения;
- Мышечные реакции, соответствующие ведущим структурам этого возраста;

- Личные и групповые границы;
- Баланс между разными правдами.

7. Быть лучшим – не значит быть одиноким:

- Травмы развития в период 7-12 лет;
- Быть таким, как все или конкурировать?
- Установление связей и групповая идентичность;

- Баланс между сохранением целостности своего «Я» и принадлежностью к группе;

- Способность контейнировать сильные эмоции;

8. Ресурсы и их использование:

- Ресурсное интервью;

- Составление карты ресурсов;

- Пиковое интервью;

- Ресурсы в травмах;

- Безопасные люди и социальные ресурсы;

- Безопасное место и географические ресурсы;

- Телесное осознание и физические ресурсы;

- Закрепление навыков применения ресурсных стратегий.

9. «BodyKnot»: модель конструктивных коммуникаций и разрешения конфликтов:

- Телесное осознание как важный элемент коммуникации;

- Тестирование реальности;

- Дифференциация фактов и интерпретаций;

- Базовая и полная модель BodyKnot;

- Тревожность, доверие и уровни контакта.

В зависимости от того, на какой теме «застрял» человек не сумевший ее проработать по каким-то причинам, она (тема), становится ведущей в его жизни, характер строится на основе опыта из этой структуры. То есть, однажды сдавшись, мышца такой остается и личность ощущает это под-сознательно постоянно.

Так, например, умение заявлять о своих желаниях закладывается в промежутке от 3 месяцев до 1,5 лет. В этот период ребенок получает опыт заявления своих физиологических потребностей. От реакции взрослых зависит, сможет ли человек во взрослом состоянии говорить кому-то и даже чувствовать, что ему на самом деле нужно.

Рассмотрим одну структуру характера более детально: она связана с разрешением себе, иметь собственные желания и импульсы. Условно – «Я хочу».

Такого человека можно легко узнать по манере ходьбы – дело в том, что в этот период 2-4 года ребенок учится прыгать и только учится мягко перекачиваться на стопе. Поэтому, стучит пятками – но, если тема «я хочу», я имею право хотеть и получать или хотя бы просто хотеть зафиксировалась – то уже взрослый человек (хорошо ходящий) будет стучать пятками и не уметь тихо ходить. Кроме этого, есть еще много физиологических и анатомических признаков. Что же происходит с психикой от 2-х до 4-х лет? Дети учатся чувствовать собственную силу: малыши кричат, топают, тянут бревна и баклажки с водой, если им позволяют.

Если эта тема ведущая – взрослый человек характеризуется как очень исполнительный, старательный, но относится к своим возможностям необъективно. Есть 4 варианта развития событий:

Приносящий себя в жертву – этот человек при неприятностях скажет «я не справился, я виноват», готов тратить силы и время, просто потому что «должен» и это его внутренняя убежденность. Это люди, которые всегда и всем помогают, которые тянут и даже не думают, что можно отказаться от загрузки, если это им тяжело или неприятно. Прилежно выполняют правила. Это добрые коллеги, которые всегда подменяют. Их проблема в том, что при всем этом альтруизме, они полностью отказываются от собственных импульсов и желаний и, буквально, заменяют их чужими желаниями или правилами.

1. Критикующий – человек, также, как и №1, не может проявить свою силу в полной мере. Скорее он не может злиться в полной мере. Он просто не верит, что его эмоции кто-то выдержит. Однако, вместо того, чтобы брать всю вину на себя, он, скорее, аккуратно распределит ее на других. Кто-то не так делает, а над этим и пошутить можно. Сарказм у них отменный. Он так же готов помогать и спасать других, но только по своим правилам, этот человек знает, что делать лучше за тех, кого спасает. Из таких людей получаются, отличные перфекционисты и трудоголики. Однако, строить отношения им это не помогает – скорее, такой человек берет ответственность за двоих, а потом истощается...

2. Если у человека была сильная травма, связанная с этой темой в возрасте от 2-х до 5-ти, то формируется травматическая структура – человека бросает в крайности: то он виноват во всем, что в мире происходит, то все вокруг ломают его великолепные планы и работу. При этом, что и когда «выстрелит» не знает никто.

3. Если человек успешно проработал тему, то он просто гармоничен способен выкладываться на полную силу, когда этого хочет и отказываться, если устал или не хочет чего-то делать или помогать.

Исследования показывают, что опыт приобретенный с 3-х месяцев беременности и до 12 лет остается в фасциях и влияет на состояние мышц и наши поведенческие реакции. Как правило, набор реакций у человека довольно устойчив и меняется крайне сложно. Каждый вспомнит свою реакцию на резкий звук, неожиданное событие, всегда ли она такая как вам бы хотелось? Дело в том, что тело всегда реагирует привычным для него способом, а мозг просто не успевает проанализировать, как лучше себя повести в данный момент. Психика считывает и интерпретирует ситуации опираясь на опыт из детства. Поэтому одна и та же ситуация для одного может быть очень «опасна», а для другого – нейтральна или позитивно заряжена. Например, тема близости/доверия для одного будет комфортна и желанна, для другого вызовет страх и даже панику и в жизни ему сложно устанавливать близкий контакт. Это же будет проявляться и в опасной ситуации, если на человека реально нападают, то он отреагирует привычным образом. Кто-то использует стратегию «Бей!» и будет сражаться, кто-то среагирует «Беги!» и будет убегать, искать защиту. А

для кого-то будет «Замри!» – когда человек как бы наблюдает за происходящим. Данный феномен называется «диссоциация», и является мощным защитным механизмом. Когда напряжение больше, чем может выдержать психика, она просто отключает часть сознания. Люди это описывают рефлексивно, как будто в такие моменты они – зрители в кинозале и даже видят себя со стороны.

Таким образом, каждый обладает неповторимой картой тела и психики, а в терапии человек ищет свой баланс и свои ответы.

М.Є. Карпова,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПОГЛЯДИ ДОСЛІДНИКІВ НА РИЗИКИ ТЕХНОЛОГІЙ КОМАНДОТВОРЕННЯ

В сучасних умовах у зв'язку з інтенсифікацією професійної діяльності значною мірою зростає роль команд (група людей, які взаємодоповнюють і взаємозаміняють один одного в ході досягнення поставлених цілей; група виступає в якості особливої форми організації людей, заснованої на продуманому позиціонуванні учасників, які мають спільне бачення ситуації і стратегічних цілей команди і володіють відпрацьованими процедурами взаємодії) у забезпеченні ефективності діяльності сучасних організацій. Причетність людини до командної діяльності пов'язується з її фаховимий особистісними якостями.

Дослідниками акцентовано увагу на різних моделях розвитку команди. Цікавою є модель Б. Такмена, ідеї якої презентував М. Келлі, який описав процес розвитку команди через проходження п'яти стадій: первісна орієнтація; конфлікт і опір; консолідація навколо завдання; командна робота та вирішення завдань; перехід до вирішення іншого завдання. На думку науковця, п'ята стадія розвитку команди супроводжується появою регресу (перехід на ранню стадію): члени команди можуть оновлюватися або покидати команду, може з'явитися нове завдання або мета і, нарешті, команда може просто розпастися.

Створення умов, що гармонізують взаємини в командах, етапність та зміст процедур, а також механізми їх впровадження, – все це об'єднується в специфічні прикладні інструменти – технології командотворення (від англ. **Teambuilding** – побудова команди). Під командотворенням науковці розуміють процес цілеспрямованого формування особливого способу взаємодії людей в організованій групі, що дозволяє ефективно реалізовувати їх енергетичний, інтелектуальний і творчий потенціал згідно стратегічним цілям організації.

Теоретико-методологічні засади різних технологій можуть бути спільними. Наведемо декілька прикладів. Так технологія формування кон-

курентноздатної управлінської команди О.Філь так само, як і технологія психологічної підготовки працівників системи держслужби до роботи в команді В.Михайленко розроблені в межах концепції психологічного забезпечення управління організаціями. Психолого-акмеологічна технологія формування управлінської команди О.Деркача та Ю.Синягіна, технологія діагностики та розвитку здібностей до командної роботи Б.Барцица розроблені в межах акмеологічного підходу.

Неоднозначні думки дослідників (Т.Хантер, С.Фішер) ми спостерігаємо щодо технологій, які були розроблені на базі теорії командних ролей М.Белбіна (організовує заходи за принципом «солянки» – група налічує працівників різних організацій), зокрема технологія «Командний профіль». Науковці поставили під сумнів вичерпність 9-елементної рольової структури команди («виконавець», «контролер», «координатор», «натхненник», «аналітик», «генератор ідей», «гармонізатор взаємин», «шукач ресурсів», «фахівець») у зв'язку з тим, що члени команди часто приймають не ті ролі, до яких «діагностично схильні», або змушені брати на себе кілька ролей, які є суперечливими.

На думку В. Макрассона оцінка командного профілю, який вибудовується на основі тесту рольової самоперcepції в команді (BTRSPI – BelbinTeamRoleSelf-PerceptionInventory) є скоріш за все особистісно, ніж командоцентрованим, тому, що не діагностує параметри взаємин членів команди. Критичні зауваження Н.Шумакера зазнала технологія типологічного плану, що розроблена в межах типології І.Мейерс-Бріггс-К.Брігс, згідно якої людську сутність можна звести до 16-типів за допомогою індикатора типів (MBTI – Myers-BriggsTypeIndication). Обмеження використання даної технології в практиці професійного відбору та командотворення пов'язана з нечіткими характеристиками типів особистості та відсутністю доказів її впливу на міжособистісні взаємини.

З метою командотворення багато організацій використовують екстрим-технології – мотузкові курси, рафтинг, перегони бездоріжжям, які проводяться в незвичайних умовах, або передбачають певний ризик та пригоди. На думку Т.Кетлера та В.Олсона, екстрим на короткий проміжок часу стимулює зростання продуктивності діяльності чи гармонізацію стосунків між членами команди завдяки новим враженням. Такі технології можна назвати адреналіновими технологіями, тому що їх ефективність базується на короточасному виділенні

Щодо ефективності роботи команди з використанням різних технологій, нам імпонує думка Л.Деліз та співавторів, яка базується на аналізі наукових даних за 20 років ХХ століття. Дослідник показав, що ефективна командна робота спостерігається у випадках наявності чіткої теоретичної моделі, проведення дотренінгового багатомірного аналізу рівня розвитку команди; у випадках, коли йдеться не про створення, а про розвиток існуючих команд; а також при орієнтації не стільки на відпрацювання ді-

яльнісних навичок, скільки на усвідомлення значення роботи та взаємин у команді.

Таким чином, основні ризики технологій командотворення виникають через відсутність моделей командотворення (призводить до неусвідомлення кінцевої мети, спрощення механізмів розвитку команд) й методологічного обґрунтування процедур (призводить до використання ненадійних і невалідних діагностичних інструментів).

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Д.М. Кісельова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

АКУЛЬТУРАЦІЯ: КУЛЬТУРНИЙ ШОК

Культура - сукупність матеріальних і духовних цінностей, створених людством протягом його історії; історично набутий набір правил усереднені соціуму для його збереження та гармонізації.

Акультурація (лат. Acculturare - від лат. Ad - до і cultura - освіта, розвиток) - процес взаємовпливу культур, сприйняття одним народом повністю або частково культури іншого народу. При цьому оригінальні культурні моделі однієї або обох груп можуть бути змінені, але групи як і раніше різні.

Антропологи Р. Білз, Р. Лінтон, Р. Редфілд і М. Херсковіц розробили часто цитоване визначення: «Акультурація проявляється тоді, коли групи осіб, які мають різні культури, приходять в безперервне спілкування з подальшими змінами в оригінальній моделі культури однієї або обох груп».

Чи відрізняється інкультурація, акультурація і асиміляція? Так, в корені: *інкультурація* в першу чергу процес залучення індивіда до культури свого народу, коли *аккультурація* - обмін культурними особливостями (вивчення і освоєння нової культури); при *асиміляції* відбувається повна втрата одним народом своєї мови і культури при контакті з іншим, більш домінантним. Але при цьому, безсумнівно, акультурація може бути першою сходинкою на шляху до повної асиміляції.

В тій чи іншій мірі практично всі іммігранти, що опиняються в чужій культурі, переживають культурний шок. Культурний шок – потрясіння, що випробовують на собі представники певної культури при зіткненні з іншою культурою (проблеми з якими вони стикаються). Зазвичай виділяють *шість* форм прояву культурного шоку:

- напруга через зусилля, прикладені для досягнення психологічної адаптації;

- почуття втрати через позбавлення друзів, свого становища, професії, власності;

- почуття самотності (знедоленої людини) в новій культурі, яке може перетворитися в заперечення цієї культури;
- порушення рольових очікувань і почуття самоідентифікації;
- тривога, що переходить в обурення й огиду після усвідомлення культурних відмінностей;
- почуття неповноцінності через нездатність впоратися з ситуацією.

К. Оберг стверджував, що люди проходять через певні ступені переживання культурного шоку і поступово досягають задовільного рівня адаптації. Існує так звана модель для опису етапів адаптації - крива адаптації (U-подібна крива), яка характеризується наступними ступенями: добре, гірше, погано, краще, добре. Виділяється п'ять ступенів пристосування,:

1. Перший період називають «медовим місяцем», тому що більшість мігрантів прагнуть вчитися або працювати за кордоном і, опинившись там, вони сповнені ентузіазму і надій.

2. На другому етапі незвична довкілля і культура починають робити свій негативний вплив. Результатом може бути розчарування, фрустрація, навіть депресія. Іншими словами, спостерігаються всі симптоми культурного шоку.

3. Третій етап стає критичним, так як культурний шок досягає свого максимуму. Це може привести до фізичних і психічних хвороб. Частина мігрантів здається, і повертається додому, на батьківщину, але більша частина знаходить в собі сили подолати культурні відмінності.

4. На четвертому етапі з'являється оптимістичний настрій, людина стає більш впевнена у собі і задоволена своїм становищем в новому суспільстві і культурі.

5. Повна адаптація до нової культури досягається на п'ятому етапі. Індивід і навколишнє середовище з цього часу взаємно відповідають один одному.

Залежно від чинників, що впливають на процес адаптації, він може тривати від кількох місяців до 4 - 5 років. Існує два типи чинників: внутрішні (індивідуальні) і зовнішні (групові). Цікаво, що коли успішно адаптована в чужій культурі людина повертається до себе на батьківщину, вона стикається з необхідністю пройти реадаптацію до своєї власної культури.

Таким чином, можна спостерігати культурний шок практично у всіх іммігрантів, що потрапляють до іншої країни, а як ми знаємо імміграція стала дуже популярною на сьогоднішній день. Саме тому ця тема є актуальною.

ПРОДУКТИВНА УЯВА МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЗДІБНОСТЕЙ ДО НАВЧАННЯ

Сучасний розвиток суспільства активізував необхідність перегляду методологічних підходів, принципів і технологій в психології та педагогіці. Орієнтація системи освіти на створення умов для розвитку і самореалізації особистості визначає розвиток уяви як один із пріоритетних напрямів, результатом реалізації якого є інтелектуальний, емоційний і особистісний ріст дитини, формування навичок планування, а так само успішність адаптації до постійно змінюваних умов середовища.

Проблема сутності, генезу, механізмів уяви, її особливостей у дітей, значення освоєння мовних і образних засобів в процесі розвитку цього психічного процесу вивчалася в працях таких вітчизняних і зарубіжних дослідників, як О.В.Боровік, П.П. Блонський, Л.С.Виготський, Дж. Гілфорд, В.В. Давидов, А.Я. Дудецький, О.М. Д'яченко, Е.В. Ільєнко, Г.Д.Кирилова, Л.С.Коршунова, Е.Е.Кравцова, В.Т. Кудрявцев, О.О.Лустіна, В.С Мухіна, Н.Н. Палагіна, Ж. Піаже, А.В. Петровський, Т. Рибо, І.М. Розет, С.Л. Рубінштейн, О.Є. Сапогова, Л.Ю. Суботіна, Б.М. Теплов, Є.П. Торренс, Д. Б. Ельконін, Л.І. Шрагіна і багато інших). Вчені підкреслювали, що уява, як найважливіший пізнавальний процес, знаходиться в основі будь-якої діяльності, і вказували на зв'язок уяви з такими вищими психічними функціями, як сприйняття, пам'ять і мислення, розвитком емоційно-вольової сфери, становленням особистості.

У зв'язку зі змінами навчальних програм постають проблеми в аспекті вивчення особливостей розвитку пізнавальних процесів у молодших школярів, що відкриває великі можливості для розвитку в тому числі і уяви. Не завжди ці можливості використовуються, що зумовлено орієнтацією системи загальної освіти в більшій мірі на репродуктивну діяльність учнів, на формування і вдосконалення таких загально учбових навичок, як мовні, обчислювальні, образотворчі та трудові, що підпорядковані заданим алгоритмам.

Крім того, у психологічній науці традиційно розглядаються такі психічні процеси, як мислення, пам'ять, увага, мовлення на прикладі міської популяції дітей. Що стосується такого пізнавального процесу як уява, менш інших висвітлено проблему розвитку продуктивної уяви у дітей молодшого шкільного віку з різним рівнем здібностей до навчання, в різних умовах навчання, зокрема що проживають та навчаються в міській та сільській місцевості, що обумовлює необхідність подальшого вивчення даного питання.

Таким чином, актуальність вивчення продуктивної уяви молодших школярів диктується, з одного боку, логікою розвитку психолого-

педагогічної теорії, а з іншого боку, потребами психолого-педагогічної практики.

Мета нашого дослідження полягала в теоретико-експериментальному вивченні особливостей продуктивної уяви міських та сільських молодших школярів з різним рівнем здібностей до навчання на прикладі її вербального та невербального компонентів.

Об'єкт дослідження - продуктивна уява молодших школярів.

Предмет дослідження - загальні, специфічні та індивідуальні особливості вербального і невербального компонентів продуктивної уяви молодших школярів у віці 7-8 років з різним рівнем здібностей до навчання, які проживають і навчаються в міській та сільській місцевостях.

Дослідження передбачало перевірку положення, що вербальна та невербальна продуктивна уява учнів 7-8 років з різним рівнем здібностей до навчання, які проживають і навчаються в міській і сільській місцевостях, будуть мати різну ступінь сформованості, загальні, специфічні і індивідуальні особливості, які можна визначити за допомогою відповідного комплексу діагностичних методик.

Для перевірки вихідних припущень нами використовувався комплекс взаємопов'язаних і взаємодоповнюючих один одного методів дослідження, а саме: теоретичні методи (міждисциплінарний теоретичний і прикладний аналіз досліджень по темі роботи); емпіричні методи (констатуючий психологічний експеримент, бесіда, спостереження за дітьми в процесі матеріального втілення продуктів уяви і їх вивчення; анкетування педагогів); кількісний (U критерій Манна-Уїтні, N - критерій Крускала-Уолліса як непараметричний аналог методу дисперсійного однофакторного аналізу для незв'язних виборок, кореляційний аналіз Спірмена) і якісний (опис і інтерпретація фактичного матеріалу) аналіз отриманих експериментальних даних. Кількісний аналіз даних виконувався за допомогою пакета статистичних програм обробки даних IBM SPSS Statistics 25.

Дослідження проводилося в других класах середніх загальноосвітніх установ: Комунальний заклад освіти «Середня загальноосвітня школа № 29» м. Дніпро, КЗ «Олександрівська середня загальноосвітня школа I-III ступеню» Дніпровського району Дніпропетровської області. В експериментальному дослідженні брали участь 64 молодших школярів у віці 7-8 років та три педагога.

Вибір другого класу для даного дослідження обумовлений тим, що діти вже адаптовані до кардинально нової для них учбової діяльності, соціальної ситуації розвитку та вимог боку середовища; крім того саме цей період є сензитивним для розвитку продуктивної уяви. Розподіл молодших школярів за рівнем здібностей до навчання проводився за результатами інтерв'ювання та анкетування педагогів, спостереження за ходом навчального процесу відповідно до чотирьох рівнів навчальних досягнень учнів однаковий для категорії місто проживання та навчання різниці ста-

тистично недостовірна, тобто в групах сільських та міських школярів однаково часто зустрічаються діти з середнім, достатнім та високим рівнем здібностей до навчання.

У нашій роботі ми виходили з тих положень, що уява є важливим психічним процесом в структурі психічної діяльності дітей та інтегрована в усі сфери їх життєдіяльності, виконуючи певні функції в довільній регуляції пізнавальних та емоційно-вольових процесів, впливаючи на характер їх протікання, забезпечуючи планування та програмування діяльності, підпорядковане певним цілям.

В ході дослідження нами використовувалися такі діагностичні методики, як «Домалюй фігуру» О.М. Д'яченко та «Вербальна фантазія» Р.С. Нємова. При виборі методики вивчення уяви молодших школярів ми керувалися тим, що в цьому віці продовжують свій розвиток наочно-образне, наочно-дійове і словесно-логічне мислення і, таким чином, підібрані методики дослідження, які базуються на словесному та ізо-матеріалі, допоможуть виявити рівень розвитку вербального та невербального компонентів продуктивної уяви молодших школярів та його відмінності в залежності від рівня здібностей до навчання та місця проживання та навчання, виділити загальні, характерні для всіх категорій дітей, особливості продуктивної уяви молодших школярів, специфічні, властиві дітям, які проживають в місті в порівнянні з їх однолітками з сільської місцевості та індивідуальні особливості, властиві дітям з різним рівнем здібностей до навчання та за статтю.

Серед загальних особливостей на статистично достовірному рівні виділено ті особливості, що спостерігаються для всіх молодших школярів у віці 7-8 років у вигляді переважання репродуктивного та репродуктивно-продуктивного виду уяви, і як наслідок, низького та середнього рівнів розвитку невербального та вербального компонентів продуктивної уяви, для яких характерні асоціація запропонованих фігур з одними тими ж образами та відтворення одних і тих же казкових історій без та з модифікаціями; використання загальних прийомів при продукуванні казкових історій у вигляді акцентування і гіперболізації, таких казкових прийомів як зачин і кінцівка; в переважанні високого та середнього рівня швидкості продукування творчого матеріалу при створенні переважно простих схематичних образів, не викликаючих яскравої емоційної реакції.

Застосовані методики дозволили уточнити та розширити уявлення про специфічні особливості продуктивної уяви дітей молодшого шкільного віку в залежності від рівня здібностей до навчання та місця проживання, виявити специфіку володіння способами створення образів, визначити цілісність, різноманіття і оригінальність образів. Статистично достовірні специфічні особливості знайшли свій прояв у вигляді співвідношення вербального та невербального компонентів продуктивної уяви у учнів 7-8-річного віку в залежності від місця проживання, а саме для учнів сіль-

ської школи характерне переважання середнього рівня невербального компонента уяви, у школярів міської школи переважно спостерігається низький рівень невербальної уяви; молодші школярі, що навчаються в сільській школі, здатні створювати більше оригінальних малюнків у порівнянні з їх однолітками із міста; спостерігається переважання у учнів сільської школи низького рівню та у міських школярів середнього рівню вербальної уяви; міські школярі здатні швидше продуціювати казкові сюжети ніж їх однолітки із села.

Зібраний масив фактичних даних продемонстрував своєрідність індивідуального прояву продуктивної уяви у дітей в залежності від рівнів здібностей до навчання та статі у вигляді більш високого рівню невербального компоненту продуктивної уяви у хлопців у порівнянні з дівчатами; здатності учнями з більш високим рівнем здібностей до навчання створювати більшу кількість оригінальних ідей стосовно перетворення стимульного матеріалу та продукування казкових сюжетів; зростання рівню вербальної уяви молодших школярів, які навчаються в місті, відповідно до росту здібностей до навчання.

Таким чином, нами були отримані додаткові дані про розвиток продуктивної уяви у дітей молодшого шкільного віку, які ілюструють загальні, специфічні, індивідуальні особливості, обумовлені різним рівнем здібностей до навчання і різним місцем проживання, та можуть бути використані в практичній роботі педагогами, практичними психологами і батьками дітей.

Науковий керівник: О.А. Днірова, канд. мед. наук., доц.

Х.В. Кожухова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

РОЗВИТОК В УЧНІВ УМІННЯ УПРАВЛЯТИ ІНФОРМАЦІЙНИМИ ПОТОКАМИ

Ми живемо в інформаційній ері, і наслідки цього можна спостерігати вже зараз. Усе частіше виникають ситуації, коли говорять про те, що мозок людини перевантажений нескінченним потоком інформації. «Інформаційне перенасичення» у ХХІ столітті стало одним із аспектів життя.

З тих пір як Річард Вурман опублікував в 1989 році свій бестселер *Information Anxiety*, розмови про проблеми, пов'язані з «перенасиченням», не втихають.

Для опису цієї проблеми все частіше застосовують термін «синдром інформаційної втоми». Основний симптом зазначеного нездужання – нездатність концентруватися, що пов'язано з перевантаженням короткочасної пам'яті людини.

Іншу назву того ж явища запропонував Девід Мікікс, автор *Slow Reading in a Hurried Age*, який називає його «тривала часткова увага». Мікікс пише, що «Діти, які вирости в цифровий ері, більше ніж попередні покоління, страждають від постійної розсіяної уваги». Ось його аргументи: «Багатозадачність викликає підвищене виділення кортизолу, гормону стресу, а також адреналіну, що прискорює мозкову активність і призводить до роздробленості мислення».

Зараз особливої актуальності набуває проблема орієнтування і виділення головного в великих загальнодоступних потоках інформації. Основні труднощі лягають на плечі вчителів, тому що саме вони можуть направити і показати, як правильно працювати з інформацією.

Один із способів допомоги учням – розвиток у них візуального мислення. Що це таке і чому це важливо особливо зараз?

Виходимо з таких законів пам'яті: закон дії (інформація, яка бере участь у дії, запам'ятовується краще); закон осмислення (чим глибше усвідомлюємо інформацію, тим краще вона запам'ятовується).

Якщо поєднати все вищевикладене, то отримаємо спосіб роботи з інформацією «візуальний конспект». Інша сучасна його назва – скетчноутінг (революційний спосіб конспектування лекцій, конференцій, мозкових штурмів і ділових зустрічей). Використання цієї техніки дозволяє фіксувати інформацію у вигляді малюнків і символів, створюючи візуальну карту будь-якого матеріалу.

Зазначена техніка розроблена для розвитку навичок засвоєння інформації, що оптимізує роботу мозку. В основу скетчноутінга покладено теорію подвійного кодування, запропоновану Аланом Пайвеном у 1970 р. Відповідно до неї мозок використовує для обробки нових даних два канали: вербальний і візуальний. Скетчноутінг дає можливість задіяти їх одночасно. Це дозволяє створити візуальну карту того, що ви чуєте, бачите, про що думаєте, а не просто записати думки, які пролунали в аудиторії. Крім того, візуальне конспектування допомагає сфокусувати увагу: мозок, цілком поглинений процесом, «не захоче» відволікатися на соціальні мережі або SMS.

Використовуючи скетчноутінг на уроці учитель зможе навчити учнів наступному:

1. Виділяти в великих інформаційних потоках головне.
2. Переробляти значну кількість інформації, що в подальшому допоможе учням під час здобуття вищої освіти.
3. Концентруватися більше за часом, ніж при звичайній роботі з текстом.

Одним із засновників цієї методики став Віктор Федорович Шаталов – педагог-новатор. Він розробив систему навчання з використанням опорних сигналів – взаємопов'язаних ключових слів, умовних знаків, малюнків і формул з коротким висновком та назвав її «опорний конспект».

Основні правила написання опорного конспекту: лаконічність (300 – 400 друкованих знаків); структурність (4 – 5 зв'язків, логічних блоків); смисловий акцент (рамки, відділення одного блоку від іншого, оригінальне розташування символів); уніфікація друкованих знаків; автономність (кожен з чотирьох-п'яти блоків повинен бути самостійним); асоціативність, доступність відтворення, кольорова наочність і образність.

Автор книги «Візуальне мислення» Ден Роем запропонував таке правило: не можна керувати тим, що не можна намалювати. Ден Роем також зазначив, щоб інформація стала максимально зрозумілою, потрібно зуміти її розмістити на одній серветці.

Він використовує правило «6 * 6»: є шість способів, якими ми сприймаємо світ: «хто» / «що», «скільки», «коли», «де», «як» і «чому» / «навіщо». Кожному з цих способів відповідає певний спосіб демонстрації ідеї іншим людям. Для кожного з шести способів пояснення ідеї існує одна візуальна структура, яка є відправною точкою процесу для створення візуального конспекту. Розглядаючи представлений малюнок зліва направо, ми простежуємо, як наші очі використовують «Шість способів бачити», обробляють в розумі питання: «Хто?» / «Що?», «Скільки?», «Коли?» і «Де?», об'єднуються в «Як?» і «Чому?» / «Навіщо?», після чого відтворюються у вигляді 6 відповідних структур для представлення ідей: «хто» / «що» стає портретом, «скільки» – діаграмою, «де» – картою, «коли» – тимчасовою шкалою, «як» – блок-схемою, а «чому»/«навіщо» – графіком зі змінними параметрами.

Ми можемо створити тисячі різних графіків, діаграм і таблиць, але всі вони будуть ґрунтуватися на шести базових структурах або їх комбінаціях. Уміння застосовувати в конкретних ситуаціях найбільш зручні структури і зображати їх на папері дозволяє графічно представити практично будь-яку проблему.

Є кілька простих інструментів візуальної освіти, яким можна навчати учнів з ранніх років, наприклад, візуальний юніт. У центрі візуалізації знаходиться одиниця інформації (факт, закон, правило). Інформація зображена так, щоб її було просто асоціювати з вже наявними знаннями. Наступний інструмент – це мнемокартки, за допомогою яких можна зобразити: слово і його переклад, поняття і визначення, піктограму і її трактування, подію і дату, пов'язані назви, питання і відповідь.

Підсумовуючи, зазначимо, що особливе значення в організації процесу над розвитком в учнів уміння управляти інформаційним потоками відіграє професіоналізм педагога, одним із завдань якого полягає в тому, щоб навчити учнів орієнтуватися і виділяти головне в великій кількості інформаційних потоків.

ОСОБИСТІСНИЙ КРИТЕРІЙ КУЛЬТУРИ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ

З огляду на комунікативний характер професійної діяльності майбутніх вчителів, особливого значення у процесі їх підготовки у педагогічному коледжі набуває формування культури міжособистісної взаємодії. Високий рівень розвитку зазначеного феномену передбачає наявність у студентів важливих для керування процесом міжособистісної взаємодії особистісних рис, умінь володіння собою і своєю поведінкою в рамках комунікативної ситуації, оцінювання ефективності взаємодії і коригування спілкуванням. Отже, беззаперечної значущості у процесі формування культури міжособистісної взаємодії набуває особистісний критерій. Розглянемо його показники більш докладно.

Перш за все зазначимо, що міжособистісні відносини, характеризуючись певною модальністю, проявляються у таких морально-особистісних якостях педагога як емпатія, чуйність, доброзичливість, прагнення зрозуміти іншого, співчуття, щирість, великодушність, шляхетність, толерантність тощо. Зважаючи на це, найважливішою характеристикою у даному аспекті постає *емоційний інтелект*, який у психолого-педагогічній літературі представлений в таких інтерпретаціях: особлива здатність вірно судити про людей, прогнозувати їх поведінку і забезпечувати адекватне пристосування в міжособистісних взаємодіях (Г. Олпорт); когнітивна компетентність, що дозволяє людям сприймати події соціального життя з мінімумом несподіванок і максимальною особистою користю (Н. Кентор); здатність до раціональних, розумових операцій, об'єктом яких є процеси міжособистісної взаємодії (Н. Кудрявцева); індивідуальні задатки, здібності, властивості, що полегшують вироблення в особистому досвіді умінь і навичок соціальних дій і контактів (В. Куніцина); здатність до розуміння поведінки інших людей (Н. Амінов, М. Молоканов); здатність людини вирішувати завдання різного рівня у різних сферах життєдіяльності, налагоджувати контакти з людьми, використовувати емоційну сферу для вирішення будь-яких комунікативних і особистісних проблем.

Спільною рисою існуючих підходів до визначення емоційного інтелекту є розуміння даного конструкту як здатності до ідентифікації, розуміння емоцій і управління ними. Такі трактування дозволяють зробити висновок про те, що емоційний інтелект, виступаючи засобом пізнання соціальної дійсності, має яскраво виражений комунікативний аспект. В. Куніцина називає цей аспект «ядром» емоційного інтелекту і визначає

його як комунікативно-особистісний потенціал, що представляє собою комплекс властивостей, які полегшують або ускладнюють спілкування, на основі якого формуються такі інтегральні комунікативні властивості як психологічна контактність і комунікативна сумісність.

Таким чином, у структурі особистісного критерію культури міжособистісної взаємодії емоційний інтелект передбачає володіння уміннями: соціальної атракції, соціальної перцепції, соціального мислення, соціальної уяви, соціального уявлення, що сприяють розумінню смислів соціальної реальності та її суб'єктів; сприймати особистість в її цілісності та різноманітні властивостей та якостей; інтерпретувати вербальну та невербальну поведінку інших; аналізувати, а не оцінювати поведінку інших; коректно інтерпретувати «зворотній зв'язок»; приймати обґрунтовану точку зору іншого; співчувати, співпереживати; розпізнавати та керувати власним емоційним станом під час взаємодії; розуміти конфліктогени спілкування та усвідомлювати власні конфліктогени; здійснювати самоконтроль, саморегуляцію за будь-якої взаємодії.

Враховуючи специфіку майбутньої діяльності студентів педагогічного коледжу, вагомого значення надаємо *спрямованості особистості у спілкуванні*, що розглядається нами як сукупність усвідомлених особистісних змістових настановлень і ціннісних орієнтацій у сфері міжособистісної взаємодії, індивідуальна «комунікативна» парадигма, що містить уявлення про сенс спілкування, його засоби, бажані і припустимі способи поведінки. Комунікативна спрямованість визначає ставлення людини не тільки до себе, но і до партнера по взаємодії, залучення до взаємодії з іншими. З одного боку, така спрямованість передбачає готовність до сприйняття впливів партнера, а з іншого – налаштованість комунікативної поведінки стосовно нього. Вчені зазначають існування різних видів спрямованості особистості у спілкуванні. У нашій роботі ми дотримуємося позиції С. Братченка, який виділив шість із них:

- діалогічна спрямованість – орієнтація на рівноправне спілкування, що ґрунтується на взаємній повазі та довірі, на взаєморозумінні, взаємній відкритості і комунікативному співробітництві, прагненні до взаємного самовияву;
- авторитарна спрямованість – орієнтація на домінування у спілкуванні, прагнення придушити особистість партнера, підпорядкувати його собі. Цей вид спрямованості пов'язаний із «комунікативною агресивністю» і комунікативною ригідністю людини, когнітивним егоцентризмом, відсутністю поваги до чужих поглядів;
- маніпулятивна спрямованість – орієнтація на використання партнера і спілкування загалом у власних цілях для одержання різного роду вигоди; ставлення до партнера як до засобу, об'єкта своїх маніпуляцій. За такої орієнтації людина прагне зрозуміти («вирахувати») співрозмовника, щоб одержати потрібну їй інформацію. Людина, яка характеризується

цією спрямованістю під час спілкування, схильна розглядати будь-яку ситуацію як «цільову» і для досягнення своєї мети здатна маніпулювати не лише партнером, а й собою;

- альтероцентристська спрямованість – добровільна «центрація» на партнері, орієнтація на його цілі, потреби, почуття, безкорисливе жертвування власними інтересами й ігнорування власних цілей. Ця спрямованість пов'язана з альтруїзмом, із прагненням людини зрозуміти потреби іншого, максимально задовольнити їх, вона готова надати допомогу, підтримку, сприяти благополуччю партнера, не очікуючи нічого навзаєм, а часом навіть на шкоду власному благополуччю;

- конформна спрямованість – відмова від рівності у спілкуванні на користь партнера, орієнтація на підпорядкування силі авторитету, на «об'єкту» позицію для себе, некритичні згоду й уникнення протидії. Людина з такою спрямованістю у спілкуванні схильна до наслідування, реактивної взаємодії;

- індиферентна спрямованість – домінування орієнтації на вирішення суто ділових питань, на ділову комунікацію і предметну взаємодію, уникнення спілкування як такого. За цього виду спрямованості і партнер як особистість, і саме спілкування з усіма його проблемами, по суті, ігноруються, будь-які ситуації сприймаються насамперед як «діяльнісні».

Розглядаючи особистісний критерій культури міжособистісної взаємодії, вважаємо за необхідне акцентувати увагу на те, що для ефективного її здійснення майбутній педагог має володіти *рефлексивністю*, адже його діяльність за своєю природою є рефлексивною і включає: рефлексію виконавчої діяльності (реальні вказівки, пропозиції, поради, спонукання до дії); визначення стратегії дії (вибір програми заходів з урахуванням ситуації, що склалася і стану готовності до її вирішення); аналіз і власну оцінку обраної стратегії і реалізованої на її основі програми, співвіднесення її з поставленими цілями і завданнями. Рефлексивне управління складає основу самовдосконалення професійної діяльності, професійних умінь студентів педагогічного коледжу, у тому числі й умінь міжособистісної взаємодії. У цьому контексті вважаємо суттєвим визначити кілька моментів, що відображають роль рефлексії у комунікативній діяльності майбутніх педагогів: рефлексія є однією з важливих умов засвоєння змісту культури міжособистісної взаємодії; її підставі здійснюється контроль і управління процесом засвоєння знань, формування умінь міжособистісної взаємодії; рефлексія необхідна при зміні умов професійної діяльності; вона є одним із основних механізмів розвитку культури міжособистісної діяльності. Отже, рефлексуючий педагог – це особистість, яка має глибину, проблемність і критичність мислення; відкритість, готовність до діалогу; гнучкість у пошуку альтернативних підходів до вирішення проблем; варіативність і пластичність у комунікативних стратегіях, особистісну включеність у діяльність, прийняття відповідальності за вибір рішення, а також уміння аналізувати та досліджувати свій досвід.

Вищевикладене свідчить про правомірність визначення вказаних показників у структурі особистісного критерію культури міжособистісної взаємодії та необхідність проведення діагностики рівня сформованості кожного з них у студентів педагогічного коледжу.

Науковий керівник: С.П. Кожушко, д-р пед. наук, проф.

О.А. Козлов,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

РОЛЬ БАТЬКІВ І ПЕДАГОГІВ У РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Батьки і вчителі відіграють важливу роль у вихованні та розвитку дитини. У початковому шкільному житті пам'ять є здатністю, яка значною мірою визначає успішність навчання, але в подальшому: процес навчання починає впливати на те, як, в якому напрямку і якими темпами буде розвиватися пам'ять.

Вивчення пам'яті один з перших розділів психічної науки, де був застосований експериментальний метод: були зроблені спроби виміряти доступний людині об'єм пам'яті, швидкість, з якою він може запам'ятати матеріал, і час, протягом якого він може утримувати цей матеріал. Перше систематичне вивчення вищих форм пам'яті у дітей здійснив наприкінці 20-х рр. видатний психолог Л. С. Виготський. Їм доведено, що вищі форми пам'яті є складною формою психічної діяльності, соціальної за своїм походженням. Дослідження складних форм пам'яті, пов'язаних з процесами мислення, були проведені вітчизняними дослідниками А. А. Смирновим і П. І. Зінченко. Вони вивчали процеси мимовільного запам'ятовування і процеси свідомого, осмисленого заучування. Пам'ять являє собою складний пізнавальний процес, що складається з мнемічних процесів. До мнемічних процесів відносять: запам'ятовування (мимовільне і довільне) збереження, відтворення і забування.

Існує кілька факторів, що впливають на процес розвитку пам'яті у дітей молодшого шкільного віку. Вони залежать від людини, яка тренує свою пам'ять. **Перш за все, це фактор бажання, який спонукає дізнаватися нове.** Другий фактор - усвідомлення. Щоб запам'ятати той чи інший матеріал, дітями повинна бути зрозуміла мета, для чого він це робить. Наступний фактор - яскраві враження. Як і асоціації, враження служать дітям для запам'ятовування нових даних. Розвиток пам'яті дітей у перші шкільні роки сприяє вирішенню спеціальних мнемічних задач, які виникають перед дітьми у відповідних видах діяльності.

Віковий етап молодшого шкільного віку триває від 6 до 11 років, з точки зору психологічної періодизації і від 6 до 10 років педагогічної.

Неважко помітити, що основу педагогічної періодизації, з одного боку, складають стадії фізичного і психічного розвитку, а з іншого – умови, в яких протікає виховання.

У період молодшого шкільного віку найбільш важливе завдання - навчити дитину вчитися самостійно, від цього буде залежати не тільки ефективність навчального процесу, але і розвиток всіх психічних якостей дитини. До початку молодшого шкільного віку в психологічному розвитку дитини намічаються три лінії: лінія формування довільної поведінки, лінія оволодіння засобами та еталонами пізнавальної діяльності, лінія переходу від егоцентризму до децентрації.

До кінця молодшого шкільного віку в учнів повинні бути сформовані й інші новоутворення: довільність психічних процесів, здатність до саморегуляції.

У молодшому шкільному віці відбуваються значні зміни у функціонуванні, розвитку психічних пізнавальних процесів. В цілому вони зазнають суттєвих змін у своїй структурі. Основна суть їх полягає в тому, що пам'ять і старших дошкільнят, а потім і молодших школярів стають довільними. Пам'ять та увага молодших школярів, набувають рис довільності і стають в цілому свідомо регульованими і опосередкованими.

Перетворення пам'яті молодшого школяра може бути обумовлено і значними вимогами до її ефективності, високий рівень якої необхідний при виконанні нових мнемічних задач, що виникають в ході учбової діяльності.

Так, молодший школяр вже може багато запам'ятовувати, він здатний зачувати необхідний матеріал буквально, здатний також переказати його своїми словами, і через тривалий час може відтворити його близько до початкового тексту.

Нездатність дитини до запам'ятовування, відтворення завченого матеріалу в результаті позначається на його навчальному житті в школі. Наявні в молодшому шкільному віці зміни і перетворення в психічній пізнавальній діяльності, величезне значення мають для подальшого повноцінного розвитку психіки в цілому.

Спеціальні дослідження, однак, показують, що при переважаючій в даний час системі початкового навчання процес цей нерідко протікає стихійно. У багатьох дітей до молодшого шкільного віку, діагностується недостатня сформованість деяких пізнавальних процесів психіки. До таких пізнавальних процесів можна віднести: довільну увагу і пам'ять, регуляцію розумових дій, яка відбувається усвідомлено.

У молодшому шкільному віці відбуваються якісні зміни пам'яті дитини, набуваючи рис довільності, стаючи свідомо регульованою і опосередкованою.

Велику роль в цьому віці, як і в дошкільному, грає зорова пам'ять. В даний час однією з актуальних проблем сучасної школи є проблема опти-

мізації навчально-виховного процесу та подолання шкільної неуспішності. Основною групою ризику в цьому плані є діти з недорозвиненням психічних процесів, таких як пам'ять, увага та ін.

Такі якісні зміни пам'яті у дітей молодшого шкільного віку пов'язані, перш за все, з придбанням в результаті навчання різноманітних способів і стратегій запам'ятовування навчального матеріалу. Слід зазначити, що для формування таких способів і стратегій роботи необхідна спеціальна робота, спрямована на формування таких способів запам'ятовування, які складаються у дітей стихійно і можуть розрізнятися у віці, наприклад, семи і десяти років.

Можна відзначити, що для дітей семи років, властиві ситуації, коли дитині простіше запам'ятовувати необхідний матеріал без використання яких-небудь засобів, ніж запам'ятати за допомогою спеціальної організації та осмислення матеріалу.

На питання: «Як ти запам'ятав?», - дитина цього віку найчастіше відповідає: «Просто запам'ятав, і все».

У міру ускладнення навчальних завдань установка «просто запам'ятати» перестає себе виправдовувати, що змушує дитину шукати прийоми організації матеріалу. Найважливішими є прийоми смислового запам'ятовування, що лежать в основі логічної пам'яті. Основу логічної пам'яті становить використання розумових процесів в якості опори, засоби запам'ятовування. Така пам'ять заснована на розумінні. У зв'язку з цим доречно привести вислів Л. Н. Толстого: «Знання тільки тоді знання, коли воно набуто зусиллями думки, а не однієї тільки пам'яттю».

Всім відомо, що для вчителя в школі проблема пам'яті і уваги є найбільш актуальною, особливо в роботі з дітьми із затримкою психічного розвитку. Ця проблема багато в чому обумовлена наявними особливостями протікання пізнавальних психічних процесів школярів. Діти молодшого шкільного віку неуважно слухають викладача, не слухають вказівок і рекомендацій, забувають про те, що чули, допускають багато помилок у своїй роботі і часто під час її виконання швидко відволікаються. Діти замислюються над чимось стороннім, втрачають послідовність заданої роботи і довго не можуть зосередитися знову.

На перших роках навчання дитини в школі дуже важливу роль грає його мимовільна пам'ять, т. к. на основі переважного використання мимовільного запам'ятовування можна досягти високих результатів. З віком все більшу роль у процесі навчання починає грати довільна пам'ять, яка стає цілеспрямованою і свідомо регулює діяльність з фіксації, збереження та відтворення необхідної інформації. Продуктивність довільної пам'яті залежить від активності дитини при відтворенні. Внутрішнє напруження, зусилля, прагнення пригадати чітко проявляються у нормальних дітей.

Тому, у дітей цього віку потрібнорозвиватиусвідомлену пам'ять - образну, словесно-логічну, короточасну, довготривалу і опе-

ративну. І, як було вже сказано вище, потрібно звертати увагу на розвиток мінливих керуваних процесів пам'яті. На мою думку, слід більше використовувати вправи, які б розвивали психічні процеси у дітей - пам'ять і мислення.

Науковий керівник: Н.П. Волкова, доктор пед. наук, проф.

К.С. Кононенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

МОЖЛИВОСТІ МАНІПУЛЮВАННЯ СВІДОМІСТЮ МАС В ТЕОРІЇ ДЖ. ОВЕРТОНА

Чи помічали ви що ідеї які здавалися неприйнятними ще пару десятків років тому зараз вважаються нормою і активно пропагандуються в суспільстві? Складається відчуття, що хтось просуває ці ідеї свідомо, і сьогодні хотілось звернути увагу на теорію Дж. Овертона, метою якої є маніпуляція суспільною свідомістю для «поступового прийняття ним досі чужих ідей, наприклад, зняття певних табу та заборон».

«Вікно Овертона» або «вікно дискурсу» це модель наявності певних меж припустимих думок і публічних висловлювань з точки зору суспільної моралі. Ця концепція була запропонована Дж. Овертоном в середині 1990-х років і згідно з нею у будь-який момент часу є певне «вікно» думок, які є прийнятними і не прийнятними для обговорень в суспільстві, так само як є ідеї, що становлять чинну норму та загально прийнятну мораль.

Таким чином, межами висловлювань і рамок, що приймаються в суспільстві, вважаються ті, які потрапляють в розряд прийнятних. Те, що лежить у межах вікна дискурсу можна вважати безпечним для публічного висловлювання тим, хто хоче зберегти свою репутацію та бути популярним в атмосфері актуальних ідей. А ті ж ідеї, що лежать за межами цього «вікна» можна вважати ризикованими. Дж. Овертон вважав, що найчастіше політики і діячі висловлюють свої думки, що найближче лежать до центру вікна дискурсу, до так званої «чинної норми». Проте автор теорії не говорив ні про яку концепцію маніпулювання свідомістю, а тільки про «вікно» допустимих в суспільстві ідей. Визначення концепції, що знайоме нам зараз ввів Дж. Лехман, президент Макинського центру публічної політики, який зазначив в теорії можливість маніпулювання «вікном дискурсу», як певної покрокової технології для формування потрібних ідей в суспільстві. Ідея «вікна Овертона» здобула популярність після виходу книги однойменної книги Г. Бека в 2010 році. Проте, слід зазначити суперечливість застосування цієї теорії як технології маніпулювання свідомістю і деякі вчені політологи, наприклад Е. Резниченко, вважають її не науковою та не доведеною.

Власне теорія складається з 5 кроків, за допомогою яких можна змінювати «вікно» пануючих думок в необхідному напрямі. Так, наведемо приклад зрушень «вікна» ідей на легалізації марихуани.

Крок перший – на цьому етапі «вікно» думок зрушується від «немислимого» до «радикального». ЗМІ починають говорити про можливість вживання марихуани, і люди постійно чуючи це починають думати про неї, і про те, що це цілком може бути. Вона не набуває статус прийнятної, але втрачає статус немислимою.

Крок другий – «вікно» думок зрушується від «радикального» до «можливого». На цьому етапі проводяться «наукові» заходи, де вчені можуть обговорювати користь марихуани, оприлюднюються результати досліджень в межах даної проблематики, метою яких є затвердити в суспільній свідомості ідею, що це не одичине, а цілком масове явище, що це може існувати в цьому суспільстві.

Крок третій – зрушення від «можливого» до «розумного». Тут зазвичай відбувається звернення до природного та необхідного характеру даної проблеми. Відбувається руйнування ідеї про те, що обговорення даної теми є неприйнятною. До вчених підключаються політики, бізнесмени, які активно обговорюють дану тему, визначають плюси та мінуси вживання марихуани. Зазвичай тут формується дві групи прихильників та противників даної проблеми. При цьому люди, що мислять критично зазвичай виступають проти легалізації, а всі інші починають доводити їм протилежне. Таким чином, відбувається активна концентрація уваги на нормальності цієї ідеї.

Крок четвертий – це зрушення від «розумного» до «популярного». На цій стадії багато відомих осіб починають міркувати і вносити в маси ідею паління, з'являються телепрограми і шоу, де головні дійові особи прибічники цієї ідеї. Основна мета на цій стадії це переконати суспільство, що його домінуюча більшість є прихильниками та підтримують це.

Крок п'ятий – це фінальний крок, де відбуваються зрушення від «популярного» до «чинної норми». Заперечення даного явища починає сприйматися як заперечення прав людини. Активно проводяться опитування даної проблеми і вона поступово з наукової та популярної стає соціально-політичною. У свідомості людей формується думка, що негативне ставлення до заперечення легалізації марихуани. Політики при цьому починають лобіювати просування цієї ідеї на юридичному рівні, апелюючи до досвіду інших держав за наявності такого, що призводить до законодавчого підтвердження ідеї.

Таким чином, «вікно Овертона» можна зв'язати з дослідженнями конформності, що проводились С. Ашем, зокрема його дослідження про те, як і наскільки соціальні сили обмежують наші думки і переконання. В цьому контексті він пише: «Сучасна епоха, разом з небаченим технічним прогресом в області комунікації, привнесла до соціальних стосунків

також свідоме маніпулювання свідомістю людей і «технологію згоди». Більшість досліджень показали один і той же результат: стикаючись з протилежною думкою, учасники експериментів змінювали свої погляди, погоджувалися з думками більшості або з думкою авторитетних людей».

Хоча і немає надійних підтверджень застосувань теорії Дж. Овертона у наш час, ми вважаємо, що можна простежити тенденцій впровадження деяких ідей, які раніше вважалися неприйнятними. Теорія Дж. Овертона та можливості її використання досить складні й дискусійні, але безумовно вона є цікавою для подальшого вивчення.

Науковий керівник: Н.В. Грисенко, канд. психол. наук.

Г.О. Котельникова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФЕНОМЕН ЛЮДСЬКИХ ЗАБОБОНІВ

Згідно «Тлумачного словника живої великоросійської мови» Володимира Даля, марновірство - це «пусте, безглузде, помилкове вірування у що-небудь; віра в чудесне, надприродне, в ворожбу, ворожіння, в прикмети, ознаки, віра в причину і наслідок, де причинно-наслідкового зв'язку з цим не видно». При цьому «взаємні межі правдивості і забобони залежать від переконань, і у будь-кого на це своя віра». До сказаного необхідно додати, що всі забобони, незважаючи на різні форми і прояви, об'єднують одна важлива ознака - вони незмінно пов'язані з визнанням потойбічних, таємничих сил, від яких, нібито, багато в чому залежить життя людини.

Забобони завжди були невід'ємною частиною людства. Бо люди завжди прагнуть знати що чекає їх завтра, через місяць, рік та взагалі в майбутньому.

Необхідністю забобони стали тоді, коли людина почала займатися працею. Вирощуючи їжу треба було знати коли підуть дощі. Вирушаючи у подорож людина намагалась передбачити яку складність та небезпечність несе їй дорога щоб вчасно підготуватися або обійти їх. Іншим джерелом забобонів є випадкові збіги. Збіги за місцем і часу двох різних, нічим не пов'язаних подій дали в минулому початок багатьом повір'ям. Це одна з причин їх живучості сьогодні.

Розмаїття і призначення забобонів безліч. Вони різні не тільки в кожній країні, але і в окремих місцевостях і регіонах. Більш того, багато забобонів продовжують існувати в якості мовних зворотів, хоча зі словами вже давно не зв'язується їх дійсне значення.

Як було сказано вище, причини появи забобонів різні. Якщо говорити про давніші забобони, то вони виникли на ґрунті страху і невігластва. Стародавні люди намагалися пояснити незрозумілі для них явища за до-

помогою прикмет, діянь духів і богів. Також можна простежити історичні причини появи тих чи інших прикмет. Наприклад, в російській культурі є марновірство, що якщо розсипав сіль - посваришся з ким-небудь з друзів. Але навіть у сварок як слідства розсипаної солі є своє обґрунтування: раніше на Русі цей продукт коштував надзвичайних грошей, його часткова втрата загрожувала рукоприкладством. Тепер ця «розкіш» доступна всім і кожному, і приводів переживати немає. Або, наприклад, така прикмета теж має цілком раціональне пояснення. Прикмета «Не покидай ключі на видному місці - грошей не буде», таїть в собі іншу думку: ключі вкрадуть - будинок обікрадуть, отже, і грошей не буде.

Отже, забобони існують із зародження цивілізації до цього дня, це переконання, зазвичай породжене страхом, яке суперечить міркувань розуму і не може бути підтверджено досвідом. Мільйони людей у всьому світі все ще заражені забобонами і зовсім не збираються від них відмовлятися. Досить складно пояснити, як саме зароджуються забобони. Причина може бути в якихось явищах природи, які лякають людей своєю таємничістю, або події, наступ яких би вони хотіли запобігти. Однак люди починають вірити в якесь пояснення явищ, що відбуваються або зміцнюються в думці, що в їх силах певними діями змусити ці явища відбуватися за їх бажанням.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Г.О. Котельникова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

МАНІПУЛЯЦІЯ ЯК ЗАГАЛЬНОСОЦІОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Феномен маніпуляції знаходиться в центрі уваги багатьох галузей гуманітарного знання на протязі тривалого часу: міркування про нього знаходимо ще у Аристотеля, але з урахуванням перерваної традиції можна говорити про те, що він привертає увагу вчених ось уже багато десятиріч років.

Серед вчених, хто розглядав тему маніпуляції з точки зору психології, соціології, політології можна виділити С. Кара-Мурза, Г. Шиллера, Н. Лимнатиса, М. Бабюк, Н. Макіавеллі.

Маніпулювання - це загально-соціологічний феномен, що має місце на різних етапах розвитку суспільства. Ще в Давньому Китаї маніпулятивний підхід був включений в мистецтво таємного управління противником. Це мистецтво передавалося з покоління в покоління і ретельно від усіх ховалося. Сенс порад старокитайського полководця і стратега Сунь-цзи (основоположника «школи військової філософії»), звернених до пред-

ставників влади, полягав в тому, що противника потрібно вводити в оман за допомогою різних прийомів, а після цього нападати на нього.

Своє теоретичне обґрунтування феномен маніпулювання отримав в роботах Н. Макіавеллі. Автор вважав, що для збереження сильної держави необхідна маніпулятивна політика, яка допоможе зберегти баланс між егоїстичними інтересами громадян.

Досліджуючи феномен «маніпуляція» в соціально-політичному контексті, С.Г. Кара-Мурза виходить з визначення його як способу духовного впливу на людину за допомогою програмування його поведінки. Він зазначає, що маніпулювання «направлено на психічні структури людини, здійснюється потайки і ставить своїм завданням зміну думок, спонукань і цілей людей в потрібному влади напрямку».

Таким чином, маніпулювання - явище, яке не має своєї історії і відображає особливості тільки нашого часу. Протягом історії суспільного розвитку прийоми і методи маніпулювання постійно вдосконалювалися. Дослідники виходять з того, що маніпулятивні дії можуть відбуватися тільки в розвиненому суспільстві, в якому людині складно пристосуватися до соціальних реалій, йому необхідно «включитися» в суспільне життя, підкоритися його правилам. Здійснення цих процесів неможливо без маніпулювання.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

А.В. Котова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИТКОВИХ ЗАНЯТЬ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИЧНОГО СПЕКТРА

Реалії сьогодення свідчать, що в останні роки є тенденція до збільшення числа хворих на РАС, тому це вимагає особливої уваги до них з боку суспільства, надання підтримки батькам цих непростих дітей. Аутичні діти багато років були позбавлені доступних для інших осіб форм медико-психолого-педагогічної допомоги, оскільки аутизм є надзвичайно складною проблемою як у теоретичному, так і в практичному аспектах.

Проблема аутизму вивчалася і висвітлювалася в науковій, медичній, психологічній і педагогічній літературі протягом багатьох століть. В основному це були зарубіжні дослідження (Н. Asperger, L. Bender, M. Bristol, S. Harris, B. Hermelin, L. Kanner etc.). Наукова розробка проблеми аутизму в пострадянському просторі, насамперед, пов'язана з іменами видатних російських психіатрів, психологів, педагогів-дефектологів (Е. Блейлер, Д.Гіляровський, К. Лебединська, О. Нікольська, Н. Озерецький). Важливо зазначити, що в останнє десятиріччя в Україні спостерігається зацікав-

леність цією проблемою як науковцями, так і практиками (Т.Ілляшенко, С.Конопляста, К. Островська, М. Рождественська, М. Химко, Д. Шульженко).

На сьогодні на основі етіопатогенетичного підходу виділено (К.С.Лебединською) декілька варіантів аутизму:

- 1) дитячий аутизм при різних захворюваннях ЦНС (органічний аутизм);
- 2) психогенний аутизм виникає переважно у дітей до 3-4 років які зростають в умовах емоційної депривації;
- 3) діти з аутизмом шизофренічної етіології;
- 4) аутизм при захворюваннях обміну речовин;
- 5) аутизм при хромосомній патології.

Взаємодію з дитиною з аутизмом необхідно будувати в залежності від діагнозу і реальних можливостей самої дитини. Корекційна робота повинна вестися в декількох напрямках одночасно, серед яких одним з пріоритетних є ігрова діяльність (уміння і бажання дитини грати). Гра дітей з РАС, як правило, нефункціональна, несоціалізована, позбавлена сюжету і символічних рис, монотонна, і складається з багаторазово повторюваних маніпуляцій з іграшками (які використовуються не за призначенням) або з неігровими неструктурованими матеріалами (палички, вода, пісок, шматочки тканини, шматки паперу).

Гра дітей в колективі тісно пов'язана з їх уявленнями про взаємини між людьми. Тому необхідно постійно формувати і збагачувати уявлення дітей про роль кожного члена сім'ї, про способи спілкування людей між собою. Гра виховує соціально прийнятні норми взаємин між людьми, навчає підпорядковувати свою поведінку вимогам ситуації і нормам моралі. Корекційно-розвиткові заняття з аутичними дітьми починається з найелементарніших завдань:

1. Вчити дітей спостерігати за предметно-ігровими діями дорослого і відтворювати їх за підтримки дорослого, наслідуючи його дій.
2. Вчити дітей обігрувати іграшки.
3. Виховувати у дітей інтерес до виконання предметно-ігрових дій за наслідуванням і показом дій дорослого.
4. Виховувати у дітей емоційне ставлення до предмету або іграшки, яка обігрується.

Дослідивши основні особливості розвитку дітей з РАС можна запропонувати у корекційно-розвиткових заняттях такі програми як:

- «More Than Words» («Більше, ніж слова»), згідно з якою, дитина спілкується не тільки з допомогою слів.

- RDI (Relationship Development Intervention) перша систематизована програма втручання, спеціально призначена для допомоги дітям, які зазнають труднощів, не дозволяють їм досягти вміння будувати відносини природним чином.

- Соціальні історії, відомі також під назвою «сценарії з життя» [Social Scripts]. З їх допомогою діти долають невміння усвідомлювати почуття, точки зору або плани інших людей.

Науковий керівник: В.О Бикова, канд. пед. наук, доц.

А.М. Кошельник,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ДОСЛІДЖЕННЯ САМООЦІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Проблема виникнення і розвитку самооцінки – це одна з центральних проблем становлення особи дитини. Самооцінка впливає на формування стилю поведінки та багато вчому обумовлює динаміку і спрямованість розвитку суб'єкта. Із самооцінкою тісно пов'язаний рівень домагань, спрямованих на майбутню діяльність підлітків. Австрійський психолог Ф. Хоппе започаткував бачення, згідно з яким рівень домагань зумовлений такими двома протилежними тенденціями: 1) підтримання свого Я, своєї самооцінки на максимально високому рівні, прагнення досягти успіху; 2) зниження своїх домагань, бажання уникнути невдачі, щоб не зашкодити самооцінці. З огляду на це твердження, важливою проблемою сучасного суспільства є формування високої самооцінки особистості.

На межі молодшого шкільного віку та підліткового відбувається криза самооцінки. Помічено різкий зріст незадоволеності собою. Основним критерієм оцінки себе стають морально-психологічні аспекти взаємовідносин. Але оскільки підліток ще не має достатнього вміння правильно аналізувати власні особистісні прояви, то на цій основі можливі конфлікти, породжувані протиріччям між рівнем домагань підлітка, його думкою про себе і його реальним положенням в колективі, відношенням до нього з боку дорослих і товаришів.

Нами було проведено дослідження самооцінки у дітей. Для дослідження самооцінки, була вибрана методика Будассі, яка включала виконання тесту «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки». Об'єктом дослідження були підлітки віком 12-15 років. Дослідження особистісних якостей самооцінки проводилося індивідуально. Кожній дитині дали тему і мету дослідження, опис та інструкцію, і дали достатньо часу для роздумів.

Коли ми зіставили статус кожної дитини в групі, то отримали такі результати: із загальної кількості дітей першого статусу 78% мають високий рівень самооцінки і 22% мають середній рівень самооцінки; з усіх дітей, яким віддають перевагу, 100% мають середній рівень самооцінки; 100% дітей, що відносяться до статусної категорії знехтуваних мають середній рівень самооцінки; з усіх дітей, які перебувають в останній ста-

тусної категорії (відторгнуті) – 80% мають низький рівень самооцінки і 20% дітей мають середній рівень самооцінки.

Після цього ми провели тренінг «Цінності життя». Мета якого: усвідомлення цінності життя та підвищення самооцінки. Були використані вправи: «Свічка по колу», «Окуляри, що говорять», «В променях сонця». Та ігри: «Дізнайся хто ти» і «Записки з любов'ю». А ще перегляд відеоролика «Шукай позитив».

Через 3 місяці ми повторили тестування. Після проведення методики Будассіми отримали наступні результати: в 32% досліджуваних спостерігалось підвищення самооцінки (8 випадків); в 24% самооцінка дещо знизилася (6 випадків); в 44% самооцінка залишилася незмінною (11 випадків).

Можна зробити висновок, що загальна самооцінка піддослідних підлітків перебувала в межах норми, але також були діти з високим і низьким рівнем самооцінки; підлітки здатні швидко (в нашому досвіді – протягом менш ніж місяця) перебудовувати свою самооцінку. Особливо це стосується випадків із заниженою самооцінкою; факт і ступінь зміни самооцінки залежать від особистості випробуваного. Найчастіше подібні зміни не дуже значні за величиною.

Підлітки з адекватною самооцінкою більш впевнені в собі. При надмірному переоціненню або недооціненню себе підліток менш контактний (в першому випадку у нього може бути ослаблена потреба в постійному спілкуванні за рахунок високої зарозумілості і, в багатьох випадках, низького оцінювання їм оточуючих, у другому – знижені здатності до встановлення контактів).

Таким чином, така найважливіша властивість особистості як самооцінка, формуючись в підлітковому віці, розвивається відповідно до внутрішніх властивостей особистості і її сфер соціалізації, які опосередковують ставлення людей до індивідуума і одночасно будучи наслідком їхнього ставлення до даної особи.

Науковий керівник: О.В. Лебідь, канд. пед. наук, доц.

В.О. Кравченко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ХАРАКТЕР І ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

Особливості поведінки людини знаходиться під прямим впливом характеру. Людський характер пов'язаний з його інтересами і потребами; проявляється в тому, що є значущим для людини.

У підлітків збалансований характер зустрічається вкрай рідко. У більшості тинейджерів окремі риси характеру надмірно посилені (за Леонгардом, це акцентуація характеру), з'являється виборча уразливість в одних

ситуаціях і неймовірна стійкість в інших. Іншими словами, для людини, що має певну акцентуацію характеру, буває психологічно важко переносити деякі ситуації. Вона відчуває розгубленість, невпевненість, мучиться сумнівами, втрачає працездатність, тоді як в інших ситуаціях навпроти, відчуває себе адекватно або навіть відчуває прилив сил і бадьорості

У сучасних підлітків почастишала девіантна поведінка в її крайніх формах прояву, нерідко набуває патологічний характер, це обумовлене тим, що ми спостерігаємо в наш час - прискорення фізичного розвитку і статевого дозрівання. Сучасне соціальне життя пред'являє нервовій системі підлітка інші, більш високі вимоги, ніж півстоліття тому.

Під девіантною поведінкою мається на увазі, з одного боку, вчинок, дії людини, які відповідають офіційно встановленим або фактично сформованим у цьому суспільстві нормам або стандартам, а з іншого - соціальне явище, виражене в масових формах людської діяльності, які відповідають офіційно встановленим або фактично сформованим у даному суспільстві нормам і стандартам.

Причини виникнення девіантної поведінки серед яких виділяють основні чинники, що зумовлюють девіантну поведінку: біологічні, психологічні, соціально-педагогічні, соціально-економічні та морально-етичні чинники.

Форми девіантної поведінки. Має наступні клінічні форми: агресія; аутоагресія; зловживання речовинами, що викликають стан зміненої психічної діяльності порушення харчової поведінки; аномалії сексуальної поведінки; надцінні психологічні захоплення; надцінні психопатологічні захоплення; характерологічні і патохарактерологічні реакції; комунікативні девіації; аморальна поведінка; неестетична поведінка, або девіації стилю поведінки.

Акцентуації характеру впливають на формування девіантної поведінки. Підтверджено емпіричні гіпотези, що висока ймовірність девіантної поведінки спостерігається серед підлітків епілітпоїдного та лабільно-го типу акцентуацій характеру.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

О.І. Крамар,
*викладач кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

ЗМІНА ПОЗИЦІЇ БАТЬКІВ УПЕРТИХ ДІТЕЙ

Упертість (настирливість) – особливість поведінки, в стійких формах – риса характеру, дефект емоційно-вольової сфери особистості. Виражається у прагненні неодмінно чинити по-своєму, всупереч розумним

аргументам, проханням, порадам або вказівкам інших людей. Це активне нехтування вимог інших людей, вияв наполегливості.

У шкільному віці емоційне виховання тісно пов'язане з вольовим. Емоції – форма контролю за спрямованістю власної поведінки, воля – регулятивна та дієва сторона свідомості.

Впертість підлітка – це пародія на волю, безглузда «наполегливість». Підлітки усвідомлюють недоладність власних дій, але не відмовляються від них, адже бояться показати свою слабкість та поступливість. Причиною надмірної впертості є неможливість сприйняти чужу позицію, не втративши своєї. Це схоже на поведінку двох баранів, які зустрілися на містку: поступитися для них означає впасти в прірву. А оскільки кожна здорова і сильна істота прагне вижити, то вони докладають зусиль, щоб перемогти.

Можливі причини, які викликають впертість:

1. Почуття образи, злості, гніву, помсти.
2. Надмірна емоційність.
3. Надмірна ригідність (негнучкість, непластичність, зацикленість, заціпенілість, заклікність нервової системи – ознака темпераменту, вроджених особливостей психіки). Людині складно перебудувати сприйняття, уявлення, поведінку, важко пристосуватися до нових мінливих життєвих обставин.
4. Фрустрація важливих потреб (психічний стан дезорганізації свідомості і поведінки, що виникає в ситуаціях, які перешкоджають досягненню мети або задоволенню потреб).
5. Дріб'язкова, надмірна опіка дорослих.
6. Зневажливе ставлення батьків до прагнення дитини бути самостійною – тоді впертість стає формою протесту, обурення проти безпідставного пригнічення почуття дорослості.

Рекомендації батькам

Підлітковий та юнацький вік дітей – це час докорінних змін у свідомості та поведінці батьків. У стосунках зростає конфліктність – це сигнал того, що зрушення в психіці підлітка вже відбулися, а позиція батьків щодо сімейного виховання залишилась тією самою. Виховні впливи, які були ефективними в дитинстві, уже втратили свою силу. Батькам негайно треба змінювати свою позицію! Інакше ви гальмуєте, штучно стримуєте розвиток дітей, а не сприяєте йому, хоча і мрієте бачити свого сина чи доньку дорослими і самостійними (а самі мимоволі постійно повертаєте їх у дитинство).

Пам'ятайте: що гостріша криза у стосунках з дитиною, то бурхливіше і швидше відбувається її розвиток. Так вона швидше стане дорослою, самостійною, відповідальною. Наберіться терпіння! Усі складнощі – тимчасові.

Зміна позиції батьків передбачає:

1. Визнання ними «почуття дорослості» (новоутворення в психіці підлітка) та зміцнення його щоденними «підкріпленнями»: «Який ти в нас уже дорослий!», «Нарешті ми можемо поговорити на рівних», «Ти доросла – тому вирішувати тобі».

2. Невпинну передачу відповідальності за дедалі бурхливіший потік подій дитячого життя: подумайте і запишіть вже сьогодні, за що віднині відповідає підліток, куди ви більше не будете втручатися (що вдягати, взувати, коли і що їсти, коли і як прибирати власну кімнату, як зачісувати волосся тощо).

3. Не нав'язування готових рішень у різних життєвих ситуаціях, а постійне стимулювання, спонування дітей до власних рішень: «А як думаєш ти?», «Мені цікава твоя думка», «Я знаю, ти вже достатньо доросла, щоб приймати виважені рішення». У підлітковому віці ми, батьки, можемо тільки радити, а вирішувати мають самі діти. Якщо ж ви і далі намагаєтеся впливати на свою дитину, як і раніше, з авторитарної (суворої, вимогливої) позиції, «силовими методами», вимагаючи тільки слухняності, покірності, – отже, ви вчите власну дитину тільки підкорятися, а не мати власної думки і відстоювати її. Ви заохочуєте надмірну залежність від вас і ніяк не сприяєте розвитку здорової свідомості. Ви ставитеся до дітей, як до своєї власності, а не до людини, яка має право рости і ставати незалежною, впевненою, бути собою. Ви ставитеся до дітей, як до своєї власності, а не до людини, яка має право рости і ставати незалежною, впевненою, бути собою. Наслідки такого виховання: брак впевненості в собі, низька самооцінка, несамостійність, безвідповідальність, залежна поведінка, страх перед труднощами, авторитетами, надмірна сприятливість до будь-якого впливу.

4. Зняття дріб'язкової опіки в питаннях, із якими дитина вже цілком може впоратися сама. Гіперопіка теж призводить до невпевненості в собі, безвідповідальності, безпорадності (адже своїми діями ви на кожному кроці ніби втлумачуєте: «Ти до ладу сама не зробиш...»). Найефективніший стиль виховання – демократичний, у якому встановлюються рівноправні, довірчі стосунки між батьками, дітьми.

5. Намагайтеся якомога менше читати моралі, установлювати заборони, давати вказівки, карати, тиснути. Натомість краще виявляти спокій, терпіння, поблажливість. Навіть ціною деяких компромісів усіма силами душі старайтеся зберегти довірчі стосунки з дитиною підліткового віку. Запам'ятайте це співвідношення - 1:7. Для нормального розвитку здорової особистості на 1 заборону має припадати 7 дозволів; на 1 покарання – 7 схвалень, заохочень; на 1 негативну емоцію – 7 позитивних.

Щоразу, коли виникають суперечності, не висловлюйте своєї позиції, доки не покажете дитині, що розділяєте її думку: «Ти хочеш вдягнути нові джинси, тому що тобі їх учора подарували?». Але спробуйте в цю фразу вкласти повагу і зацікавленість, а не іронію чи осуд.

І тільки тоді, коли підліток відчує, що ви його зрозуміли і не засуджуєте, переходьте до викладу своєї позиції: «Я згодна, що обнови хочеться вдягнути одразу, але на вулиці зимно. Я хвилююся за твоє здоров'я. Що нам робити?»

Хоч би що відповів підліток – не суперечте йому, доки не сформулюєте його думку і не отримаєте підтвердження, що ви його правильно зрозуміли. Отже, перед кожним своїм висловлюванням спочатку з повагою і розумінням відтворюйте позицію дитини.

Можливо, вам вдасться знайти компроміс (наприклад, вдягти під легкі джинси колготи чи під легеньку кофтинку – майку), а, можливо, й ні. Але своїм ставленням до розбіжностей у поглядах ви зможете навчити дитину прислухатися до чужої думки, не втрачаючи водночас своєї: «Я поважаю твій вибір, хоча і не поділяю його». Це допоможе дитині не сприймати інакшу точку зору як загрозу своєму виживанню.

Уважно привидляйтеся до дитини, аналізуйте, що саме викликає в неї активний опір, змушує надто наполегливо відстоювати свою позицію. Найімовірніше, це саме блокування вами задоволення найнагальнішої потреби підлітка – визнання його дорослості, самостійності.

Навчайте своїх дітей розпоряджатися свободою, дайте їм право на власні помилки, можливість проживати своє життя (не за вашим сценарієм), рости відповідальним, самостійним, самодостатнім – тоді у вас буде менше підстав докоряти їм у невиправданій впертості та грубоствах.

Т.В. Кріпак,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро
В.Б. Ломазова,
лікар-стоматолог

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТА КОПІНГ-СТАТЕГІЇ У ПСИХОЛОГІВ ТА ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ

В останні роки зростає інтерес до проблеми зміцнення здоров'я фахівців будь-яких професій, у зв'язку з необхідністю збереження трудових ресурсів і підвищення ефективності професійної діяльності.

Особливо значимими є дослідження впливу професійної діяльності на стан психічного здоров'я професіоналів у галузі медицини та психології. Як фактор ризику погіршення їх здоров'я виділяють інтенсивне емоційне напруження при взаємодії з людьми. У лікарів стоматологів і психологів нерідко виявляють симптоми соматичних і нервово-психічних розладів, що ведуть до професійної деформації, високий рівень емоційного вигорання з домінуванням тривоги і клінічної депресії, хронічну втому.

Емоційне вигорання це вироблений механізм емоційної, частіше за все професійної, поведінки. «Вигорання» це функціональний стереотип,

адже дає змогу людині самостійно керувати і доцільно витратити енергетичні ресурси. Проте, дуже часто мають місце його дисфункціональні наслідки, коли вигорання негативно впливає на виконання професійних обов'язків. У зв'язку з цим, актуально досліджувати у даних фахівців не лише прояви емоційного вигорання, а й процеси адаптації до стресу (психологічні захисні механізми і копінг-стратегії). Стратегія «копіngu», або «подолання стресу», розглядається як діяльність особи по підтримці або збереженню балансу між вимогами середовища і наявними ресурсами особистості, що задовольняють ці вимоги. Що стосується захисних механізмів, то вони являють собою результати розвитку та навчання, які діють в підсвідомості, і вмикаються в ситуації конфлікту, фрустрації і стресу.

В такому разі, мета виконаного дослідження полягає у вивченні та описі взаємозв'язку емоційного вигорання і бажаних копінг-стратегій у психологів та лікарів-стоматологів.

Проведене емпіричне дослідження показало, що існують відмінності між рівнем емоційного вигорання, захисними механізмами та копінг-стратегіями психологів та лікарів стоматологів. Отримані дані дозволили з'ясувати, що хоча на даний момент синдром емоційного вигорання повністю не сформований ні у психологів, ні у лікарів стоматологів, але у першій категорії фахівців всі три фази знаходяться на стадії формування, а у другій в процесі формування є лише одна фаза.

Аналіз даних соціально-психологічного профілю показав, що і психологи і лікарі стоматологи є владолюбними, проте психологи більш безтурботні та відкриті до спілкування, а лікарі стоматологи навпаки педантичні та замкнуті особистості.

Отримані результати щодо механізмів психологічного захисту у психологів, свідчать про те, що психологами найбільше використовуються стратегії «компенсація» та «придушення», а для стоматологів основними стратегіями є «реактивна освіта» та «придушення». Таким чином, варто зауважити, що фахівці обох категорій ладні скоріше уникати будь-якої неприємності для них ситуації.

Що стосується бажаних копінг-стратегій, то для обох категорій характерними є «самоконтроль» та «позитивна переоцінка», хоча психологи ще віддають перевагу «дистанціюванню», а стоматологи навпаки «плануванню вирішення проблеми».

Варто взяти до уваги, що загальні методи профілактики вигорання не можуть бути дієвими для всіх категорій фахівців. Враховуючи проведені дослідження спеціалістів сфери психології та лікарів стоматологів, наводимо можливі заходи профілактики емоційного вигорання особистості фахівця.

Насамперед, це участь психологів у роботі професійних груп, супервізійних чи інтервізійних, що однозначно сприятиме вирішенню акту-

альних проблем як на професійному, так і на особистісному рівнях. Для діяльності фахівців стоматологів, створення аналогів таких груп може також відіграти ключову роль у профілактиці емоційного вигорання.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

Г.Є Лисак,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

О.В. Діса,

доцент кафедри філософії та політології,

Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

НЕНАСИЛЬНИЦЬКІ МЕТОДИ ВИХОВАННЯ

У сучасному світі проблема виховання дитини як цілісної особистості стала особливо актуальною. Наукові дослідження педагогів і психологів доводять важливість виховання дитини гуманними, ненасильницькими методами, показуючи всю небезпеку насильницького виховання для психіки дитини. За даними професора Строса, проведено більше ста серйозних досліджень, і всі вони доводять чіткий зв'язок між тілесним покаранням і поглибленням поведінкових проблем.

Метод виховання впливає на подальше життя людини в соціумі. Погляди на питання фізичного покарання відображають ставлення суспільства до насильства в цілому. Схвалення тілесних покарань залишає наступному поколінню послання, що насильство допустиме в суспільстві.

Доведено, що ненасильницькі методи здійснюють більш ефективний виховний вплив на дитину. Що стосується покарань, за результатами досліджень 50% малюків повторюють заборонену дію вже через дві години після першого втручання, 80% малюків повторюють заборонену дію в той же день, незалежно від того, покарали дитину фізично чи використовували ненасильницькі методи виховання. Неприпустимість того чи іншого вчинку дитина розуміє тільки після того, як батьки кілька разів послідовно осудливо відреагували на неї. При цьому, завзяте роз'яснення разом з ненасильницькими методами впливу виявилось в довгостроковій перспективі більш ефективним фактором впливу на поведінку дитини, ніж фізичне покарання.

Все більше і більше батьків розуміють небезпеку і неефективність насильницьких методів виховання і відмовляються від них. Однак, спираючись на культуру, що склалася в пострадянському просторі, батькам складно знайти нові, гуманні способи виховання. На даний момент цей напрямок швидко розширюється і активно переймає досвід західних країн.

Вибір методу сімейного виховання повинен ґрунтуватися на провідних цілях формування особистості і бути заснований на всебічних зна-

ннях про дитину, досягненнях педагогіки і психології. Успіх сімейного виховання багато в чому залежить від правильності вибору методів впливу на дитину.

Альтернативою застарілим агресивним методам виховання стають нові, засновані на діалозі між дитиною і дорослим, взаємній повазі і підтримці, любові і прийнятті.

Важливим визнано вплив власним прикладом, встановлення авторитету та тенденції слідування. За словами А. С. Макаренка, існує два види впливу: ненавмисний вплив особистості вихователя («чистий вплив») і навмисний («практичний вплив»), який являє собою всі види свідомого впливу на дитину. Ненавмисний вплив визначається якостями особистості дорослого. Тому, якщо в особистості є істотні недоліки, ніякі методи не будуть ефективні. Важливість виражається в особистому прикладі, який повинен бути зразком, гідним наслідування.

Сучасні методи сімейного виховання повинні бути засновані на повазі і вимогливості, основою яких є безумовна любов і віра в дитину (А. С. Макаренко). Основними з них є:

Любов і прийняття: базовою потребою будь-якої людини є приналежність до соціальної групи. Першою з них для людини стає сім'я. Дуже важливо дати дитині відчуття безпеки, підтримки і любові. Тільки в такому випадку вона зможе набути впевненості в собі і довіри до навколишнього світу.

Ідентифікація і підкріплення: дитина буде засвоювати норми поведінки тоді, коли в сім'ї є чітке визначення «добре» і «погано». Крім того, встановлені норми і правила повинні бути підкріплені поведінкою і діями авторитету. Нав'язані норми поведінки будуть марні в разі, якщо немає наочного прикладу в особі батьків. Також, така розбіжність загрожує втратою батьківського авторитету в очах дитини.

Право голосу і можливість вибору: необхідно прислухатися і приймати рішення разом з дитиною, не знецінюючи її ролі і не принижуючи. Це дасть почуття значущості, вміння приймати рішення і робити вибір, а також нести відповідальність за свої вчинки. Слід надати дитині можливість вибирати діяльність, змінювати її, не тиснути на неї. Дитина – окрема особистість, з індивідуальним досвідом і потребами, вона не зобов'язана відповідати очікуванням батьків.

Вимоги і покарання: вимагаючи щось від дитини, необхідно надавати чіткі і ясні вказівки. Варто врахувати, що дитина потребує повторення. Не слід пред'являти непосильних вимог, а також не варто вимагати занадто багато. Покарання ж має супроводжуватися чіткими роз'ясненнями з боку дорослого, дитина повинна розуміти, що конкретно вона зробила не так і чому цього робити не можна. Важливо виділяти емоційний окрас ситуації і прояснювати власні почуття в ній, а також цікавитися почуттями дитини. При поясненні не варто узагальнювати і гарячкувати, замість «ти

такий незграбний» батькам слід говорити «мені неприємно, що ця ваза розбилася, у наступний раз будь обережнішим».

Заохочення та подяка: для закріплення позитивних установок і навичок у дитини необхідно використовувати заохочення, як словесне, так і матеріальне. Але не варто зловживати, повсякденні посильні завдання заохочення не вимагають. Однак, загальноприйнята похвала і подяка за виконані дії необхідна.

Прощення: це головне, чому повинні навчитися батьки. Прощення означає примирення, яке піднімає в серці дитини хвилю добрих почуттів до батьків. Прощення маленька дитина сприймає як добро, довіру улюблених людей. Суворі батьки постійно поглиблюють прірву між собою і дитиною. Однак, батьки повинні пам'ятати про те, що зайве прощення так само може призвести до маніпуляцій з боку малечі і втрати авторитету.

Отже, можна зробити висновки, що агресивні методи виховання давно застаріли, доведена їх неефективність і шкода для дитини, внаслідок чого батьки активно міняють їх на ненасильницькі методи виховання. Гуманні методи в свою чергу є дієвими в довгостроковій перспективі, допомагають здоровому формуванню особистості дитини, засновані на безумовній любові, прийнятті, прощенні і повазі. Але вимагають від батьків терпіння, любові, витримки, почуття міри і вміння вести діалог.

Впровадження ненасильницьких методів виховання в сім'ях дозволить знизити культ насильства в суспільстві в цілому і посприє вихованню дитини повноцінною особистістю.

А.Ю. Макарова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФЕНОМЕН ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГИИ

Тема психологии личности всегда была интересна в обществе, так как испокон веков человечество пытается разобраться во взаимосвязях личности с миром, жизнью и социумом. В настоящее время актуальность приобретает знание в области саморегуляции, самоуправления и самоусовершенствование. В связи с этим, к числу особо интересующих вопросов относятся знания в области психологии личности. Существенная трудность состоит в том, что между всеми нами очень много различий. Люди отличаются друг от друга не только внешним видом, но и поступками, зачастую крайне непредсказуемыми и необычными. Психология личности - это отдельная отрасль в науке, и, пожалуй, оказывается самой загадочной, несмотря на то, что является основой всех основ.

Для начала нужно понять, что собой представляет личность человека. Согласно утверждению Д.А. Леонтьева, личность – это совокупность индивидуальных социальных и психологических свойств характера и по-

ведения. На сегодняшний день существуют множество структур, свойств и типов личности. Все они отличаются друг от друга, так как в основу каждого метода заложены взгляды и исследования разных ученых. Но, опираясь на изученные теории нескольких ученых, мы определились, что всё-таки их объединяют несколько свойств, помогающие конкретнее изобразить портрет социальной и психологической личности, такие как: характер, мотивация, темперамент, способности, мировосприятие и опыт.

Известный и выдающийся основатель психоанализа Зигмунд Фрейд утверждал, что фундамент, лежащий в основе человеческой жизни и судьбе, скрыт даже от него самого в его же подсознании. Для того, что бы разобраться в любой жизненной ситуации, проблеме, любых неудачных или возможно даже в удачных отношениях, требуется, в первую очередь, разобраться в себе: заглянуть внутрь самого себя, понять свои желания, проанализировать все свои мысли, прошлый опыт и понять своё внутреннее «Я».

Не менее значительно на раскрытие данной темы повлиял Альфред Адлер – близкий помощник и, со временем, оппонент З.Фрейда, психиатр и основоположник индивидуальной психологии. В отличие от работ Фрейда, где описываются общие стереотипы поведения, он подчеркивает уникальность каждого индивидуума. Адлер утверждал, что на развитие личности наибольшее влияние оказывает именно социальное окружение, начиная от отношений в семье до принадлежности к различным социальным группам. Характер человека, по убеждениям Альфреда, складывается под воздействием его «жизненного стиля», то есть, сложившейся еще в детстве системы целенаправленных стремлений, в котором формируется потребность в достижении превосходства и самоутверждения как компенсация «комплекса неполноценности».

Стремление преодолеть комплекс неполноценности запускает процесс развития человека. По мнению Адлера, именно стремление к самоутверждению, приводит к выдающимся успехам, например, мальчик, которого в детстве все дразнят бестолковым, становится знаменитым бизнесменом. Главные принципы его теории можно разделить на семь пунктов: 1) чувство неполноценности и компенсация; 2) стремление к превосходству; 3) стиль жизни; 4) социальный интерес; 5) творческое Я; 6) порядок рождения; 7) фикционный финализм.

Психология личности, прежде всего, показывает, что познав свою сущность, научившись понимать проблему, увидеть её в самом себе и умение решить её самостоятельно, научишься лучше понимать и контактировать с другими людьми. Ведь в современном мире, коммуникация является одним из главных аспектов человеческой жизни.

Научный руководитель: Н.А. Черняк, ст. преподаватель.

ПСИХОТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТ В РОБОТІ З КЛІЄНТОМ ДЛЯ ВИРІШЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ СОЦІАЛЬНИХ ТА ПСИХОСОМАТИЧНИХ ПРОБЛЕМ

Психотерапія (грец. *psyche* - душа і *therapeia* - лікування) - галузь психології, що вивчає механізми, способи і прийоми професійного надання психологічної допомоги з метою розв'язання проблем, звільнення від психосоматичних симптомів або актуалізації резервів особистісного зростання.

Душа людини є предметом вивчення багатьох наук вже не одне століття, але не менш важливим останнім часом постає питання дослідження та аналізу «лікування душі», відновлення душевної гармонії. У 1872 році У. Тьюк уперше ввів у науковий обіг термін психотерапія. Він аналізував вплив розуму на тіло. Розвиток психотерапії як науково обґрунтованого методу починається з XIX століття.

Кожній людині для збереження психічного здоров'я потрібно бути прийнятним, особливо коли мова йде про емоції. Однією з причин високої інтенсивності негативних емоцій і застрягання в них є заперечення. Велика частина наших переживань могла б бути прожита і забута, якби людина проживала їх правильно.

При сильних переживаннях, не проживаючи і не приймаючи своїх почуттів, людина стає їх заручником. І тоді їй залишається тільки одне - боротися з переживанням, атакувати його, відмовлятися від нього в спробі опанувати та раціоналізувати. У такому випадку почуття стає більш глибоким, тоді людина або приховує його, або виплескує зовні. У такій ситуації, особистість поглинена цими переживаннями і не може відокремити себе від них, не може усвідомлено подивитися на ситуацію і зробити вибір. Тоді вона через призму свого стану дивиться на світ та інших людей.

Відомо, що при придушенні, стримуванні та уникненні почуттів, пригнічена енергія накопичується, шукаючи вихід через психосоматичні й тілесні розлади, емоційні захворювання, поведінкові розлади в міжособистісних взаєминах. Акумуляовані почуття блокують як духовне зростання, так і успіх у багатьох сферах життя.

Вивільнення пригнічених емоцій здійснює позитивний вплив на здоров'я людини, що у свою чергу, призводить до зменшення переповненості енергією автономної нервової системи і усуває блоки в тілі й енергетичній системі. Відбувається загальний перехід від патологічних процесів до оптимального функціонування. Психотерапія сприяє підвищенню життєвої активності й налагодженню результативності діяльності

в різних сферах життя, відновленню особистісного зростання й розвитку, розкриттю нових здібностей. Відбувається зниження ступеня залежності від життєвих ситуацій, від оцінки оточення. Почуття агресії та ворожості замінюються почуттями прийняття і любові. Вивільнення від негативних емоцій призводить до того, що особистість переживає позитивні емоції, задоволення і спокій. Усе це сприяє усвідомленню своєї природи, свого місця в світі.

Психотерапевтична робота має хвильовий ефект сприятливого впливу на особистість, саме тому на сьогодні психотерапія набула високої актуальності. Вона має певну різноманітність методів, форм та технік практичної роботи, чіткі засоби, критерії та умови, яких треба дотримуватися при використанні технік даного напрямку.

На сьогоднішній день існує багато різноманітних методів і підходів у психотерапії. Глибинна психологія вивчає вплив травми на життя людини та раннього дитячого досвіду, захисні механізми, комплекси. Завдання терапевта полягає у спрямуванні зусиль на усвідомлення клієнтом таких обставин, а терапевтичний ефект залежить від рефлексивних здібностей індивіда, які психотерапевт направляє і заохочує.

Метод тілесної терапії спрямований на перетворення психологічних проблем на рівні соматичних проявів. Симптоми, які виникають унаслідок хвилювання, відображаються в певних ділянках тіла, заблокованих і сповнених болем. Спеціальні вправи, робота з тілом, допомагають усунути біль, зняти блоки і, тим самим, сприяють розв'язанню проблем.

Представники гуманістичного напрямку вважають, що людина є позитивною, доброю і творчою істотою. Негативні риси зумовлені заблокованими перспективами розвитку, несприятливими умовами існування, неможливістю задовольняти свої прагнення. Основні цілі терапії - підтримка особистісного потенціалу, доброзичливе сприйняття, заохочення творчості. Психотерапевтичний вплив сприяє реалізації всіх особистісних можливостей і здібностей, тобто самоактуалізації.

Мета гештальт-терапії – розвинути в людині здатність творчо взаємодіяти з навколишнім світом, краще усвідомлювати себе, своє сприйняття, почуття, поведінку, вміти робити вибір, приймати відповідальність за своє життя за принципом «тут і зараз».

Поведінкова психотерапія зводить допомогу до модифікації поведінки, тренує навички та вміння людини. В основі концепції психології поведінки лежить вчення І. Павлова (навчання і тренінг, які допомагають досягати зниження рівня тривоги й страху при зіткненні з негативною ситуацією). Різноманітні методики поведінкової психотерапії спрямовані на розвиток нових, більш адекватних навичок і форм поведінки замість патологічних.

Арт-терапевти пропонують терапію мистецтвом, спираючись на ідеї, що художня творчість відображає несвідоме. Фантазії й різні фобії лю-

дині легше висловити в малюнках, ніж вербально. Через власні асоціації, пов'язані твори, клієнт краще розуміє себе. Усвідомивши сильні й слабкі сторони свого характеру, людина може покращити свій стан, оскільки будь-яка творчість вивільняє дуже багато позитивної енергії, оскільки має терапевтичний ефект.

Основним завданням психотерапії - показати клієнту ситуацію, а те, який вибір зробить клієнт - це його відповідальність.

Метод РПТ - це авторська розробка Саймона і Іветта Роуз. Цей психотерапевтичний метод направлений на досягнення вищих станів свідомості, за допомогою відпрацювання травмуючих ситуацій життя людини. Травма відбувається, коли людина відчуває загрозу своїй власній або будь-чій безпеці (наприклад, фізичний біль, нещасний випадок, спостереження за подіяння шкоди комусь тощо). Наука епігенетика демонструє, що травма створює біологічну зміну, яка може відображатися на багатьох поколіннях. Унікальність методу РПТ полягає в тому, що можна усвідомити і опрацювати травму, навіть не знаючи, в чому вона полягає. Таким чином, він є успішним цілющим інструментом в роботі з психосоматичними розладами.

Психотерапія - це процес психологічного упорядкування між минулим, сьогоденням й майбутнім, досягнення поставленої мети - гармонії з собою та світом у цілому.

Вагоме значення психотерапії полягає в тому, що вона має єдине предметне поле, метою якого є створення сприятливих умов для людини в процесі подолання психічних, психосоматичних і соціальних проблем. Під час психотерапії відбувається відновлення психічного здоров'я особистості, внутрішнього балансу зі зміною, при необхідності, життєвих цілей, поглядів і стратегій поведінки.

Отже, психотерапія є ефективним інструментом, оскільки сьогоднішнє життя надзвичайно напружене, в тому числі й непередбачуваними подіями. Зазначене вище дозволяє констатувати, що використання різних видів психотерапії, побудова інтегрованої моделі психотерапії в кінцевому результаті веде до кращого розуміння механізмів змін в людині, зростанню ефективності й успішності психотерапевтичного впливу в цілому.

Науковий керівник: І.В. Олійник, канд. пед. наук.

П.Ю. Манько,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

КАЗКОТЕРАПІЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ

Тема дитячих страхів завжди актуальна серед відповідальних батьків. Багато з них стикаються з цією ситуацією і часто не знають що робити, хтось починає бити тривогу при будь-яких проявах, а хтось просто

намагається обезцінити почуття дитини сказавши що її страхи це просто дурниці і не варто звертати на це увагу. Дієвим інструментом в подоланні цієї проблемної ситуації є казкотерапія. Терапію казкою використовують досвідчені психологи у своїй практиці, також деякі елементи можна використовувати і батькам, просто у грі з дитиною.

Метою даної роботи було ознайомлення з поняттям дитячих страхів і казкотерапії, наскільки дієва дана терапія у роботі саме з дітьми.

Для початку розглянемо що таке дитячі страхи і які вони бувають. Страх – емоційний стан, виникаючий в присутності або передчутті небезпечних або шкідливих стимулів. Страх зазвичай характеризується внутрішнім, суб'єктивним переживанням дуже сильного збудження, бажанні бігти або нападати і рядом симпатичних реакцій (Большой толковый психологический словарь. Артур Ребер). Дитячий страх – специфічний віковий страх, виникаючий у дитини. Виникнення дитячих страхів обумовлено багатьма причинами, в тому числі з навколишнім середовищем (наприклад, з заборонами зі сторони дорослих, які не зрозумілі дитині, навіювання від інших дітей). Виділяють природні і соціальні страхи. Природні дитячі страхи (страх смерті батьків, страх тварин та ін.) бувають у дітей до 8 років. В підлітковому віці страхи зазвичай соціальні, хоча у окремих підлітків зберігаються природні страхи (наприклад, самотності). Дитячі страхи, зазвичай, проходять протягом 3-4 тижнів, але у деяких дітей він може закріпитись. Сам по собі страх – продуктивна емоція. Дитина, яка нормально розвивається має вміти боятись. Однак існує тонка грань, за якою звичайний страх робить з дитини невротика. Одним з способів не допустити розвиток дитячих страхів в хворобу і допомогти таким дітям подолати їх, є казка.

Казкотерапія – один з найменш травмонебезпечних і безболісних способів психотерапії. Можливо тому, що з допомогою казок (або під їх впливом) сформувався життєвий сценарій і з допомогою казки можна спробувати з цього невдалого сценарія людину вилучити (С.А.Черняєва).

Казкотерапія – напрямок практичної психології, який використовує метафоричні ресурси казки, дозволяє людям розвивати самосвідомість, ставати самим собою, і будувати особливо близькі, засновані на довірі відносини з оточуючими (І.В. Вачков).

У казках можна знайти повний перелік людських проблем і образні способи їх вирішення. Слухаючи казки в дитинстві, людина накопичує в несвідомому якийсь символічний «банк життєвих ситуацій». Цей «банк» може бути активізований у разі необхідності, а не буде ситуації - так і залишиться в пасиві.

Казка, на думку Д. Соколова, може бути використана для того, щоб запропонувати клієнту, особливо дитині, шляхи вирішення конкретної проблеми. Але це тільки один з можливих шляхів її використання. Можуть бути й інші шляхи:

1. Казка дає можливість знайти чудову спільну мову дорослому який працює з дитиною. Зазвичай дорослі і діти розмовляють на різних мовах. Мова казки їх природно зближує.

2. Казка більш інформативна, ніж звичайна усна мова. Казки, які пишуть самі діти, дають і матеріал для аналізу, і виокремлюють значущі поняття.

Найбільш поширеним страхом у дошкільнят і молодших школярів, як зазначає Т.Л. Шишова, є страх темряви. Як підкреслює автор, і серед дорослих знайдеться чимало таких, яким темрява вселяє побоювання. У темряві є щось містичне, чарівно лякаюче, хвилююче. У дітей архаїчне колективне несвідоме проявляється набагато яскравіше, ніж у дорослих (недарма їм так близькі казки), саме тому не дивно, що темрява часто викидає у них панічний жак.

Вважається, що початковий страх можуть перемогти інші емоції (любов, інший страх, провинна, образа), розширення меж (впізнання світу як він є, його об'єктивності) або плата за набуття сміливості. Практично в кожній казці є певні проблеми і є їх рішення. Д. Соколов пропонує оригінальну картотеку психотерапевтичних варіантів розв'язання проблеми, для цього використовує гіпотетичну ситуацію (страх темряви) і придумує варіанти казок для вирішення цієї проблеми.

1. Схема казкового сюжету: Зайчик боявся темряви. Зустрів одного кошеняти. Пішли разом досліджувати нічний ліс. Чудовисько виявилось гілкою, страшне «жовте око» - ліхтарем. Пугач який зустрівся їм поклав їх спати, сказавши, що діти вночі по лісу не гуляють.

Принцип рішення: Помічник (такий же, як герой). У саме пекло

2. Схема казкового сюжету: Хлопчик товаришував з Сонцем і боявся Ночі. Ніч пішла. Сонечко без неї стомилося, почало плакати. Хлопчик пішов кликати Ніч і її дочку Темряву. Ті повернулися, і всі здружилися.

Принцип рішення: Перебільшена перемога, її негативні наслідки. Для когось (покровителя). Діалектика.

3. Схема казкового сюжету: Крот боявся світла. Закохався в метелика. Став залишатися вранці, милуватися її польотом. Раніше він думав, що сліпий, при денному світлі виявилось: бачить!

Принцип рішення: Протилежність. Любов, кохання. Поступове звикання. Відволікання

Спираючись на дані схеми, а також на власні знання і творчі здібності, фахівці без особливих зусиль можуть скласти ефективну персоналізовану казку для дитини яка боїться, враховуючи її індивідуально-типологічні особливості.

Таким чином, можна зробити висновок що казкотерапія є дієвим інструментом в роботі психолога, це унікальний і доступний метод психокорекційної роботи не лише з дітьми, але й з дорослими.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ГРАЛЬНОЇ ТА КІБЕРКОМУНІКАТИВНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

В наші дні комп'ютери та інтернет так міцно увійшли в життя кожного з нас, що вже важко уявити, як 10-15 років тому ми обходилися без всесвітньої мережі. Вільний доступ в інтернет істотно полегшує життя більшості людей і допомагає економити час, завдяки комп'ютерам ми знаходимо будь-яку інформацію, спілкуємося, здійснюємо покупки, переводимо гроші і робимо мільйони інших невідкладних справ, не виходячи з дому і навіть не встаючи з стільця, однимнатиском комп'ютерної миші.

Наразі з комп'ютерними технологіями пов'язані практично всі сфери життєдіяльності людини як: пізнавальні, трудові, комунікативні, і творчі. Комп'ютерні технології, зокрема комп'ютерні ігри, залучають користувачів яскравими реалістичними сюжетами, графікою, звуковим супроводом і надають великий вплив на світогляд сучасних молодих людей, постійне оновлення і вдосконалення комп'ютерних ігор спричиняє зростання числа споживачів даної продукції.

Психологам все частіше доводиться стикатися з проблемою підвищеного інтересу людей до комп'ютерних ігор, і навіть з так званою ігровою комп'ютерною залежністю. Остання являє собою нову форму залежності, що якісно відрізняється від інших нехімічних залежностей виходом на безмежні можливості віртуального світу і механізмами формування на різних етапах вікового розвитку.

Також нарівні з гальною залежністю набуває поширення такий вид інтернет залежності як кіберкомунікативна залежність.

Кіберкомунікативна залежність за класифікацією, запропонованою К. Янг, є однією з п'яти основних типів Інтернет-залежності і передбачає залежність від спілкування в соціальних мережах, форумах, чатах, групових іграх і телеконференціях, і може в підсумку привести до заміни наявних в дійсному житті членів сім'ї і друзів віртуальними.

Під кіберкомунікативною залежністю, ми розуміємо залежність особистості від спілкування в найбільш популярному сьогодні комунікаційному середовищі Інтернет - соціальній мережі, яка може бути визначена як віртуальна мережа особистих веб-сторінок користувачів, що містять персональну інформацію про користувача, яка дозволяє встановлювати і підтримувати зв'язки з іншими користувачами сервісу.

Мета дослідження: виявити схильність підлітків до залежності від соціальних мереж і комп'ютерних ігор, та порівняти отримані результати з метою виявлення різниць залежно від статі та віку.

Об'єкт дослідження: залежність від соціальних мереж, залежність від комп'ютерних ігор.

Предмет дослідження: психологічні особливості виникнення залежності від соціальних мереж і комп'ютерних ігор у підлітків.

Поняття кіберкомунікативної та гральної залежності: На основі літературних джерел було встановлено, що кіберкомунікативна залежність являє собою залежність від спілкування соціальних мережах, що подалі може замінити наявних в реальному житті друзів, знайомих та членів сім'ї віртуальними, також було встановлено, що гральна залежність – це форма психологічної залежності, що виявляється в надцінному захопленні відеоіграми. Основними проявами цієї залежності є бажання все більше часу проводити за відеоіграми, відсутності контролю за кількістю проведеного часу в іграх, використання ігор для зняття внутрішньої тривоги або стресу, наявність проблем у комунікаціях серед однолітків, бажання збільшити час проведення в грі та поява відчуття радості при контакті з комп'ютером.

Причини виникнення кіберкомунікативної та гральної залежності: Залежність від соціальних мереж відносять до класу нехімічних залежностей.

Нехімічна форма адиктивної поведінки пов'язана із захисними механізмами людини, частіше всього виникає як відповідь на певні соціальні, особистісні проблеми, дискомфортні ситуації та неприємності. В даному випадку психологічний захист особистості набуває ритуальний характер при якому виробляються жорсткі моделі поведінки. Механізми формування залежності від комп'ютерних ігор засновані на частково неусвідомлених прагненнях та потребах: уходом від реальності й прийняттям ролі, ці механізми працюють незалежно від свідомості людини й характеру мотивації ігрової діяльності, долучаючись одразу після знайомства з рольовими комп'ютерними іграми і початком більш менш регулярної гри в них. Психологічні аспекти механізму формування гральної залежності ґрунтуються на природньому прагненні людини позбавитися від різного роду проблем і неприємностей, пов'язаних з повсякденним життям.

Для виявлення гральної залежності було вибрано Тест-опитувальник ступеню захопленості молодших підлітків комп'ютерними іграми (А. В. Грішини). Ця методика розроблена автором на базі методики К. Янг й дозволяє оцінити кількісну вираженість ступеню захопленості молодших підлітків комп'ютерними іграми. Опитувальник містить 22 питання, які визначають п'ять 5 основних шкал:

- 1) Емоційне відношення до комп'ютерних ігор;
- 2) Самоконтроль у комп'ютерних ігор;
- 3) Цільова направленість на комп'ютерні ігри;
- 4) Ставлення батьків до комп'ютерних ігор;
- 5) Перевага віртуального спілкування дійсному.

Для виявлення кіберкомунікативної залежності було вибрано методику Тончевої Ганни Валеріївни: Діагностика кіберкомунікативної залежності. Ця методика також була розроблена автором на базі методики К. Янг. Опитувальник містить 20 питань, які були складені на основі ознак кіберкомунікативної залежності. В результаті апробації методики було встановлено, що запропонована діагностична методика є достовірним способом виявлення рівня кіберкомунікативної залежності.

Гіпотеза дослідження: кіберкомунікативна та гральна залежність може виникнути у підлітків як компенсаторний механізм психологічного захисту від різноманітних соціальних та особистих проблемах у житті підлітків.

До загальної вибірки увійшли діти підліткового віку віком від 13 до 16 років у кількості 96 осіб. Діти були поділені на дві групи залежно від віку.

Перша група складалася з 48 особи віком від 13 до 14 років, друга група складалася з 48 осіб віком від 15 до 16 років.

Для виявлення ступеню значущості та відмінностей показників в обох групах було вибрано критерій Манна-Уїтні, який дозволяє оцінити відмінності між двома вибірками за рівнем кількісно виміряно ознак.

При порівнянні результатів гральної залежності, враховуючи лише вік респондентів без урахування їх статі, було встановлено, що показники дітей віком від 13 до 14 років отриманими в результаті психодіагностичного обстеження ніяк не відрізняються від результатів показників дітей віком від 15 до 16 років, також якщо порівнювати показники залежно від статі без урахування віку то можливо стверджувати, що переважна чоловіча вибірка має виражену схильність до гральної залежності на відмінну від жіночої. При порівнянні результатів кіберкомунікативної залежності було встановлено, що діти мають майже однаково низьку вираженість у двох групах незалежно від віку та статі.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

**М.Т. Марченко,
В.А.Зеленська,**

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ЗАЛЕЖНІСТЬ ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ ВІД АКЦЕНТУАЦІЇ ХАРАКТЕРУ

Якщо розглядати психологічні особливості людей, то важливу роль грають не тільки їхні індивідуальні риси, але й різниця в їхньому розвитку, яка напряму пов'язана зі стилем їх життя.

Це можна пояснити тим, що багато залежить від того, в якій сім'ї розвивалась людина, в якій школі вона отримувала знання, і в якому оточенні

вона знаходиться. Наприклад, дві дитини можуть народитись в одній родині, виховуватись одними батьками, але вони будуть координально різними.

На даний період вчені приділяють велику увагу питанню про індивідуальні особливості характеру та їх вплив на різноманітність характеру людини. Вчені також розглядають питання щодо адекватного та повноцінного розвитку підлітків, які опинилися не в найкращих умовах життя, які потрапили в дуже адекватне для себе середовище. Все це призводить до порушень таких як соціальна дезадаптація, порушення навчання та поведінки. Це питання досить складне, яке неможливо розв'язати швидко.

Л.С. Вигодський в своїх роботах виявляв у будь-якому віці наступні категорії: соціальні обставини розвитку, основні новоутворення періоду, особливості будови свідомості. При об'єднанні внутрішніх процесів та зовнішніх умов, з'являється такий термін як «соціальні обставини розвитку», який пояснює як змінюється зміст діяльності положення та структура соціальних ролей, як змінюється структура спілкування та колі «важливих інших», на яких орієнтуються, як впливає розвиток психічних процесів та здібностей.

Між тим, інший вчений, В.Н. Мясіщ, у своїх дослідженнях відмітив те, що в формуванні рис характеру важливу роль відіграють відносини, формування яких залежить від системи спілкування та суспільних відносин, від праці, і найголовніше від відношення людини до своєї особистості. З цього визначається те, що характер людини – це сукупність властивостей особистості.

У 1968 році відомим психологом К. Леонардом було запропоновано таке поняття як «акцентована особистість». При цьому, не потрібно забувати про те, що цей термін означає не прояви патології, а тільки крайні варіанти норми. Слід враховувати те, що фундаментом особистості є характер, який в свою чергу формується у підлітковому віці, а особистість в цілому – у дорослому.

Отже виділяють три ступеня акцентуації характеру - явну, що належить до крайніх і приховану - до звичайних варіантів норми.

Явна акцентуація відрізняється наявністю виражених рис певного типу характеру. Вираженість рис будь-якого типу не перешкоджає зазвичай задовільній соціальній адаптації.

Прихована акцентуація при звичайних умовах норми певного типу характеру виражені слабо або не помітні зовсім. Однак риси цього типу яскраво виступають, часом несподівано для оточуючих під дією деяких ситуацій або психічних травм, які висувають підвищені вимоги до «місця найменшого опору».

Кожному типу акцентуації характеру притаманні свої відмінні від інших типів «слабкі місця», у кожного типу своя ахіллесова п'ята.

Особливості характеру приймають участь і у виборі професії. Зараз багато професій, які висувають до людини підвищені вимоги: стійкість і розподіл уваги, пам'яті, волі, почуттів, окоміру, гостроти слуху і т.д., які

в свою чергу також впливають на характер. Отже, такі якості необхідно вчасно виявляти і постійно вдосконалювати і розвивати.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Т.С. Меркулова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ УВАГИ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ

Питанням дослідження уваги в різні часи займалися такі психологи:

Л. С. Виготський, П. Я. Гальперін, В. В. Давидов, Г. С. Костюк, О. М. Леонтьєв, Н. А. Менчинська, С. Л. Рубінштейн, К. Д. Ушинський, Б. В. Елькін, А. Валлон, К. Коффка, Ж. Піаже, Т. Рібо, Е. Б. Тітченер, М. М. Ланге та інші.

Психологічна готовність до навчання у школі — це комплексна характеристика дитини, яка розкриває рівні розвитку психологічних якостей, що є найважливішими передумовами для нормального включення до нового соціального середовища і для формування навчальної діяльності. Наприклад, Й. Шванцара вважав, що шкільна готовність — це досягнення такого рівня розвитку, коли дитина стає здатною брати участь у шкільному навчанні. А. Анастасі пояснювала психологічну готовність дитини до школи як оволодіння уміннями, знаннями, здібностями, мотивацією та іншими необхідними для оптимального рівня засвоєння шкільної програми поведінковими навичками.

Увага — умова ефективності всіх видів діяльності людини, передусім трудової та навчальної. Уважність необхідна людині в її повсякденному житті, в побуті, у спілкуванні з іншими людьми. Увага учнів є однією з основних умов успішної організації навчально-виховного процесу.

Дитина одержує знання про себе і навколишній світ, засвоює нову інформацію, запам'ятовує, виконує певні завдання завдяки пізнавальним психічним процесам (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява). Необхідною умовою перебігу психічних процесів є увага. Успішність в оволодінні чи іншою діяльністю залежить від уваги дитини. Вона завжди включена у діяльність, є найважливішою умовою її продуктивності і виступає в єдності з пізнавальними психічними процесами та емоційно-вольовою сферою.

Роль уваги полягає у забезпеченні психічних процесів (пізнавальних, емоційних, вольових) та успішної роботи свідомості. Вона пропускає через себе все, що входить у душу людини із зовнішнього світу, оскільки є формою організації психічної діяльності людини, яка полягає у спрямованості й зосередженості на об'єктах, які мають для неї певне значення.

Увага завжди включена до діяльності, є найважливішою умовою продуктивності психічної діяльності та виступає в єдності з різними психічними процесами — пізнавальними, емоційними, вольовими.

Особливістю протікання пізнавальних процесів є їх вибірковий, спрямований характер. Увага – це спрямованість і зосередженість, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної та рухової активності індивіда.

Спрямованість уваги виявляється в образотворчості, у мимовільному або довільному виборі, виділенні об'єктів, які відповідають вимогам суб'єкта, цілям та задачам його діяльності. Зосередженість (концентрація) на одних об'єктах передбачає одночасно відокремлення від всього стороннього, тимчасове ігнорування інших об'єктів.

За активністю людини в організації уваги розрізняють три види: мимовільна, довільна, післядовільна.

Мимовільна увага виникає несподівано, незалежно від свідомості і не потребує вольових зусиль. Збудниками мимовільної уваги можуть бути не лише зовнішні предмети чи обставини, а й внутрішні потреби, емоційні стани, прагнення тощо.

Довільна увага має цілеспрямований характер і вимагає вольового зусилля. Цей особливий вид уваги, полягає у здатності людини довільно зосереджуватися то на одному, то на іншому об'єкті, навіть у тих випадках, коли в навколишній обстановці нічого не змінюється. Основними збудниками довільної уваги є усвідомлювані потреби, обов'язки та інтереси людини.

Післядовільна увага виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги. Післядовільна увага – зосередження свідомості на об'єкті, значущому та цінному для особистості. У навчальній діяльності дуже важливим є функціонування саме післядовільної уваги.

Таким чином, можна стверджувати, що увага є однією з основних характеристик психологічної готовності дитини до школи. Успішне навчання можливе лише за наявності зосередженості, або концентрації уваги. Уважно слухаючи пояснення вчителя дитина краще сприймає, розуміє та запам'ятовує його зміст і тим самим полегшує собі виконання домашніх завдань. Охайність і точність виконання письмових робіт учнями можливі лише за наявності стійкої уваги.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

О.І. Місюра,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ВИСОКІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ПЛИВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ

Початок 21-го століття пов'язано з новим етапом науково-технічного розвитку, який коротко можна характеризувати поняттям високі технології» (high-tech>). Це поняття відображає якісний стрибок у розвитку

комп'ютерних технологій і можливості їх застосування в різних сферах, насамперед інформаційній. Високі технології пронизують усі сфери суспільства, формують глобальне інформаційно - комунікаційне середовище. Створюють передумови для співіснування з роботехнічними пристроями, є основою симбіозу комп'ютера і людини, а також починають змінювати біологічну і психічну природу людини.

Однією з основних тем вивчення впливу Інтернету на особистість стала проблема інтернет-аддикції, залежності від пошуку інформації, комунікації в мережі і інших видах діяльності людини в інформаційному просторі Всесвітнього Павутиння. Це багато в чому обумовлено тим, що за спостереженнями американського дослідника К. Янг формування стійкої залежності у 25% користувачів Інтернету відбувається в перші півроку роботи, 870 стають аддиктами за друге півріччя, а 1770 після року. Згідно з цими даними і з урахуванням зростаючої аудиторії Мережі, проблема інтернет-аддикції стає актуальною для інформаційного суспільства, і в майбутньому буде відігравати велику роль для психічного здоров'я людини нової інформаційної ери. Мережа надає можливості людині не тільки отримати інформацію, необхідну йому для професійної діяльності або в повсякденному житті, але і самореалізуватися серед таких же користувачів, що не завжди можливо в реальному світі. Комунікаційні можливості мережі, загалом, соціальних мереж і блогів дуже великі. Будь-який користувач може знайти таке коло співрозмовників, в якому йому найбільш комфортно спілкуватися. Відповідно в період активної соціалізації молодий користувач може віддати перевагу віртуальне спілкування реальному, в якому йому легше знайти психологічно сумісну групу спілкування.

Для сучасної психології особливо актуальним завданням має стати вивчення впливу Інтернет - активності на особистість людини. Слід уважно вивчити залежність від часу проведеного в Інтернеті на розвиток здібностей підлітків, які зараз є найбільш активними користувачами Інтернету.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

Є.В. Міщенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПРОБЛЕМА ПРАВДИ ТА ПРАВДИВОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ ОСОБИСТОСТІ

«Бути тим, хто ти є - це найбільше мистецтво в нашому дуже спотвореному світі», - це слова психолога Дмитра Соколова. На мою думку, не вистачає ще визначення: «бути тим, хто ти є – це найбільший подвиг».

Дуже багато людей вважає, що твій партнер в спілкуванні буде поводити себе так, як і ти. Через це вони попадають у “лапи” шахраїв. Кожного разу потрібно задавати собі, принаймні, два питання:

- Які справжні наміри людини від якої я отримав інформацію?
- Чи є підстави вважати отриману інформацію обманом?

Психологія брехні «стверджує», що під час спілкування ми забороняємо собі показувати власні думки та ховаємо свою природу. З цього слідує, що коли ми говоримо правду, то обов'язково демонструємо наше "Я" і в будь-якій ситуації будемо робити те, що нам властиво.

Все більше людина намагається зрозуміти, що таке брехня та її антипод - правда. У людей з'являється інтерес до цього питання, а в психологів - потреба дослідження поведінки особистості в різних ситуаціях : обман дітей дорослими і навпаки, обман в спілкуванні дорослих людей.

У психологічній літературі проблема правди та правдивості розвивається Віктором Володимировичем Знаковим.

В.В. Знаков говорить, що є три типи розуміння правди суб'єктом - інструментальний, моральний і рефлексивний.

- Інструментальна правда - засіб реалізації поведінки в комунікативній ситуації лежить егоцентрична ціннісно-смилова позиція суб'єкта.
- Моральна правда - почуття справедливості людини, що вказує йому на потрібність говорити правду.
- Рефлексивна правда - роздуми людини, чи потрібна правда іншій людині.

Згідно з твердженням Каміл Мелитан достатньо знати, що людина бреше і вже можна сказати, що вона нещасна.

Брехня може поділятися на повну та неповну. Повна брехня зустрічається достатньо рідко, тому що навіть мала деталь може розкрити брехуна. Неповна брехня може бути виражена пропуском фактів або перебільшенням/зменшенням значення подій.

Також є чотири основні типи брехні, які є такими лише з точки зору моралі:

- Фантазування - пріоритет на тому, щоб розповідь була правдоподібною, а не на тому, щоб у неї вірили.
- Самообман - постійне повторення суб'єктом брехні, внаслідок чого істина відходить на другий план.
- Умовна брехня - небажання грубити людині та не відчувати сором.
- Партійна брехня - брехня для відстоювання інтересів своєї спільноти.

Отже, брехня це інстинкт, який потрібен кожній людині. Ми брешемо та соромимось цього, але це природно. Можна навіть сказати, що брехня необхідна кожному, але треба враховувати те, що психічний стан людини з кожної виявленої брехнею починає погіршуватися і в кінцевому підсумку переростає в депресію та недовіру до людей.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ У ВНЗ

Ефективність будь-якої людської діяльності, в тому числі й навчальної, залежить від безлічі різних факторів, серед яких найважливішу роль відіграють суб'єктивні, тобто ті, що пов'язані з різними характеристиками і особливостями самого суб'єкта діяльності. Їх значення переконливо доводиться як науковими дослідженнями, так і реальною практикою. В останні роки, наприклад, все частіше і частіше з'ясовується, що причиною багатьох аварій, нещасних випадків були помилки людини.

Проблема психічних станів, вперше поставлена у вітчизняній психології Н. Д. Левітовим (1955 г.). Подальшу розробку ця проблема отримала в працях ряду відомих психологів (А. Г. Гримак, Н. Д. Данилова, Л. Г. Дика, А. І. Єремєєва, Е. Г. Ільїн, Е. І. Киршбаум, А. Г. Ковальов, А. Б. Леонова, В. Л. Маришук, А. О. Прохоров, Ю. Є. Сосновікова і ін.).

Зрозуміло, що всі суб'єктивні чинники ефективності діяльності можуть бути зведені або до проблеми мотивації, або до проблеми компетенції (сфера раціонального знання), або до проблеми психічного стану (сфера переживання). Сказане повною мірою стосується навчальної діяльності студентів закладів вищої освіти.

Зазначимо, що у навчанні вирішальну роль відіграють мотивація, яка може носити особистісний і суспільний характер, орієнтація на прагнення до прийняття або на страх відкидання, і здібності, які також визначають успіх чи невдачу. Навчальна діяльність завжди передбачає контроль за засвоєнням отриманих знань (іспити, заліки, колоквіуми, семінари та інші форми). Під час контролю стани студента можуть вплинути на результат його діяльності.

Найвні дослідження показують, що психічні стани визначають в істотній мірі успішність діяльності суб'єкта, фізичне і психічне здоров'я; виявляють закономірності, що характеризують стан працюючої людини, особливо психічної регуляції. Створено концептуальні схеми аналізу та методичні засоби оцінки психічних станів.

Вивченням психічних станів студентів у різні періоди навчальної діяльності займалися Л. М. Аболін, І. А. Васильєв, Л. В. Винокурова, Г. Ш. Габдрєєва, М. М. Гарифулліна, Ю. М. Десятникова, Е. Л. Носенко, Н. Б. Пасинкова, Н. М. Пейсахов, А. О. Прохоров, В. П. Шарайтаін. Хоча роботи цих авторів є значним внеском у розробку проблеми, вони не охоплюють всі її аспекти, зокрема, не вивчено питання, пов'язані з динамікою негативних психічних станів студентів вищих професійних навчальних закладів у процесі підготовки та складання іспитів.

Одним із структурних елементів навчального процесу є екзаменаційна сесія. Іспит є ситуацією, що несе в собі істотний елемент невизначеності, який полягає, перш за все, в невідомості результату. Екзаменаційна сесія насичена різноманітними емоціями, які надають той чи інший вплив на результативність здачі іспитів. Іноді оптимальний ступінь збудження сприяє позитивним результатам, але якщо порушення приймає форму лихоманки, тобто з'являється перезбудження або, навпаки, апатія, то наслідки його виявляються негативними. Навіть компетентні студенти в невизначеній та екстремальній ситуації іспиту за наявності станів напруги, страху можуть не розкрити повністю своїх здібностей, професійних знань, умінь, навичок.

Будь-яка професійна діяльність, пов'язана з ситуаціями контролю, перевірки, звіту, змагання, призводить до виникнення нерівноважних психічних станів. Через ці стани людина відображає і своє ставлення до явищ дійсності. А відображення відбувається здебільшого у вигляді переживань, основою яких не є безпосередні зовнішні впливи, а їх накопичене узагальнення у внутрішньому світі людини.

Таким чином, проблема зміни психічних станів в навчанні має важливе практичне значення. Розуміння студентами своїх психічних станів і вміння регулювати їх дозволяє їм поліпшити ефективність навчальної діяльності, уникнути безлічі стресогенних ситуацій або, принаймні, пом'якшити їх вплив, та зменшити втрати для себе. З іншого боку, викладачі, володіючи відповідними психологічними знаннями та вміннями, можуть більш ефективно керувати навчальною діяльністю студентів.

Таким чином, вивчення психічних станів актуально в практичному плані, оскільки дані стану впливають на ефективність діяльності людини, у тому числі, на ефективність навчальної діяльності студентів.

Науковий керівник: Н.П. Волкова, д-р пед. наук, проф.

Д.В. Носенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДА У НАТОВПІ

Вивчення психології великих соціальних груп і їх ролі в суспільно-історичному розвитку вимагало не тільки ясного розуміння індивідуальної і групової психології, а й психології натовпу.

Соціальне життя людей перетворюється в безліч найрізноманітніших форм. Деякі з них повсякденні і звичні. Інші серйозно відрізняються від того, що прийнято вважати повсякденною нормою. Існують форми поведінки суто індивідуалізовані, цілком або в значній мірі залежать від волі, бажань або потреб особистості. Але є і такі, в яких прояви волі, бажань і

потреб окремої людини виявляються серйозно обмеженими прямими або опосередкованим впливом інших людей. Людина не відчуває на собі психічного тиску з боку інших, а тільки заражається, підкоряється і слідує їм поведінці.

Уявлення про натовп, зазвичай, народжується з особистого досвіду людей. Практично кожен бував у натовпі або бачив його поведінку з боку. Іноді, піддавшись простій людській цікавості, люди приєднуються до групи, що розглядає і обговорює якусь подію. Зростаючи кількісно, заражаючи загальним настроєм і інтересом, люди поступово перетворюються в неорганізоване скупчення, або натовп.

Натовп - безструктурне скупчення людей, позбавлених ясно усвідомлюваної спільності цілей, але взаємно пов'язаних подібністю емоційного стану і спільним об'єктом уваги.

Термін «натовп» увійшов в соціальну психологію в період потужного революційного підйому мас в кінці XIX-початку XX ст. Під натовпом психологи, в той час, розуміли головним чином слабо організовані виступи трудящих проти експлуататорів. Вельми образне визначення натовпу дав Г. Лебон: «Натовп схожий на листя, піднімається ураганом і розноситься в різні боки, а потім падає на землю».

При об'єднанні малих груп, що складаються з індивідів, які обурюються з певного приводу, в досить велику групу, різко зростає ймовірність появи стихійної поведінки. Останнє може бути направлено на вираження випробовуваних людьми почуттів, оцінок і думок або на зміну ситуації через дію. Дуже часто суб'єктом такої стихійної поведінки виявляється натовп.

У натовпі індивід набуває ряд специфічних психологічних особливостей, які можуть бути йому абсолютно не властиві, якщо він перебуває в ізольованому стані. Ці особливості надають найбезпосередніший вплив на його поведінку в натовпі.

Людину в натовпі характеризують такі риси: анонімність, інстинктивність, несвідомість, стан єднання (асоціації), стан гіпнотичного трансу, відчуття нездоланної сили, заражуваність, аморфність, безвідповідальність, соціальна деградація.

Анонімність - важлива особливість самосприйняття індивіда в натовпі, відчуття власної анонімності. Загубившись в «безликій масі», вступаючи «як всі», людина перестає відповідати за власні вчинки.

Інстинктивність. У натовпі індивід віддає себе під владу таким інстинктам, яким ніколи, будучи в інших ситуаціях, не дає волі. У нього знижується здатність до раціональної переробки інформації, яку сприймає.

Несвідомість. У натовпі зникає, розчиняється свідомість особистості.

Стан єднання (асоціації). У натовпі індивід відчуває силу людської асоціації, яка впливає на нього своєю присутністю. Вплив цієї сили ви-

ражається або в підтримці і посиленні, або в стримуванні і придушенні індивідуальної поведінки людини.

Г. Лебон зазначає самий вражаючий факт, що спостерігався в натовпі: які б не були індивіди, що його складають, їх спосіб життя, заняття, характер, розум, одного їх перетворення в натовп достатньо для того, щоб у них утворився рід колективної душі, що змушує їх відчувати, думати і діяти зовсім інакше, ніж відчував, думав і діяв кожен з них окремо. Такі ідеї і почуття, які виникають і перетворюються в дії лише у індивідів, що складають натовп. Натхненний натовп представляє тимчасовий організм, що злився з різнорідних елементів, які на одну мить об'єдналися разом.

Стан гіпнотичного трансу. Індивід, який провів певний час серед діючого натовпу, впадає у такий стан, який нагадує стан загипнотизованого суб'єкта. Він уже не усвідомлює своїх вчинків. У нього, як у загипнотизованого, одні здібності зникають, інші ж доходять крайнього ступеня напруги.

Відчуття нездоланної сили. Індивід у натовпі набуває свідомість нездоланної сили, завдяки одній тільки чисельності. Заражуваність. У натовпі усяка дія заразлива до такої міри, що індивід дуже легко приносить в жертву свої особисті інтереси інтересу натовпу.

Аморфність. У натовпі повністю стираються індивідуальні риси людей, зникає їх оригінальність і особистісна неповторність. Втрачається психічна надбудова кожної особистості і розкривається і виходить на поверхню аморфна однорідність.

Безвідповідальність. У натовпі в людини повністю втрачається почуття відповідальності, практично завжди є стримуючим початком для індивіда.

Соціальна деградація. Стаючи часткою натовпу, людина немов опускається на кілька сходинок нижче в своєму розвитку. В ізолюваному положенні, в звичайному житті, він швидше за все був культурною людиною, в натовпі ж - це варвар, тобто істота інстинктивна. У натовпі в індивіда виявляється схильність до сваволі, та лютої. Людина в натовпі зазнає і зниження інтелектуальної діяльності.

Для людини натовпу також характерна підвищена емоційність сприйняття всього, що вона бачить і чує навколо себе.

Натовп є типовим прикладом масової спільності. Це відносно короткочасне, безструктурне скупчення людей, об'єднаних безпосередньою просторовою близькістю. Натовп не має чітко усвідомленої мети, дії його учасників зумовлені якимось зовнішнім стимулом та загальним емоційним станом.

Великі соціальні групи формуються на основі усвідомлення людьми об'єктивних умов свого буття, що живить та актуалізує їх фундаментальний інтерес. Їх справедливо вважають основними суб'єктами суспільного розвитку. Свідома особистість зникає, причому почуття і

ідеї всіх окремих одиниць, які базують ціле, приймають один і той же напрямок. Утворюється колективна душа, яка має, звісно, тимчасовий характер, але й досить певні риси. Натовп в інтелектуальному відношенні завжди коштує нижче ізольованого індивіда, але з погляду почуттів і вчинків, викликаних цими почуттями, він може бути чи краще, чи гірше його, залежно від обставин. Усе залежить від того, якому навіюванню кориться натовп.

Науковий керівник :Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Т. Нурабуллаєв,
преподаватель,

*Нукусский государственный педагогический институт,
г. Нукус, Узбекистан*

СТРУКТУРА И ПОТРЕБНОСТИ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Потребность власти - один из центральных двигателей человеческого поведения и мощных факторов, которые направляют жизнедеятельность личности. Властные отношения имеют место в семье, в учебе, в рабочем коллективе, в общественно-политическом взаимодействии и тому подобное. Личностная потребность власти часто становится предметом анализа в процессе психокоррекции или психотерапии. Глубокое понимание сущности этого мотивационного образования необходимо для его четкого понятийного определения, разработки психодиагностических методик, использование в практической психологии.

Традиционно власть как явление изучалась в рамках философии, социологии и политологии. Поэтому недостаточно изученным психологический аспект этого явления, в частности личностная потребность власти. Исследованием последней занимались такие ученые, как К.Горни и другие. Однако сегодня в психологии мало разработана понятийная база для описания потребности власти, часто ученые ограничиваются лишь теоретическим изучением этой проблемы.

Прежде чем перейти к описанию потребности власти, дадим определение самого понятия «власть». Власть - это способность субъекта реализовать свою волю, воздействуя на объект, путем целенаправленного использования своих ресурсов.

Говоря о власти как «способность», подразумеваем, что власть может существовать без актуализации, хотя базируется она на предыдущем осуществлении, так нереализованный потенциал не является властью.

Субъект власти реализует свою волю через влияние, однако не каждый влияние можно трактовать как проявление власти. Влияние, которое характеризует власть является целенаправленным и предусматривает ограничение права объекта отвечать на это воздействие.

Власть - это всегда «власть над кем-то», «власть сделать что-то» будет только возможностью. Ресурсами власти могут быть авторитет, деньги, статус, сила, информация и тому подобное.

Первым поставил вопрос власти в центре своей теории А.Адлер. По его мнению, каждый человек стремится к совершенству. В условиях современной культуры эта требование конкретизируется в стремлении к личной власти. Ребенок воспринимает стремление к господству, вырастая в среде, пронизанном отношениями «доминирование-подчинение».

По А.Адлеру, невроз является следствием, логическим развитием личности, жизненный путь которой сопровождается борьбой за личную власть или неверием в возможность достичь ее путем общественно полезной деятельности.

К.Горни считает личностное стремление к власти следствием невроза. Это стремление служит защитой от беспомощности и опасности выглядеть жалко. Оно может проявляться в тенденции к унижению других, зависти. Часто определенные внутренние наклонности проявляются в дружеских отношениях, социально приемлемых, за которыми скрывается стремление манипулировать другими.

К. Горни считает, что нормальное переживание власти возникает, как следствие реализации силы, в которой лицо имеет преимущество над другими, а невротическое стремление власти является следствием слабости.

На основе изложенных взглядов на личностную потребность власти попробуем сформулировать основные гипотезы относительно его структуры.

Если необходимым условием реализации власти является присутствие двух сторон (субъекта и объекта), то понятие «потребность власти» можем трактовать двояко. Его содержание будет зависеть от того, кто будет носителем потребности власти.

Для субъекта властных отношений «потребность власти» будет означать потребность доминирования, а для объекта - потребность подчинения. Опираясь на взгляды ученых о взаимосвязи того, кто управляет, и того, кто подчиняется, можем спроектировать оба аспекта потребности власти (доминирование и подчинение) на одну из сторон этих отношений. Субъект власти зависимый от объекта доминируя над ним, он одновременно и подчиняется ему, реализуя как потребность доминирования, так и потребность подчинения.

С другой стороны, каждый человек склонен и доминировать, и подчиняться, в зависимости от обстоятельств и отношений, в которых эти потребности проявляются.

Итак, личностная потребность власти состоит из двух компонентов - потребности доминирования и необходимости подчинения, между которыми, по нормального использования власти, наблюдается обратная связь, а за невротического - прямой.

І.В. Олійник,

*канд. пед. наук., доцент кафедри педагогіки та психології,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро*

СТРУКТУРА ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ДОКТОРІВ ФІЛОСОФІЇ

Сучасні вимоги, що висуваються до вищої професійної освіти детермінують необхідність формування сприятливих умов для оптимізації освітньо-виховного процесу в закладах вищої освіти. Особливого значення в даному аспекті набуває питання формування у майбутніх докторів філософії дослідницької компетентності.

Одним із важливих завдань сучасної педагогічної науки є проблема підвищення якості професійної освіти, що передбачає становлення інтелектуально розвиненої особистості, яка володіє позитивною мотивацією до саморозвитку, розвиток професійних якостей особистості. Цим зумовлена необхідність формування дослідницької компетентності аспірантів як однієї з необхідних характеристик особистості професіонала.

У зв'язку з цим постає необхідність визначення структурного складу даного феномену, визначення його компонентів.

Структурні компоненти є динамічним утворенням, що підлягають якісним змінам та трансформації під впливом певних факторів та умов (внутрішніх і зовнішніх) по відношенню до суб'єкта.

Аксіологічний компонент (мотиваційно-ціннісний) містить пізнавальну потребу (потреба у виявленні в об'єкті чи суб'єкті нових якостей, характеристик, властивостей, що проявляється у прагненні особистості досліджувати відповідний предмет), пізнавальну активність (прагнення до пізнання прихованого явища, феномена, предмета тощо) та пізнавальний інтерес (стійке прагнення до вивчення певного об'єкта). Даний компонент передбачає наявність у аспірантів системи мотивів, що лежать в основі позитивного ставлення до дослідницької діяльності. Його склад активізують такі елементи: орієнтація на випереджаючий розвиток, творча активність, потреба в саморозвитку та самовдосконаленні, відповідальність.

Когнітивний компонент представлений такими видами мислення як інтуїтивне (деякі властивості предметів не фіксуються увагою, а потра-

пляють на підсвідомий рівень, формуючи інтуїтивний досвід особистості), образне (пізнавальний процес перетворення об'єкта, предмета, ситуації за допомогою здійснення розумових операцій з їх образом), логічне (дозволяє розділити всі виявлені ознаки, явища, здібності тощо на суттєві та несуттєві), дивергентне (допомагає виявити проблеми і висунути гіпотези), конвергентне (процес знаходження єдиного правильного варіанту), казуально-експериментальне (дозволяє вивчати складні динамічні системи. Даний компонент містить такі елементи: знання теоретичних методів наукового пізнання, методів якісної та кількісної обробки даних, володіння принципами та способами організації теоретичного та практичного дослідження.

Операційний компонент містить уміння, спрямовані на здійснення конкретного безпосереднього дослідження, досвід використання системи загальних інтелектуальних, предметних та дослідницьких умінь і навичок, уміння визначати актуальну проблему та формулювати гіпотезу, використовувати методи наукового пізнання, планувати та здійснювати дослідно-експериментальну роботу, використовувати різноманітні техніки аналізу якісних даних, представляти результати досліджень тощо.

Характерною особливістю процесу дослідження є те, що особистість здійснює різноманітні дії, які можна розділити на дві групи: зовнішні дії (пошук інформації, дослідження) та внутрішні (аналіз, синтез, порівняння тощо).

Цікавими у контексті нашого дослідження виявилася компонентна теорія творчості, запропонована американським дослідником Р. Стернбергом [2], яка передбачає можливість здійснення творчого процесу за умов наявності трьох інтелектуальних здібностей:

1) синтетичної спроможності бачити проблему в новому світлі та уникати звичного, стандартного способу мислення;

2) аналітичної, що дозволяє оцінити, які ідеї варті уваги та розробки, а які – ні;

3) практично-контекстуальної здібності переконувати інших в цінності ідеї, іншими словами, «продаж» творчої ідеї іншим.

Аналіз наукової літератури з означеної проблеми дозволив нам виокремити такі групи дослідницьких умінь (табл. 1).

Особистісний компонент передбачає здатність адекватно в ситуації соціальної та професійної взаємодії проявляти дослідницьку компетентність. Даний компонент включає наступні якості особистості:

– інтелектуальні якості – допитливість, цікавість, критичність, пластичність, продуктивність, оригінальність, гнучкість, креативність;

– вольові якості – цілеспрямованість, самостійність, наполегливість, ініціативність;

– креативність та творчий підхід.

Групи дослідницьких умінь

Групи умінь	Зміст
аналітико-синтетичні	уміння виділяти основні ознаки досліджуваного об'єкта (процесу, явища), визначати характеристики та встановлювати взаємозв'язки між виокремленими частинами у відповідності до мети дослідження, досліджувати організм як єдине ціле, що складається з компонентів
аналітико-інтерпретаційні	група умінь по розробці і описанню отриманих в процесі дослідження результатів.
когнітивні	група умінь теоретичного вивчення проблеми дослідження
проективно-діагностичні	уміння відібрати методи планування та здійснення дослідження, будувати моделі результатів дослідження, передбачати та попереджати можливі помилки чи ускладнення при проектуванні, проведенні та аналізі результатів дослідження
прогностичні	уміння визначати завдання дослідження, виділяти та характеризувати основні властивості досліджуваного об'єкта, пропонувати можливі варіанти передбачень, обирати та доводити їх
проектувальні	уміння, що передбачають проектування дослідження: визначення мети і завдань дослідження, систематизація змісту самого дослідження; діагностування логіки виконання дослідження за складеним планом, встановлення умов, необхідних для проведення досліджень
контрольно-оцінні	уміння аналізувати, узагальнювати та аргументувати отримані результати дослідження; вони дозволяють дати оцінку конкретним результатам дослідження та здійснити саме дослідження у відповідності до висунутих вимог

Рефлексивний компонент проявляється в здібності аналізувати і контролювати власний науковий пошук та його результати. До складу зазначеного компонента відносимо вміння вибору, реалізації та контролю. дослідницьких дій, уміння контролювати логіку розгортання власної думки, самооцінка власних розумових та дослідницьких здібностей, уявлення про себе як про дослідника, рефлексія результативності власної діяльності, володіння самодіагностикою, спроможність самостійно створювати оптимальні умови для власної творчої активності, ведення траєкторії поетапного руху до досягнення дослідницьких завдань, здатність до систематичної інтроспекції.

Таким чином, дослідницька компетентність, що характеризується поліфункціональністю, універсальністю, багатовимірністю, виступає як складний синтез зазначених компонентів.

ЗАЛЕЖНІСТЬ РІВНЯ СУЇЦИДАЛЬНОГО РИЗИКУ ВІД ДЕЯКИХ ОСОБИСТІСНИХ РИС

Особистісні та характерологічні особливості часто відіграють провідну роль у формуванні суїцидальної поведінки. Вирішальними в плані підвищення суїцидального ризику є ступінь цілісності структури особистості, «збалансованість» її окремих рис, а також зміст морально-етичних установок і уявлень.

У попередній роботі було встановлено, що учасники дослідження (студенти першого курсу Дніпровського гуманітарного університету) мають високі показники за рівнем особистісної та ситуативної тривожності. Це вказує на те, що студенти першого курсу є високотривожними та, відповідно, схильними до сильних переживань навіть за незначних ситуацій. Проведено кореляційний аналіз загального ступеню суїцидального ризику від особистісної тривожності, в якому коефіцієнт склав $r = 0,4524$.

В даній роботі був проведений кореляційний аналіз рівня суїцидального ризику від деяких особистісних рис. Найбільш високі показники кореляції отримали такі риси, як: невротичність, збудливість та емоційна лабільність (рис. 1). Координати точок задавались результатами випробувань за відповідними методиками. Таким чином, було встановлено статистичний зв'язок невротичності, збудливості та емоційної лабільності від загального ступеня суїцидального ризику, що зображено у вигляді діаграми розсіювання (рис. 2).

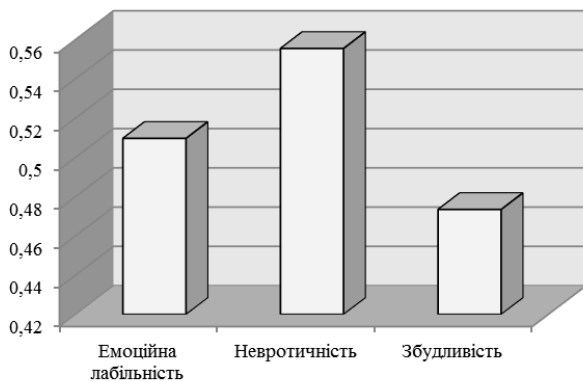


Рис. 1. Гістограма коефіцієнтів кореляції

По розташуванню точок емпірично визначено густину виявленого зв'язку, її спрямованість та істинність.

Підібрані методики комплексного дослідження чинників суїцидального ризику (такі як: методика визначення рівня суїцидального ризику (модифікація Разуваєвої), особистісний опитувальник Шмішека, Фрайбурзький багатофакторний опитувальник).

Емпірично підтверджено вікову залежність акцентуацій характеру. У першій групі (17 років) середній показник за шкалою збудливості менше (10,2), ніж у другій групі (10,6). Емпірично підтверджено статеву залежність акцентуацій характеру. У студентів жіночої статі середній показник збудливості більше (11,5), ніж у студентів чоловічої статі (9,4). Емпірично підтверджено вікову залежність особистісних рис. У першій групі (17 років) середній показник за шкалою невротичності більше (7,5), ніж у другій групі (6,5); середній показник за шкалою емоційної лабільності більше (6,7), ніж у другій групі (5,4). Емпірично підтверджено статеву залежність особистісних рис.

У студентів жіночої статі середній показник за шкалою невротичності більше (8), ніж у студентів чоловічої статі (6); середній показник за шкалою емоційної лабільності більше (6,5), ніж у студентів чоловічої статі (5,7).

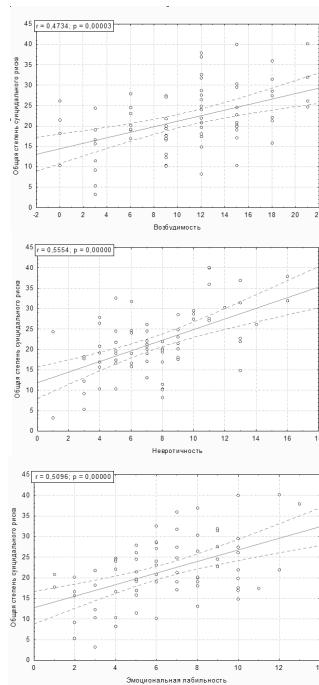


Рис. 2. Діаграми розсіювання загального рівня суїцидального ризику від збудливості, невротичності та емоційної лабільності, відповідно

Отримані нами результати вказують на те, що існує прямий зв'язок між вираженням окремих характерологічних і особистісних рис (таких як: невротичність, збудливість, емоційна лабільність) та рівнем суїцидально-го ризику.

Науковий керівник: М.В. Реуцький, канд. психол. наук, доц.

Ю.В. Павлова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ДИТЯЧІ СТРАХИ

Хоч раз в житті кожна людина чогось боялась. Так влаштований наш організм, якщо нашому життю щось загрожує ми відчуваємо почуття страху, виділяються певний гормонита всі наші дії будуть спрямовані на порятунок нашого життя. Це інстинкт самозбереження. Але чи завжди те, чого ми боїмося дійсно представляє для нас небезпеку? Чи правда що ми боїмося тільки того, що може нашкодити нам? Звичайно, ні. Так звідки ж беруться ці страхи? Чому ми можемо боятися якихось дрібниць і тривожитись через рутинні справи?

Актуальність цієї роботи полягає в тому, що страх є невід'ємною частиною нашого життя. Якщо доросла людина зможе і сама побороти деякі страхи, то дитині зробити це набагато складніше. Якщо страх не йде сам а навпаки тільки посилюється і його не перебороти, то це може ускладнити життя цієї дитини в подальшому житті.

Мета моєї роботи зрозуміти причини дитячих страхів і навчитися допомагати дітям долати ці страхи.

Професор Юрій Щербатих розділив всі страхи на три групи: біологічні, соціальні та екзистенційні.

До біологічних відноситься все, що несе загрозу життю: страх болю, пожежі, висоти, хижаків, природних явищ (виверження вулкана, блискавки, грози), тероризму. Такі страхи обґрунтовані, крім тих, які є фобіями.

До соціальних страхів відноситься все, що може зіпсувати соціальний статус людини і знизити його самооцінку: боязнь втратити роботу, страх публічного виступу, відповідальності, соціальних контактів, успіху, невдачі і помилки, оцінок, відкидання колективом, самотності.

До екзистенціальних страхів відноситься все, що має відношення до питань життя, смерті і існування людини: страх смерті, майбутнього, часу, відкритого і закритого простору, безглуздості людського існування.

По друге в дитячому віці страх може виникнути в результаті дитячої травми або в результаті батьківського виховання (коли батьки лякають дитини вигаданим персонажем, щоб домогтися слухняності) Поговоримо детальніше про дитячий страх.

Специфіка дитячих страхів полягає в тому, що вони, як правило, не пов'язані безпосередньо з актуальною загрозою. Дитячі страхи засновані на інформації, яку діти отримують від найближчих дорослих і пропускають крізь призму своєї яскравої фантазії та уяви.

Дитячий страх має кілька відмінностей від дорослого страху. Зазвичай відзначають дві відмінності:

- 1) Дитячий страх носить тимчасовий характер
- 2) Причиною дитячого страху є вікові особливості розвитку

Дитячий страх є нормальним і з часом він може зникнути. Важно вміти відрізнити страхи від фобій.

Якщо страх дитини занадто великий, сам не проходить і батьки самі допомогти дитині не можуть, то варто звернутися до психолога. У роботі з дитячими страхами можна використовувати різні методи, такі як арт-терапія, сказкотерапія, ігротерапія. Ці види терапії допоможуть дітям швидше подолати страх.

Виходячи з вищесказаного можна зробити висновки:

Страх є невід'ємною частиною нашого життя.

Якщо дорослі страхи ґрунтуються на життєвому досвіді, то діти можуть боятися казкових героїв або відмовити страхи самі.

Якщо не пропрацювати дитячий страх, то він може заважати в дорослому житті.

У роботі з дітьми важливо використовувати цікаві для дитини методи, такі як сказкотерапія або арт-терапія.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

К.М. Паніна,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ТВОРЧІСТЬ ЯК ОДИН ІЗ ЧИННИКІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКА

Кожна людина у підлітковому віці і в студентські роки стикається з проблемою самовизначення. Період 15-18 років у житті людини це час, коли індивідуум починає усвідомлювати всі процеси світоустрою глобально, дізнається про існування неписаної суспільної ієрархії, про обов'язкові норми, починає дивитися на себе по-іншому, сприймає навколишній світ більш чутливо, загострено. З проблемою самовизначення, прийняття своєї індивідуальності стикається кожен, це природний процес. Для одних це проходить болісно: як період війни і бунту, як бажання будь-що заявити про себе і зруйнувати суспільні норми; для інших це спокійний процес самоаналізу і прийняття; для третіх це подорож за вітром, слідувати натовпу – єдиний вихід. Але потреба в усвідомленні свого призначення і бажання

зрозуміти «хто я і навіщо?», штовхає людину на пошук, інертний чи ні – залежить від ситуації. Пошук цей триває в цілому все життя, в якійсь мірі, але саме у підлітковому періоді він виражений найбільш болісно. Деякі вчені (А. Леонтьєв, О. Овчиннікова, А. Роттенберг, А. Харріс, Леон де Бруін і багато інших), з роботами яких ми ознайомилися, стверджують, що творчість допомагає становленню повноцінної зрілої особистості.

Коли ще молода, несформована особистість, не може зіставити себе з будь-якою групою, з якоюсь людиною, вона думає, перш за все, про свою неповноцінність, безталання, бездарність. Пояснити підлітку, що він вже апріорі унікальний і дивовижний, талановитий і цінний у всіх своїх проявах дуже складно. Відторгнення громадських норм і загальноприйнятих правил, слів батьків – бунт у зовнішньому прояві, але, перш за все, це відображення невдоволення собою. Це внутрішня війна.

Варто зазначити, що в цей період людина дуже схильна до впливу, вона як губка готова увібрати нове, як добре, так і погане. Проте, так як людський організм прагне до регенерації і самозцілення, людина навіть сама того не помічаючи, може «вилікувати свою психіку». Тому людський розум намагається захистити людину від самознищення, саме підсвідомість шукає «ліки» допомоги. Дуже часто у підлітковому віці, людина починає захоплюватися творчістю: музикою, малюванням, написанням віршів – це є тим ключем до самопізнання, і відповідно до самовизначення, прийняття.

Роль батьків у формуванні індивідуальності дитини дуже важлива. Часто так буває, що батьки не сприймають хобі підлітка серйозно, наперед піклуючись на тому, чи зможе дитина забезпечити себе у майбутньому, чи успішно влаштується її життя, бажають для неї не тільки творчої, але перспективної професії. Але єдине, що повинні зробити батьки у цій ситуації – це підтримати, не критикувати і засуджувати спроби і старання. Коли молода, недосвідчена ще зовсім маленька (у глобальному плані) людина починає щось створювати, це час народження її особистості. Творчість часто стає віддушиною, порятунком для загубленого, недовірилого підлітка.

Період 15-18 років це час формування світогляду, моральних і духовних цінностей, час найважливіших життєвизначальних виборів. Тому будь-яке самовираження: захоплення грою на гітарі, комп'ютерним дизайном, малюванням коміксів і таке інше – не повинно бути осміяне і розкритиковане. Цілком зрозуміло, чому це може здатися старшому поколінню смішним і несерйозним, але саме це і буде першим «штрихом на картині майбутнього життя» дитини.

Кожна людина – митець, і неважливо пов'язана вона з мистецтвом безпосередньо чи ні, ми створюємо свій світ навколо своїми переконаннями і рішеннями, словами. Ми автори світу, в якому ми живемо. Тому підлітка, в цей важкий час, потрібно навпаки мотивувати в процесі його творчої діяльності, допомагати йому в усіх починаннях.

Творчість, захоплення чимось, стає багатоманітним у чому підказкою для подальшого розвитку. Кожна людина талановита, і саме експресія і самовираження допомагає людині відкрити свою справжню сутність. Багато у чому, людина створюючи щось, картину або пісню, наприклад, сама відповідає собі на поставлені питання. Нерідко, втративши мотивацію до життя людина, набуває нового сенсу життя, знаходячи себе у творчості. Людина формує себе сама, вона піддається впливу зовнішніх факторів, але чим більше вона впевнена в правильності обраного шляху, тим швидше пройде процес створення своєї індивідуальності.

Таким чином, творчість часто є саме тим визначальним фактором, який і перетворює людину на того, ким вона повинна була стати. Творча активність індивідуума у будь-якому віці не повинна бути висміяна і розкритикована, а в підлітковому віці – особливо. Саме схвалення і підтримка найближчих людей, часто стає стійкою опорою для росту і прогресу особистості.

Науковий керівник: Н.О. Черняк, ст. викладач.

Д.О. Панченко,

Запорізький національний технічний університет

ХАРЧОВА ПОВЕДІНКА ЛЮДИНИ ЯК ПРЕДМЕТ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Із всього спектра людських потреб харчова відноситься до основних. Індивідуальні переваги у виборі продуктів харчування, кількості їх споживання, особливості емоційного ставлення до них складають основу харчової поведінки. Порушення харчової поведінки призводить до різних змін 9психофізіологічного та психологічного станів, соціально-психологічних порушень та ін.

Психологічні аспекти харчової поведінки, її розлади та порушення вивчали Х. Долл, Г. Ашурова, А. Марков, Дж.Т. Уїлсон, К. Пайк, І. Федорова, Н. Красноперова, В. Менделевич, І. Малкіна-Пих, Ю. Савчикова, С. Фрайберн та ін. Особливості харчової поведінки людей з надмірною вагою розглядаються в працях Т. Вознесенської. Питання формування ставлення до тіла і харчової поведінки у дівчат підліткового та юнацького віку досліджувала М. Дурнева. Виявленню чинників ризику формування порушень харчової поведінки дівчат підліткового та юнацького віку присвячено праці Л. Брендсма, С. Говерс, Н. Марті, К. Петерсона, В. Покровського, Г. Коритько та ін.

Харчова поведінка визначає не тільки потреби, але й отримані в минулому знання й стратегії мислення. Хоча потреба в енергії і створює такий біологічний потяг, як відчуття голоду, на конкретну поведінку (що людина буде їсти) впливають сформовані звички й стратегії мислення, які

детерміновані традиціями сім'ї та суспільства, релігійними уявленнями, життєвим досвідом, порадами лікарів, модою, економічними та особистісними причинами. Якщо символічні функції харчування людини починають переважати над первинним біологічним інстинктом, то харчова поведінка втрачає своє адаптивне значення, через що життя людини погіршується в цілому.

В сучасному світі прийом їжі не завжди пов'язаний із втамуванням голоду: їжею нерідко зловживають з метою задоволення широкого спектру інших потреб. В цьому контексті вчені визначили, що той чи інший тип харчової поведінки людини допомагає їй вирішувати проблеми отримання чуттєвої насолоди (що може бути самоціллю), зниження емоційної напруги, спілкування (прийом їжі разом з іншими важливими для неї людьми) тощо. Крім того, для певної категорії людей їжа стає засобом самоствердження (прийом дорогої, рідкісної їжі, «солідна» зовнішність), підтриманням традицій (національних, релігійних, сімейних), компенсації нереалізованих потреб та інше.

Харчову поведінку людини можна розглядати як цілісну активність, пов'язану з мотивацією прийому їжі, яка формується від народження і доповнюється на кожному етапі онтогенезу людини.

Харчова потреба грає найважливішу роль в перші роки життя людини в розрізі формування емоційної прихильності та базової довіри до світу: акт насичення у дитини ототожнюється з відчуттям того, що її люблять. Психопедологи відзначають, що протягом перших вісімнадцяти місяців всі бажання дитини зосереджені цілком і повністю навколо годування: відчуття ситості, блаженства і захищеності в переживаннях дитини виявляються пов'язаними між собою. Згодом для дорослої людини відчуття ситості буде рівнозначно знаходженню в безпеці, а задоволення бажання поїсти – несвідомо сприяти редукції страхів та тривожних станів.

У шкільному віці значення факторів соціального оточення, які формують особисту культуру харчування, зростає, відповідно, харчова потреба дитини все більше соціалізується, набуваючи додаткові знаково-символічні значення. Харчування тепер пов'язане не тільки з відчуттям безпеки і комфорту, а також є важливим елементом міжособистісної взаємодії. Харчова поведінка починає виконувати такі функції, як комунікація, пізнання, формування ритуалів і звичок; виступає як засіб спілкування, психоемоційного розвантаження, самоствердження, задоволення естетичної потреби, а також компенсації незадоволених потреб.

До психологічних факторів, які впливають на виникнення порушень харчової поведінки, можна віднести такі: низька самооцінка, почуття відсутності або недостатності контролю над власним життям, депресії, страхи, гнів, самотність, конфліктні стосунки в родині, насмішки з приводу форм або ваги, труднощі у вираженні емоцій та почуттів, незадоволеність життям тощо.

У людини із особливою харчовою поведінкою висока соціальна орієнтованість, хороший інтелект, висока «стресодоступність», знижена «стресостійкість», схильність до тривожно-депресивних реакцій, психічна незрілість. У людини переважають менш досконалі способи психологічного захисту, підвищена, погано контрольована емоційність, пасивні форми поведінки – прийом їжі відіграє роль своєрідного захисного механізму від стресу. Цей спосіб захисту абсолютно соціально прийнятний, доступний, простий, легко здійснений, не вимагає ані розумової, ані емоційної додаткової напруги. Психічне напруження в ситуації конфлікту знижується не через адекватне переосмислення його змісту, а за допомогою простої редукції дискомфортного переживання, що не торкається ані причин, ані суті конфлікту. Подібна форма захисту від стресу, безсумнівно, патологічна, оскільки призводить до соматичного захворювання – ожиріння.

Поява у багатьох людей психовегетативних розладів, при відмові від звичних продуктів харчування, дозволяють поставити харчову залежність поряд з алкогольною, нікотиновою, лікарською та наркотичною та ін.

Отже, харчова поведінка людини – складний біо-психо-соціальний феномен, пов'язаний не тільки із задоволенням вітальної потреби, але й соціальної. Крім еволюційного сенсу, харчова поведінка людини набуває додаткові переносні значення, стаючи універсальною мовою соціальних послань. Харчова поведінка має не лише фізіологічне значення, але й обумовлена соціальними, культурними чинниками; формується ще з дитинства, під впливом значущих дорослих, а її порушення можуть призвести до залежностей.

Науковий керівник: М.А. Дергач, д-р. пед. наук, проф. кафедри психології.

І.А. Пащенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

КОНФЛІКТИ В СТУДЕНТСЬКОМУ СОЦІУМІ

Тема конфліктів у студентському соціумі – вельми актуальна. Дуже важливо розуміти, що представляє собою конфлікт у соціальній групі та як з його подолати. Причинами конфліктів в студентському соціумі зазвичай є особистісна неприязнь, стан високого психічного напруження, не співпадіння інтересів членів групи. Але більш за все вони пов'язані з навчальним процесом і з особистими причинами соціального і психологічного характеру.

Конфлікт – це протиріччя, що виникає між людьми у зв'язку з рішенням тих або інших проблем соціального або особистісного життя. Так Г.І. Козирев виділяє дві причини конфліктів в студентській групі. Першою причиною конфлікту автор називає міжособистісну несумісність, яка ви-

ражається у взаємному неприйнятті партнерів, заснованої на розбіжності соціальних установок, ціннісних орієнтацій, інтересів, мотивів, характерів, темпераментів, психофізичних реакцій, індивідуально-психологічних характеристик суб'єктів взаємодії. Міжособистісна несумісність може стати причиною емоційного конфлікту. Другою причиною – є непорозуміння, тобто неправильне розуміння однієї людини іншою. Це відбувається тому, що одна людина не розуміє іншу, її мотиви, наміри, факти та предмет розмови.

Студентський соціум (група) – це спільнота незалежна та самодостатня. Вона здатна сама вирішувати свої внутрішні проблеми, а її активність пов'язана з соціальним життям факультету, університету, вирішенням проблем соціального характеру. На думку американського соціального психолога Б. Бейлза, мала група може бути визначена як певна кількість людей, що взаємодіють один з одним в ході однієї або декількох зустрічей, існуюча тільки в період навчання. Також учасники студентської групи можуть виключатися з неї.

С.В. Назаренко виділив такі види причин конфлікту у студентській групі:

1. Протилежні ціннісні орієнтації студентів;
2. Зіткнення протилежних ідеологій і релігій;
3. Соціально-економічна нерівність в групі;
4. Соціально-психологічна несумісність;

5. Не розділяються індивідом морально-етичні обґрунтування цінностей і норм-правил, домінуючих в студентській групі.

Отже, конфлікти в студентському середовищі є перманентним явищем. Наслідками конфлікту у студентському соціумі є спад студентської успішності, погіршення морального і фізичного здоров'я, поява тривожності, невпевненість студента в собі. Щоб мінімізувати отримання негативних емоцій і напруги від своїх однокурсників – треба навчитися знаходити адекватні способи виходу з конфліктних ситуацій.

Науковий керівник: І.В. Гаркуша, канд. наук із соц. комун.

В.В. Пеня,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК СУЧАСНОЇ ЖІНКИ

У даній роботі розглядається поняття жінки, як господині у домі, життя домогосподарки, її особистісний розвиток в умовах ведення домашнього господарства.

Чи повинна жінка працювати? Це складне питання все частіше підіймається для обговорення. Про це пишуть в журналах і соціальних мере-

жах, про це розповідають в лекціях, з цим питанням часто звертаються до психологів. Чому це питання в останні роки почало хвилювати багатьох людей?

Відношення до жінки-домогосподарки, особливо зі сторони молоді, різко негативне через стереотипи, нав'язані соціумом. Молоді жінки зазвичай працюють задля власної реалізації та амбіцій, а жінки з радянських часів вважають за необхідність просто працювати. Згідно з результатами дослідження Програми розвитку ООН (UNDP), зараз в Україні економічно зайнятими є 52% жінок у віці 15-70 років.

Існує багато мотивів, які змушують жінок працювати. Серед них:

Гроші. Мова йде не про жінок, які дійсно повинні працювати для виживання (матері-одиначки, дружини інвалідів). Мова йде про ту частину працюючих жінок, які заміжні за чоловіками, які заробляють гроші і забезпечують свою родину. Часто виникає ситуація, коли потреби не співпадають з фінансовими можливостями. Через це жінки починають робити свій вклад в фінансовий добробут родини і йдуть на роботу.

Любов до своєї роботи. Часом складається так, що жінка знаходить роботу, яка допомагає їй реалізувати свій потенціал, яка стає не просто роботою, а хобі, натхненням, другою родиною. Проблема в останньому, оскільки часто через це страждає власна родина.

Через почуття обов'язку. Тенденція до «працюючої жінки» почалася з радянських часів і здебільшого такі жінки не вміють жити по іншому. Вони звикають до такого життя, часто просто намагаються допрацювати робочий стаж до пенсії.

Інші причини. Робота для власного задоволення; щоб не було нудно; робота «про всяк випадок», або якщо з чоловіком відбудеться розлучення та ін.

Багато заміжніх жінок вважають, що якщо вони не будуть працювати і стануть домогосподарками, то вони будуть деградувати як особистість, перестануть бути цікавими для своїх чоловіків, їхня сім'я збідніє та інші стереотипи. Насправді користі від зміни статусу на домогосподарку дуже багато:

1. Домогосподарка – господиня в домі. Багато домогосподарок стверджують, що виконання домашніх обов'язків значно складніше роботи, але саме вони мають час та можливість втілити в життя свою мрію про ідеальну оселю.

2. З'являється час на хобі. Коли жінка працює на роботі 8 годин, а повертаючись додому виконує домашню роботу, то в неї залишається мало часу для самої себе та своїх захоплень. Домогосподарка має для цього і час, і сили, і натхнення.

3. Саморозвиток. Часто можна почути аргумент в сторону роботи, що жінка деградує від постійного сидіння вдома. Але при правильному підході у таких жінок навпаки є більше можливостей для саморозвитку

ніж у працюючих. Читання книг, вивчення іноземних мов, різноманітні курси, семінари та лекції, театри та виставки – все це лише маленька частина того, як можна займатися саморозвитком не працюючи.

4. Гості та друзі. У домогосподарок є можливість спілкуватися з друзями та влаштовувати приємні зустрічі у себе вдома, не хвилюючись при цьому, що в домі безлад або нічим пригощати.

5. Діти. Виховувати дітей дуже складний процес і коли обое батьків працюють, то дитину зазвичай віддають до дитячого садка. Багато психологів говорять про те, що дитина віком 0-5 років краще розвивається біля матері. Якщо жінка знаходиться вдома, то вона має можливість піклуватися про своїх дітей самостійно.

6. Зовнішність. Жінки дуже хвилюються про те, як вони виглядають. Вони постійно роблять косметичні процедури, піклуються про шкіру і волосся, худнуть, ходять до спортивного залу або займаються йогою тощо. У працюючих жінок зазвичай мало вільного часу, тому його інколи просто не вистачає на все це.

Звичайно, кожна жінка може сама вирішувати, працювати їй чи ні. Але слід пам'ятати, що саме від представниць прекрасної статі залежить атмосфера в сім'ї та в домі, що домогосподарка – це не вирок, а просто інший спосіб життя, можливість для особистісного розвитку та самоствердження.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

А.С. Перекопська,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ДОКІР ЯК ІНСТРУМЕНТ МАНІПУЛЯЦІЇ ВИКЛАДАЧА ВНЗ СТУДЕНТАМИ

У справжній період сталося різке зростання методів маніпуляції свідомістю людини. Маніпулювання особистістю, використання різних засобів і технологій інформаційно-психологічного впливу на людей, виявляється не тільки в політиці або рекламі. Часто люди в повсякденному житті використовують її в своїх цілях, і навіть у вищих навчальних закладах.

Проблема маніпулювання особистістю, його свідомістю і поведінкою неодноразово, а також докір розглядалася в ХХ віці вітчизняними і зарубіжними дослідниками. Вона розглядалася в рамках робіт, присвячених філософським, соціологічним і психологічним аспектам політики і права, розвитку суспільства, індивідуальної і суспільної психології.

З несправедливими докорами, які щедро роздають буквально всі: партнери, близькі, друзі, колеги по роботі і, навіть просто випадкові люди, з якими ми стикаємося на вулицях міста. Багато із докорів, які нам адресуються - маніпулятивні і потрібні маніпулятору, щоб отримати від нас певні вигоди.

Докір - це висловлене звинувачення і несхвалення, яке звісно, викликає почуття провини і бажання оборонятися і захищатися від хвилі провини у того, кому воно висловлено.

Зазвичай людина починає так само захищатися, дорікаючи в відповідь. Виходить гра в пінг-понг, м'ячиком в якій служить почуття провини. Відносини пронизані почуттям провини стають токсичні і нестерпні. Вони позбавляють свободи вибору обох партнерів. Так як завжди є страх бути винуватим і всі дії і слова в таких відносинах спрямовані на уникнення попадання в почуття провини.

Почуття провини виникає у кожної людини як реакція на порушення своїх особистих внутрішніх і громадських норм і правил. Почуття провини є у кожної людини і воно тісно пов'язане з совістю і тими муками, якими совість може викликати.

Почуття провини змушує підкоритися.

«Почуття провини, яке маніпулятор вселяє своїй жертві, ставить під удар її позитивну самооцінку, - пише психотерапевт Сьюзан Форуард, - зневага, егоїзм, несправедливість, зрадництво - все це чутливі точки, на які ми реагуємо особливо гостро. Часто досить лише натяку. Цим прийомом користуються хворі, яким варто лише згадати про свою безпорадність, щоб інші задовольняли будь-які їх капризи».

Бажання використовувати інших в своїх цілях час від часу з'являється у кожного з нас, не виключенням є викладачі ВНЗ. Найчастіше це виходить несвідомо. Якщо викладач відчуває, що не здатен вплинути на ситуацію та на студента «легальним» способом, не може змиритися з поведінкою студента або просто хоче звернути увагу на себе. Ідеальні способи для цього - змусити іншого відчувати себе винуватим, виставити його нашим боржником або просто дати зрозуміти, як погано, негарно він робить.

Якщо докір справедливий, наприклад, в якийсь момент студент перейшов рамки ввічливого спілкування, то цілком природньо, що його відвідує почуття провини і він повинен вибачитися.

Проблема в тому, що у багатьох з нас немає чітких розмежувань між зобов'язаннями перед іншими людьми і перед самим собою. Фактично, це кордони, які ми визначаємо, але проблема кордонів в тому, що якщо вони не сформульовані в дитинстві, то вони дуже повільно отримують від нас же статус «офіційних», або законних меж, в рамках яких ми абсолютно законно для себе не будемо відчувати провини.

Тому, коли викладач адресує несправедливі закиди, то психіка студента все одно реагує виною. Виходить, що дорослішаючи, ми розуміємо,

що це несправедливо і не можна через це відчувати провини, але дитячі установки, які можуть відрізнятись від дорослого осмислення меж не дозволяють нам відчувати себе комфортно.

Докори, як правило, служать для зняття відповідальності з того, хто їх виголошує і готує ґрунт для подальших маніпуляцій. Маніпулятори мають властивість посилювати свій вплив, якщо спрацювала перша. Тобто, якщо ви «правильно» для маніпулятора відреагували на: «Це через тебе я буду сидіти і працювати в свій законний вихідний», то, можна не сумніватися, що натиск буде посилюватися.

Спектр докорів, який використовує викладач щодо студентів нескінченний. Починаючи від нешкідливого: «Вдома прочитаєте про це самостійно, а якщо будуть питання тоді обговоримо це на лекції», до довгограючого: «Замість відпочинку я через вас повинен перевіряти ваші роботи, які ви не здаєте вчасно».

Звичайно: «А голову ти вдома не забув?».

Докір завжди виглядає як «Ти-повідомлення»: «Ти зробив знову щось не те і не так. Ти вчинив погано. Ти неправильно це робиш». Це завжди судження з позиції: «Я оцінюю твої дії як погані». Але я не кажу про себе і своє ставлення до твоїх дій, а я говорю про тебе і я тебе засуджую.

«Ти що не хочеш брати участь в конференції? Як це так, ти ж один з кращих студентів в групі. Ти повинен це зробити. Тобі це необхідно, я знаю».

На цей докір не так-то просто відповісти. Замість того щоб спокійно пояснити причину свого рішення (брак часу, просто небажання брати участь), студент починає доводити викладачеві, що він справді один із кращих, і не може підвести викладача. Це означає - маніпуляція вдалася.

Ще одна форма маніпуляції через фрази з приставкою «Ти ж». Ти ж такий хороший хлопець, ти ж так гарно вчишся, ти ж приклад для групи і так далі. Ну, дійсно, це, що ж за відмінник, який не може зробити виступ на конференції.

За докором завжди стоїть незадоволене бажання, потреба. Тобто викладач не зміг донести важливість чогось і йому доводиться використовувати маніпуляції різного роду.

Справа в тому, що викладачі часом не знають, як зробити студента зручним і слухняним і часто маніпулюють саме на почутті провини. А за відчуттям провини у студента лежить: «Тепер я повинен це зробити».

Отже, оскільки за докором стоїть потреба, то його можна замінити на прохання. Або викладачеві необхідно знайти такі аргументи, що б для студента було зрозуміла цінність цього послання.

ПОДРУЖНЯ ЗРАДА: ГЕНДЕРНИЙ ТА СТАТЕВИЙ АСПЕКТ

Тема міжособистісних та статевих стосунків являє собою основний інтерес в сучасній популярній психології. Широкий спектр питань обумовлює досить велику кількість як класичної психологічної, так і науково-популярної літератури, присвяченій темі стосунків. Окремим питанням, яке набуває все більшу актуальність у ХХІ сторіччі є питання подружньої вірності.

І хоча інтерес і попит до інформації про зраду і невірність спостерігається ще з давніх-давен, потреба у нових наукових даних постає і на сьогоднішній момент. При достатній вивченості різних аспектів проблеми зради як соціально-психологічного феномена, все ж існують деякі аспекти, які ще є недостатньо дослідженими. Такими аспектами можуть виступати статеві особливості зради, як соціально-психологічного феномену, а також гендерні стереотипи як причини формування ставлення до невірності.

Дослідженням зради у розрізі гендерних та статевих особливостей займалась значна кількість зарубіжних та вітчизняних науковців. Серед них Естер Перель, О.С. Васильєва, Т.А. Гурко, Д. Майерс, Т.Н. Кочетова, І.Н. Хмарук, І. О. Медалєва та інші.

Тож актуальність досліджуваної теми полягає в тому, що інтерес до проблем подружньої невірності існує вже багато століть і неймовірно актуальний у сучасному суспільстві, але брак наукових даних стає на заваді комплексному дослідженню проблеми.

В сучасних підходах до досліджуваного питання під зрадою розуміють як мінімум дві абсолютно різні речі: зраду фізичну і зраду душевну.

Проте існує традиційна точка зору, згідно з якою невірність – цедобровільний статевий акт між особою, котра перебуває у шлюбі, і особою, що не є її або його подружнім партнером. Основними показниками подружньої зради виступають статеві стосунки з іншим партнером і заборона на них з боку шлюбного партнера, неприхований факт зустрічей.

Психолог Т.Н. Кочетова у своїй роботі «Соціальні уявлення про допустимість зради в контексті гендерних стосунків» зазначає, що з психологічної точки зору подружня зрада може мати місце, як в гармонійних, так і деструктивних союзах, що характеризуються підвищеною стресогенністю і дисгармонійністю, але існують додаткові чинники, що прискорюють або перешкоджають порушенню вірності партнеру. До них слід віднести: досвід дошлюбних зв'язків, вік людини, її сексуальну орієнтацію, вплив соціуму, здійснюване через національні

традиції, релігію; не менша роль належить особливостям особистісної сфери, коли зрада обумовлена соціальною незрілістю, конформністю, емоційною лабільністю, низькою самооцінкою, нестійкою життєвою позицією.

До основних факторів, які ініціюють зраду в романтичних або сімейних стосунках, відносяться соціальні, психологічні (самотність, самооцінка, страх близьких стосунків, емоційний компонент тощо), біологічні, економічні, релігійні та багато інших причин.

Принциповою особливістю психології зради є гендерна дифференціація, переважно заснована на гендерних стереотипах.

У питанні гендерного розмежування причин зрад існують суттєві розбіжності. Вважається, що до причин невірності чоловіків відносяться невдоволеність статевими стосунками, відсутність уваги партнерки, одноманітність у стосунках, помста за приниження або зраду, самоствердження, потреба «гострих відчуттів», різноманітність вражень, довга розлука з дружиною, часті відрядження, ініціатива жінки та ін. Існують стереотипи, що молоді люди і чоловіки позитивно оцінюють власну невірність, однак нетерпимі до жіночої зради. Чоловіки не вважають зрадою інтимний зв'язок без любові.

Причинами зради жінок виступають незадоволеність шлюбом, помста чоловікові, спосіб відчувати нові почуття, відчувати свою значимість, підвищити самооцінку, продовження відчуття молодості, почуття влади над чоловіком, кар'єрні причини. Вважається, що саме для чоловіків другим є незадоволеність у шлюбі, а для жінки це принципово.

Статевий компонент також відіграє важливу роль у формуванні ставлення до такого феномену як зрада. У традиційних шлюбних і подружніх стосунках відношення до невірності відрізняється причинною обумовленістю в залежності від того, зраджує жінка чи чоловік. Аналіз показав, що причини зради дружини досить чітко відрізняються від причин зради чоловіка. На перший план тут виступає те, що для чоловіків суто другорядне - незадоволеність у шлюбі. Значимість цього мотиву для жінок є дуже високою. В цілому задоволеність позашлюбними зв'язками у партнерів нижча, ніж в шлюбі, особливо у чоловіків.

Отже, зрада як ознака подружніх дисгармоній виникає на підставі сукупності причин, які становлять її мотиваційну основу. До факту зради відбувається формування психологічної готовності людини до неї, що виступає принциповою підставою її здійснення і являє собою сформовану схильність людини до зради, як і її передбачення. Роль психотерапевта в цій ситуації зводиться до того, щоб піддати сумніву культурно-соціальні основи проблемної ситуації і виявити справжнє ставлення до проблеми.

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІОНОЇ СФЕРИ У ДІТЕЙ З ДЦП

Останнім часом в Україні стала помітною тенденція до зростання кількості дітей, які мають порушення опорно-рухового апарату. До цього призводять як біологічні, так і соціальні чинники, які не можна вивчати окремо, оскільки вони є взаємопов'язаними і взаємообумовленими.

В даний час проблема ДЦП набуває не тільки медичної, а й соціально-психологічної значущості, оскільки психомоторні порушення, рухова обмеженість, особливості когнітивної та емоційно-вольової сфери заважають таким дітям адаптуватися до життя в суспільстві. За несприятливих обставин ці діти не можуть реалізувати свої здібності, не мають можливості стати повноправними членами суспільства. У сфері вивчення особистості дитини з ДЦП гостро стоїть проблема, пов'язана з дослідженням її емоційних проявів, оскільки емоційний аспект особистості є базовим для її цілісної характеристики.

Дитячий церебральний параліч представляє собою велику групу не прогресуючих хвороб центральної нервової системи, що клінічно проявляються різними моторними, мовленнєвими та психічними розладами.

При ДЦП має місце раннє, зазвичай внутрішньоутробне ураження або недорозвинення мозку. ДЦП, як правило, не є спадковим захворюванням. Причинами цих порушень можуть бути різні хронічні захворювання вагітної жінки, а також перенесені нею інфекційні (особливо вірусні) захворювання; різноманітні інтоксикації, несумісність матері і плоду за резус-фактором чи груповою приналежністю, недоношеність або неправильне положення плоду тощо.

У деяких випадках причиною ДЦП може бути акушерський травматизм, а також затяжні пологи з обвиттям пуповини навколо шийки плоду, що призводить до пошкодження нервових клітин головного мозку дитини в зв'язку з браком кисню. Іноді ДЦП виникає після народження внаслідок інфекційних хвороб, які ускладнюються енцефалітом, після важких ударів голови.

Особливе значення в психокорекції емоційних порушень дітей з ДЦП мають ігрові методи. У процесі гри формується активна взаємодія дитини з навколишнім світом, розвиваються її інтелектуальні, емоційно-вольові, моральні якості, формується особистість в цілому. Істотною психологічною ознакою гри є одночасне переживання людиною умовності та реальності ситуації, що створилася. В умовних обставинах, створюваних певними правилами, гра дозволяє людині переживати удачі, успіх, розкривати свої фізичні і психічні можливості.

Емоції - це одна із найважливіших сторін психічної діяльності, що характеризує переживання людиною дійсності. Вони є ключовою ланкою

нашого психічного життя. Людина не лише сприймає навколишні предмети і явища -- у неї формується певне ставлення до них. Спілкування з іншими людьми, природа, твори мистецтва, наука, власна праця -- все це викликає у неї різні переживання: любов, радість, повагу, захоплення, горе, гнів, страх. Без емоцій неможлива цілеспрямована діяльність людини. Саме тому рання профілактика та вчасна корекція емоційних розладів у дітей з ДЦП є однією з найважливіших проблем виховання та навчання таких дітей. Бо власне емоційний стан дитини є основою для подальшого розвитку та навчання дитини.

Дефіцит рухової активності, обумовлений дитячим церебральним паралічем, призводить до формування певного комплексу порушень емоційної сфери у дітей молодшого шкільного віку.

Формування емоційних розладів обумовлене як біологічними, так і соціальними чинниками, такими як ступінь вираженості рухового дефекту, неправильне виховання.

Невчасна корекція емоційних розладів у дітей з ДЦП призводить до патологічних рис особистості і в результаті до соціально-психологічної дезадаптованості особистості.

Відношення суспільства до дитини з грубими руховими розладами, і головним чином, ставлення її найближчого оточення мають істотне значення в процесі формування особистості. В результаті дефекту між дитиною з ДЦП і її соціальним оточенням будується певна взаємодія. Грубі порушення рухової сфери навіть при збереженні інтелекту заважають нормальній адаптації в суспільстві. Ці діти в значно більший мірі залежать від відношення соціального середовища під час вступу до школи і в процесі інтеграції в суспільстві, ніж нормальна здорова дитина. Саме тому роль соціального оточення при формуванні особистості дитини з ДЦП набагато важливіша.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

О.Ю. Повстюк,

Хмельницький національний університет

ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО ПОДРУЗЖЯ

Створення благополучної сім'ї є складним і відповідальним завданням, вирішити яке без активного сприяння соціальних, державних та інших служб молодят часто не вдається. Причинами виникаючих психологічних складностей, на думку багатьох дослідників є як природна реакція на зміни в житті, вікові зміни, використання неефективних моделей поведінки, що часто перейняті від батьківської сім'ї, так і недостатня ін-

формованість про можливості вирішення кризових чи конфліктних ситуацій інструментами психології. Актуальність дослідження обумовлена тим, що процес спілкування між партнерами у шлюбі, включає в себе низку нюансів, що в майбутньому можуть вплинути на психологічний клімат сім'ї і призвести до негативних наслідків.

Особливості спілкування майбутнього подружжя, та й загалом основні проблеми сімейного функціонування завжди були в центрі уваги психологів: Т. В. Говорун, С. Д. Лаптенко, С. В. Ковальов, Г. І. Оніщенко, О. Я. Кляпець, Ю. Юстіцкіс, Е. Г. Ейдемільер, Т. Гордон. Велика кількість українських і зарубіжних науковців досліджували чинники, що визначають готовність подружжя до сімейного життя, серед яких і вплив спілкування молоді в процесі формування сім'ї, а також можливі помилки, при цьому виникають. Дане питання досліджували Т. Л. Левицька, С. В. Ковальов, О. Я. Чебикін, Ф. Я. Кочкарова, Б. С. Круглов, Ю. Е. Альошина, Н. В. Грішина.

Подружжям або шлюбною парою називають форму людських взаємин, що регулюється сімейним правом, що визначає права і обов'язки між партнерами. Шлюб створюється на основі взаємної згоди, при готовності обох партнерів до утворення сім'ї. А. О. Денисенко розглядає стан психологічної готовності до шлюбу як стійкий стан особистості, що характеризує певну систему соціальних установок, поглядів та сімейних цінностей, орієнтованих на позитивні стосунки між подружжям.

Більшість психологів, які досліджують сімейні взаємини, підкреслюють важливість початкового періоду розвитку сім'ї. На цій стадії формується модель майбутніх сімейних стосунків, здійснюється розподіл прав і обов'язків, утворення духовних зв'язків між партнерами. Під час цього періоду ставлення партнерів один до одного змінюється, з'являється посилення почуттів, але в той же час у сосунках з генетичними сім'ями постає умовна відстань, дистанція. Вона може проявлятися різним чином, у вигляді просторової, або психологічної відстані.

Початок спільного життя подружжя вважається початком формування сім'ї, саме в цей період формуються індивідуальні стереотипи спілкування і встановлюється спільна, узгоджена позиція подружжя. Цей етап характеризується постійним пошуком, зокрема того типу взаємин, що задовольнятиме обох партнерів.

Важливим фактором, що визначає добробут майбутньої сім'ї є взаєморозуміння, без якого неможливе спілкування між подружжям та будь-яка координація дій.

Свій вплив на рівень взаєморозуміння між партнерами в шлюбі мають внутрішні та зовнішні чинники. Серед зовнішніх чинників можна виділити сукупність матеріальних та духовних умов, що існують в даному суспільстві. До внутрішніх відносяться індивідуальні психологічні особливості подружжя: інтелектуальні, характерологічні та соціально-психологічні особливості, уявлення, мотиви.

Існує декілька моделей спілкування, які використовуються подружжям. Однак, як зазначає В. Сатір, постає дисонанс між вербальним і невербальним спілкуванням. Утворюється двозначність слів, що найбільш поширена у неблагополучних сім'ях. Людина практично не усвідомлює, що при спілкуванні постають подвійні сигнали, тобто можна сприймати виключно буквальный сенс слів, або керуватися невербальною частиною спілкування, в більшій мірі просто ігноруючи слова.

Спілкування в сім'ї – важлива умова її життєдіяльності. Можна виділити декілька рівнів спілкування, які пари зазвичай обирають собі неусвідомо. Найбільш поширеними є чотири рівні, а саме:

- діловий – даний тип характерний для тих випадків, коли партнери прагнуть отримувати все те, що самі можуть дати натомість (ти – мені, я – тобі);
- ігровий – між партнерами відбувається щось на кшталт обману, або прагнення висвітлити реальність трохи кращою, ніж вона є насправді (є типовим для періоду дошлюбного знайомства);
- нормативний – спілкування формується на основі встановлених правил;
- духовний – рівень, що підкреслює рівність партнерів, вміння чути думку один одного та цінувати її.

При спілкуванні варто слідкувати за дотриманням «особистого простору» співрозмовника. Залежно від відстані, на яку ми можемо підпустити іншу людину, визначається відповідна зона. У шлюбі переважає інтимна зона, що дає можливість членам подружжя перебувати в найбільш близькому контакті, бути максимально відвертими, почуваючись при цьому комфортно. Це доводить важливість партнерів один для одного, цінність самої особистості не викликає жодних сумнівів.

Отже, уміння спілкуватися – це один з найголовніших моментів у подружньому житті. Для молодого подружжя максимально важливим етапом стосунків є вибір свого стилю спілкування, який буде комфортним для обох партнерів. Чоловік і жінка повинні мати можливість самовираження, для цього потрібно вміти висловити свою думку максимально коректно, а приймаючи рішення варто враховувати позицію обох сторін.

Науковий керівник: Г.А. Кошонько, канд. психол. наук, доц.

О.О. Половинкін,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

САМОТНІСТЬ ЯК ПРОБЛЕМА СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Самотність як стан існувала у всі часи, проте наш час дав новий розвиток цій проблемі, зараз це дійсно вагомий психологічний і соціальний феномен.

Самотність набуває суто психологічного забарвлення. Вона стає перш за все особистісною. Сьогодні інакше осмислюється вплив суспільства на індивіда, те як людина сама визначає себе у суспільстві, згідно з її внутрішнім станом.

Нажаль, нерідко самотність виникає у людей, які не позбавлені людського оточення: наприклад, відсутність уваги до себе протилежної статі, що також може викликати відсутність уваги друзів, колег і т.д.

Відсутність уваги викликає у людини відчуття непотрібності, людина починає ще більш замикатися у собі, у результаті чого зовсім позбавляє себе будь якої уваги, будь яких друзів та співрозмовників, залишаючи себе на одинці з собою. Бути з собою на одинці само по собі не робить людину самотньою, проте якщо людина надовго залишається на одинці проти свого бажання і не має уяви, як знайти собі оточення, вона замикається у собі, остаточно залишає себе в самоті.

У закордонній психології виділяють 9 підходів до розуміння стану самотності: психоаналітичний, феноменологічний, екзистенціональний, соціологічний, інтеракціоністський, когнітивний, інтимний, системний, міждисциплінарний.

Р. Вейс, представник інтеракціоністського підходу до проблеми самотності, схильний визначати самотність як «епізодичне гостре відчуття занепокоєння і напруги, пов'язане з прагненням людини мати дружні або інтимні відносини». Самотність з'являється в результаті недостатності соціальної взаємодії індивіда. Вчений підкреслює, що таке переживання не є тільки функцією чинника особистості або чинника ситуації, а виступає як продукт їх комбінованого, інтерактивного впливу.

Р. Вейс виділяє два основні типи самотності, що мають різні передумови і різний процес перебігу, а саме, «соціальну ізоляцію» й «емоційну ізоляцію». «Емоційна ізоляція» викликається відсутністю прихильності до конкретної людини, вона провокує «неспокій, тривогу, порожнечу». «Соціальна ізоляція» сприймається як «переживання людиною відсутності наявного кола соціального спілкування, значущих дружніх зв'язків або відчуття спільності» і спричиняє «відчуття розуміння безглуздя свого життя, своєї незначущості, напругу та нудьгу».

Опираючись на наведені погляди на самотність, можна виокремити дві точки зору на проблему самотності в сучасній психологічній літературі. Перша з них визначає розуміння самотності як стану, що «суперечить самій суті людини як істоти суспільної». Ця точка зору визначає самотність як феномен, який, на відміну від об'єктивної ізоляваності, відображає внутрішній розлад особистості людини, який сприймається нею, як неповноцінність своїх відносин зі світом, як «кризу очікування», втрату надії і розчарування у будь якій можливій перспективі. Погляд на самотність, як розрив соціальних зв'язків та поглиблення кризи самоідентифікації, визначається в психодинамічних, інтеракціоністських, ког-

нітивних, системних, феноменологічних, інтимних, соціологічних, між-дисциплінарних підходах.

Друга точка зору проголошує амбівалентне ставлення до самотності. З одного боку, визнається трагічність самотності, з іншого - підкреслюються можливості, які відкриває для становлення людини самотність, наприклад розмова із собою та розуміння власної унікальності і своєрідності. «Тільки в тиші власної душі людина усвідомлює глибоке значення свого особистого буття. Проте, окрім спокійної самотності, існує болісна і напружена самотність – туга, суб'єктивний стан духовної й душевної ізоляції, невизначеності, відчуття незадоволеної потреби в спілкуванні, людській близькості». Представники цієї точки зору К. Мустакас, С. Фландерс, Я. Ялом мають загальний позитивний погляд на розв'язання проблеми або зміни ставлення до неї. Один із шляхів подолання трагізму самотності – наявність багатого внутрішнього світу, можливості для розвитку якого, до речі, в свою чергу відкриває самотність. Володіючи багатим внутрішнім світом, людина не відчуває себе самотньою.

Розуміння феномену самотності не має єдиного джерела визначення і розвитку, але спільна риса всіх теорій у тому, що дана проблема особистості формується під впливом факторів: соціального тиску суспільства й ідентифікації особистості з іншими людьми та власної самоідентифікації.

Ми вважаємо, що єдиного еклектичного методологічного підходу до розуміння та вивчення феномена самотності у сучасному науково-практичному просторі не існує. Пошук та вдосконалення підходів розуміння і вивчення феномену самотності у сучасному суспільстві і може стати результатом подальших наукових досліджень.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

М.В. Прокопенко,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

РІВЕНЬ ЕМОЦІЙНОГО ТА СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКІВ

Розуміння емоційного та соціального інтелекту відіграє важливу роль у формуванні емоційного стану підлітків. Дослідження дозволяють побачити наскільки у підлітків розвинені ці два інтелекти.

Як підлітки розпізнають свої емоції та емоції інших людей. Чи здатні підлітки керувати і розуміти свої емоції та емоції інших людей. Чи здатні правильно розуміти поведінку людей. Це необхідно для ефективного між-особистісної взаємодії і успішної соціальної адаптації.

Соціальний інтелект це сукупність здібностей, що визначає успішність соціальної взаємодії. Включає в себе здатність розуміти поведінку іншої людини, свою власну поведінку, а також здатність діяти відповідно до ситуації.

Емоційний інтелект це група ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій оточуючих. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють свої емоції і почуття інших людей, можуть ефективно керувати своєю емоційною сферою, і тому в суспільстві їхня поведінка більш адаптивна і вони легше досягають своїх цілей у взаємодії з оточуючими.

Нами було проведено емпіричне дослідження серед 30 підлітків. Було застосовано: тест на визначення соціального інтелекту Гілфорда та тест на визначення емоційного інтелекту Хола.

За результатами було отримано, що 80 % опитуваних мають слабкі здібності до пізнання поведінки, і тільки 20 % - мають низький рівень. На жаль, серед опитуваних людей які мають високі здібності до пізнання поведінки соціального інтелекту не було. За результатами методики Хола в якій є 5 шкал, більше 60% чоловік мають низькі значення по всім шкалам, 30% мають середні значення і тільки 10% чоловік мають високі значення. Це означає, що рівень розвитку серед опитуваних, які мають уявлення про емоційний інтелект як про особистісні характеристики, що дозволяють розпізнавати свої емоції, керувати ними, розпізнавати почуття в кожній конкретній ситуації, мають дуже низькі показники.

Емоційний інтелект є головною складовою у досягненні максимального відчуття щастя та успішної самореалізації. EQ є незамінним чинником, що активізує і підносить нашу розумову вправність; тобто, коли людина визнає свої почуття і керується ними в конструктивний спосіб, то це збільшує інтелектуальні сили особистості. Підвищити рівень свого емоційного інтелекту цілком можливо, проте не за допомогою традиційних програм навчання, спрямованих на ту частину мозку, яка керує нашими раціональними ідеями. Тривала практика, зворотний зв'язок від колег, а також і особистий ентузіазм стосовно досягнутих змін у собі є істотними у справі успішної самореалізації.

Особи з низьким соціальним інтелектом можуть відчувати складнощі у розумінні й прогнозуванні поведінки людей, що ускладнює відносини та знижує можливості соціальної адаптації. Низький рівень соціального інтелекту може у певній мірі компенсуватися іншими психологічними характеристиками (наприклад, розвиненою емпатією, деякими рисами характеру, стилем спілкування, комунікативними навичками), і навіть може бути скоригований під час активного соціально-психологічного навчання.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ-СИРИТ ТА ДІТЕЙ, ПОЗБАВЛЕНИХ БАТЬКІВСЬКОГО ПІКЛУВАННЯ В ПРИЙОМНИХ СІМ'ЯХ І ДИТЯЧИХ БУДИНКАХ СІМЕЙНОГО ТИПУ

Питання захисту прав дітей на сьогодні є одним із пріоритетних напрямків реалізації державної політики. Конвенцією ООН про права дитини визначено, що дитині для повного і гармонійного розвитку її особи необхідно зростати в сімейному оточенні, в атмосфері щастя, любові і розуміння.

Але, на жаль, в інституційних закладах ще виховуються діти-сироти і діти, позбавлені батьківського піклування, які потребують влаштування у сімейні форми виховання. Вивчення та аналіз проблем влаштування дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, вказує на те, що сімейне виховання, безперечно виступає пріоритетною формою в Україні. Тема адаптації дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування в прийомних сім'ях і дитячих будинках сімейного типу є актуальною і значущою.

Метою роботи було вибрано узагальнення і систематизацію інформації щодо перебування дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування в інституційних закладах та влаштування дітей до прийомних сімей і дитячих будинків сімейного типу. Об'єктом дослідження роботи була адаптація дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування. Предметом дослідження - особливості адаптації дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування в прийомних сім'ях. Концептуальною гіпотезою - діти, які живуть в дитячих будинках, відчують депривацію різних типів, і це впливає на їх подальшу адаптацію в сім'ях. Існують відмінності в особливостях адаптації дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, які виховуються в прийомних сім'ях.

Згідно статистичних даних за 2018 рік по місту Дніпру кількість дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування складає — 1723. Із них:

- перебуває в сімейних формах виховання — 1532 (перебувають під опікою, піклуванням - 1234, виховуються в прийомних сім'ях - 142, виховуються в дитячих будинках сімейного типу - 156),
- перебуває в інтернатних закладах — 191.

Із загальної кількості дітей до сімейних форм виховання влаштовано 89%, до державних закладів - 11%.

Роль сім'ї для дитини надзвичайно важлива. Батьки дають дітям життя, відповідають за догляд, розвиток і виховання. Будь-яка психічна функція формується і перетворюється в процесі взаємодії дитини і дорослого. Діти сироти, не тільки фізично не можуть прожити самотійно і без

сторонньої допомоги і підтримки, але їй адаптуватися до життя в суспільстві без допомоги дорослих їм дуже складно. Як показують численні дослідження, утримання дитини в дитячому будинку в більшості випадків призводить до порушень в її розвитку.

Форми влаштування дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування	Кількість влаштованих дітей	Відсоток влаштування
Опіка, піклування	1234	71,00%
Приймна сім'я	142	8,00%
Дитячий будинок сімейного типу	156	10,00%
Державний заклад	191	11,00%

В ході дослідницької роботи було з'ясовано, що діти, які виховуються в дитячих будинках, підпадають під дію різних депривацій, і в першу чергу материнської, що призводить до різних негативних наслідків та розладів. Ці наслідки впливають на адаптацію дитини в новій прийомній сім'ї. Так само були розглянуті етапи адаптації дитини і прийомних батьків, основні проблеми прийомних сімей, способи виходу з конфліктних ситуацій.

Запорукою позбавлення негативних проявів та деформації соціального досвіду прийомної дитини є налагодження у прийомній сім'ї стосунків, побудованих на почутті єдиної родини, відсутності поділу на вихователів та вихованців, рідних та прийомних дітей. Саме такі умови є найбільш сприятливими для адаптації дитини до сімейного життя, яка, на жаль, має досвід асоціальних проявів у рідній родині, пережила психологічний стрес через втрату близьких, пройшла систему інституційних закладів.

При перебуванні дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування в замісуючих сім'ях виникає потреба у наданні кваліфікованої психологічної допомоги дітям і прийомним батькам, в організації професійної підготовки прийомних батьків та їхнього орієнтування на забезпечення реалізації інтересів дитини, її гармонійного фізичного і психічного розвитку.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

Д.О. Райдберг,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ФЕНОМЕН ІРРАЦІОНАЛЬНОГО МИСЛЕННЯ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Кожен з нас щодня приймає безліч рішень і багато хто вважає, що робить вибір цілком обгрунтовано. В реальності ж ми схильні до різних неконструктивних думок і в підсумку можемо невірно оцінювати як шан-

си на успіх, так і наслідки цього вибору. Йдеться про те, що які б явища і події не складали сутність психологічних труднощів людини – більшість з них можуть бути скороченими до різних форм дисфункціонального мислення, вивчення якого, як нам здається, є обґрунтованим з точки зору потреб сучасної теорії і практики психології.

Раціональне та ірраціональне в житті людини, в її пізнанні навколишнього світу і практичної діяльності є нерозривною єдністю. Поняття раціонального стоїть у центрі уваги філософії починаючи з давніх-давен. Якщо інтегрувати наукові визначення щодо раціонального, то можна сказати, що раціональне – це сукупність форм і методів такої діяльності, в основі якої лежить розум і мислення, які обумовлюють концептуально-дискурсивне і логічне бачення світу. При цьому ірраціональне зазвичай трактується «від зворотнього» і розуміється як таке, що не підкоряється законам логіки, що не може бути зрозуміле розумом і що принципово не схоже на раціональне. При цьому ірраціональні думки і поведінка є ідеосінкретичними, тобто виключно особистими і передбачається, що вони не збігаються з думкою більшості. Але при цьому ірраціональне зустрічається у багатьох людей. В межах раціонально-емотивного підходу розуміється, що ірраціональні переконання відіграють негативну роль у соціальній адаптації людини, на відміну від раціональних. Ідея про те, що поведінка і емоційні реакції людини багато в чому залежать від їх внутрішньої оцінки подій, не нова. Ще в першому столітті нашої ери римський стоїк Епіктет писав: «Людей турбують не події, а те, як вони їх сприймають».

При цьому такі вчені як А. Адлер, А. Бек, К.Хорні підкреслювали, що ірраціональні оцінки подій призводять до емоційних і поведінкових розладів.

За А. Беком, основоположником когнітивної психології, в процесі людського мислення можна виділити такі три рівні:

1. Довільні думки: найбільш поверхневі, легко усвідомлювані і контрольовані.

2. Автоматичні думки – як правило, це стереотипи, нав'язані нам в процесі дорослішання і виховання.

3. Базові схеми і когнітивні переконання, тобто глибинний рівень мислення, що виникає в області несвідомого, який найважче піддається зміні.

Всю інформацію, що надходить, людина сприймає на одному з цих рівнів (або на всіх відразу), аналізує, робить висновки і вибудовує на їх основі свою поведінку.

Неконструктивні думки А. Бек називав когнітивними помилками. До них відносяться, наприклад, спотворені умовиводи, які явно не відображають дійсність, а також перебільшення або применшення значущості тих чи інших подій, персоналізація (коли людина приписує собі значимість подій, до яких, за великим рахунком, не має відношення) і надузгаальнення (на підставі однієї дрібної невдачі людина робить глобальний висновок на все життя).

Універсальною причиною ірраціонального мислення, на думку А. Елліса, є «тиранія повинності», коли людина ригидно змушує себе та інших обов'язково слідувати певним стандартам. При цьому відхилення від поставлених людиною стандартів веде до таких когнітивних оцінок ситуації як катастрофізація, прокляття, самознищення та ін.

Так, за А.Еллісом саме ірраціональні переконання призводять до неадекватної емоційної оцінки ситуації і, як наслідок, зумовлюють неконструктивні трансформації емоційної сфери. Ці переконання виникають в результаті неправильного навчання в процесі розвитку особистості. При цьому деякі вчені вважають, що ірраціональна поведінка аж ніяк не хаотична, а підпорядковується певним моделям і тому цілком передбачувана.

Таким чином, всі люди іноді діють ірраціонально в певних ситуаціях, в силу біологічної та соціальної схильності до цього. Ірраціональні переконання виникають мимоволі, включають в себе глибинні уявлення людини про себе і про світ, в яких зафіксовано минулий досвід, який часто дезадаптивний за своєю суттю, тому що запускає роботу психологічних захистів і компенсаторних установок особистості. Найчастіше ірраціональні переконання неусвідомлювані, але саме їх усвідомлення призводить до їх подолання і людина отримує можливість стати на шлях позитивних змін, особистісного зростання і т.ін., що, в свою чергу, сприяє її самореалізації і самоактуалізації.

Науковий керівник: Н.В. Грисенко, канд. психол. наук.

Е.Т. Расулова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ

Психосоматичні співвідношення це проблема не сьогодення, а і не тільки медична, а і соціальна проблема. У широкому сенсі цього слова - це проблема існування людини. Історія психосоматики сходить до Гіппократа і Аристотеля, тому що саме Гіппократ об'єднував психічний і соматичний стан. Разом з тим, він це підкреслював, і про це свідчить визначення меланхолії, яке дав Гіппократ: «меланхоліки страждають не тільки поганим настроєм, а й відчувають біль в животі, як ніби їх колють тисячами голок».

Вивчення механізмів розвитку психосоматичних захворювань закономірно призводить до питання про особистісної схильності не тільки до формування подібних розладів в цілому, але і про їх органної спрямованості. В даному контексті виникло уявлення про фактор психосоматичної специфічності, який визначає, чому у одного пацієнта виникає розлад, наприклад, серцево-судинної системи, а в іншого - травного тракту і т. д.

У 40-ві-60-ті рр. в роботах Ф. М. Александера була показана та роль, яку відіграють у розвитку психосоматичних захворювань не одноразові переживання психотравмуючої ситуації, а затяжні, що повторюють негативні емоції. При цьому до розвитку специфічних тілесних розладів призводять як негативні емоції самі по собі, так і особливо процес їх стримування.

Спектр хронічно усунутих емоцій значною мірою індивідуальний, його специфічність визначається особливостями пацієнта. Александером була виявлена певна психосоматична специфічність тих чи інших емоцій: викликаються ними тілесні порушення проявляються саме в тих системах організму, до яких дані емоції мають «спорідненість». Так наприклад, почуття гніву призводить до розвитку серцево-судинних захворювань, почуття залежності - виразковій хворобі шлунка, а витіснення сексуальні бажання - бронхіальної астми.

В результаті виникнення психосоматичних розладів по Александеру пояснюється взаємодія трьох чинників: психологічних, фізіологічних і соціальних. Як психологічних чинників виступають специфічні особистісні, «психодинамічних» особливостей, недозволені внутрішні конфлікти, що визначають той набір звичних негативних емоцій, які людина відчуває в емоціогенних ситуаціях. Фізіологічний фактор, що визначає ту слабку ланку в організмі, на яке припадає основний удар негативних емоцій - це конституціональна неповноцінність (підвищена уразливість) тих чи інших органів. І нарешті, соціальний фактор, який грає роль пускового моменту - несприятливі впливи життєвого середовища. Як вказував сам Александер, «специфічність слід шукати в конфліктній ситуації» (маючи на увазі збіг конфлікту зовнішнього і внутрішнього, що підходять один до одного, як ключ до замка). На даний час подібну точку зору можна вважати загальноприйнятною; в якості прикладу звернемося до висловлювання Г. Айзенка (1978) про те, що невроз завжди виникає з двох джерел, представляючи собою результат поєднання стресового впливу та індивідуальної схильності.

Інший підхід до проблеми психосоматичної специфічності був запропонований Ф. Данбар. Згідно з її теорії, в основі психосоматичних розладів лежать особливості індивіда, що визначають особливу вразливість тих чи інших внутрішніх органів. Так наприклад, така особистісна риса, як тривожність, призводить до розвитку ішемічної хвороби серця, а гіпертрофована незалежність - до підвищеного травматизму. Подібний набір психологічних характеристик, що визначає специфічність виникнення тих чи інших психосоматичних розладів, становить особистісний профіль пацієнта - наприклад, «виразковий» або «коронарний». При цьому, на думку Данбар, особам, які страждають психосоматичними захворюваннями, властиві і певні спільні риси - такі, як 1. схильність до відволікання від реальності і недостатнє залучення в поточну ситуацію, поряд з 2. недостатньою здатністю до словесного опису нюансів своїх емоційних переживань.

Дана модель розроблена на основі теорії контролю, що представляє собою теоретичний фундамент так званої терапії реальністю. Її автор У. Глассер визначив сутність теорії контролю наступним чином: «...наша поведінка завжди являє собою прояв спроби контролювати світ і самих себе як частину цього світу з метою найбільш повного задоволення наших потреб» (Glasser W., 1989, цит. За Р. Нельсон-Джоунс, 2002). Тим самим людина сама по собі розглядається як деяка система контролю, мета якої - підпорядкувати своєму впливу оточуючих. Ці уявлення, на наш погляд, перегукуються з концепцією локусу контролю за Дж. Роттер (інтернальності / екстернальності). У даній моделі підкреслюється, що психосоматичні розлади є активним процесом і результатом власного вибору страждаючих ними людей (в основному неусвідомлюваного). Хвороба - це неадаптована поведінка (не ефективний спосіб контролю), який людина вважає за краще для управління навколишньою дійсністю. Наприклад, згідно з подібною точкою зору депресія у пацієнта виникає не сама по собі, а внаслідок того, що він вводить себе у стан депресії, тобто вважає за краще бути пригніченим, нещасним, страждаючим. Подібна модель, очевидно, включає в себе трансформацію традиційних уявлень про «вторинні вигоди» конверсійних і психосоматичних розладів з акцентом на їх інфантильну природу.

Перегляд поглядів класичного психоаналізу привів до формування уявлень про існування певних типових внутрішніх конфліктів і особистісних рис, що привертають до виникнення психосоматичних захворювань (Любан-Плоцца Б. та ін., 1994). З числа всередині психічних конфліктів при цьому називаються:

1. Втрата об'єкта.
2. Нарцисична травма.
3. Агресивний захист.

Що стосується згаданих психологічних рис, то вони являють собою результат порушень певних періодів вікового розвитку особистості, в термінах класичного психоаналізу описують як фіксація, або «застрягування» на відповідному етапі психологічного розвитку. У сучасному трактуванні вони пов'язані зі схемою «епігенезу ідентичності» за Е. Еріксоном (1996; 1995).

1. Слабкість «Я», невпевненість, що є наслідком порушеної «базової довіри», що формується в ранньому дитячому віці (стадія формування базової довіри / недовіри до світу, за Е. Еріксоном).

2. Орально - нарцисичне порушення. Йому відповідає так званий оральний характер по З. Фрейду, що характеризується схильністю до тривожності, депресії, не перероблені переживання втрати об'єкта (розриву відносин із значущими, близькими людьми).

3. Захисна поведінка, пов'язана з підсвідомим бажанням відновлення відносин із значущими фігурами в формі залежності від них або «оволо-

діння» ними. Цьому відповідає «анальний характер» по З. Фрейду або порушення на стадії формування автономності / залежності, за Е. Еріксоном.

4. «Душевна порожнеча» - механістичність душевного життя, відірваність від усвідомлення власних «рухів душі», що приводить до компенсаторного вираження емоцій на тілесному рівні. Подібне порушення виникає на більш пізніх етапах вікового розвитку (за Е. Еріксоном, стадія формування компетентності і наступні за нею етапи, що виникають у зв'язку з соціалізацією).

За допомогою цієї класифікації ми хочемо з'ясувати причини появи психосоматичних захворювань. А це можливо в майбутньому більш легке визначення причини виникнення цих захворювань, що сприяє більш швидкому їх лікуванню.

Науковий керівник: В.О. Бикова, канд. пед. наук, доц.

О.О. Романюк,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

СУЧАСНА СІМ'Я ТА СІМЕЙНІ ЦІННОСТІ

Однією з актуальних проблем сучасної психології є проблеми сім'ї та трансформації сімейних цінностей. Уявлення про сім'ю є частиною світогляду людини. Система цінностей людини є «фундаментом» його ставлення до світу.

Сучасна наука не дає нам одного, чітко визначеного поняття сім'ї. За всю історію філософської думки, жоден з великих мислителів, таких як Платон, Арістотель, Кант, Гегель та ін., не надали єдиного, загальноприйнятого визначення цього соціального явища. В сучасному світогляді, сім'я – це специфічна мала соціально-психологічна група. Цим визначенням підкреслюється характерна для сім'ї особлива система міжособистісних відносин, якою керують з різною долею значущості традиції, моральні норми та закони.

Для людства сім'я, як соціальний інститут, завжди була джерелом підвищеної зацікавленості і уваги. В усіх періодах історії людства, незалежно від його соціальної чи матеріальної розвиненості, є можливість прослідкувати виокремлення сім'ї як соціальної одиниці. Сім'я забезпечувала, з одного боку, фізичне відтворення людства, що чим глибше у історію, тим більше мала значення, як фактор.

З іншого боку, сім'я впливає на формування, розвиток та зміну системи цінностей людини, її соціально-психологічних установок. Сім'я також виконує і господарські, і побутові, і інші соціальні функції.

На формування сучасних цінностей шлюбних відносин і сім'ї сучасної молоді, можна виділити цілий ряд чинників. До них відносяться такі

зміни у суспільстві як соціально-економічні та демографічні зміни сучасності. Саме ці чинники мають основний вплив на ставлення молоді до інституту сім'ї. Не варто зменшувати й вплив ЗМІ на психоемоційне налаштування молоді, особливо піднесення цінностей статевого життя над цінностями істинної любові і відповідальності.

Як і будь-яке соціальне явище, сім'я зазнавала і зазнає змін своєї форми і сутності. На даний час, можна спостерігати кардинальні зміни сім'ї нарівні з іншими основами сучасного суспільства. Війни, революції, фінансові кризи, ідеологічний вплив поступово руйнують авторитарний базис сім'ї. Зміст поняття «сім'я», як союз чоловіка і жінки, з одного боку, і, з іншого боку, як союз батьків і дітей, починає втрачати закладений історично і психологічно сенс цілісності.

Отже, на сьогодні уявлення про шлюб, сім'ю та розподіл сімейних ролей у молоді зазнає суттєвих змін. Відбувається трансформація сімейних цінностей. Через це відбувається зростання числа розлучень, позашлюбної народжуваності, кількості цивільних шлюбів, збільшення числа неповних сімей та так званих «гостьових сімей». Також у молоді відбувається зміна шлюбних установок і розуміння розподілу ролей в сім'ї.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

О.О. Романюк,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Гендерні стереотипи склалися в суспільстві ще за часів давньогрецьких філософів. Якись з них залишалися, інші – замінювалися. В наш час перестали існувати багато стереотипів, які були прийняті в суспільстві якихось 50 – 80 років тому. Окрім того змінився погляд на саму стать. Останнім часом часто можна зустріти таке поняття як психологічна стать. Основними її складовими елементами є статеве самосвідомість як відчуття, усвідомлення і прийняття власної статевої приналежності. Насьогодні найбільше зустрічається андрогінний тип особистості (біля 80%). Він визначається як поєднання традиційно жіночих і чоловічих рис, є важливою психологічною характеристикою людини, яка визначає її здатність варіювати поведінку залежно від ситуації; вона допомагає формуванню стійкості до стресів, сприяє досягненню успіхів у різних сферах життєдіяльності. Такий великий відсоток може бути результатом того, що наше суспільство намагається досягти рівності статей і тому, велика більшість людей має психологічні характеристики як чоловіка так і жінки.

Щодо стереотипів в сучасності, то на даний момент суспільство не підтримує багато з тих стереотипів, які були актуальні 30-50 років тому.

Оточуючі більш спокійно відносяться до того, наприклад, що чоловік виховує дітей, а жінка працює; що жінки керують автомобілем; що жінка буде кар'єру, а не сім'ю; що жінки обирають технічні професії, а чоловіки - гуманітарні. Насьогодні суспільство дає більше свободи в реалізації свого потенціалу, незалежно від твоєї статі. Це дає майже однакові можливості для кар'єрного та особистісного розвитку як чоловіка так і жінки.

Також залишаються «неоднозначні» стереотипи, які знаходять на межі між зниженням своєї значущості і підтримуваності в суспільстві та з тим, що в найближчий час можуть стати прийнятими в соціумі. Це, наприклад, стереотип про те, що перший крок у відносинах завжди повинен робити чоловік. Однозначно говорити про те, що такі стереотипи вже вважаються забутими у всьому світі не можна, бо існує така річ як народ та його традиції.

Але, незважаючи на те, що багато стереотипів втратили свою доцільність у сучасному суспільстві, все ж деякі з них залишаються існувати на сьогодні, і, на мою думку, існуватимуть ще доволі довгий час. Це такі стереотипи як «жінка це берегиня домашнього вогнища, чоловік – годувальник сім'ї», тобто не всі члени суспільства можуть зруйнувати цей стереотип, який формувався в нашій свідомості віками; «жіноча логіка відрізняється від чоловічої»; «жінки більш емоційні, ніж чоловіки»; також в суспільстві досі існує стереотип про те, що жінки говорять натяками, їх «ні» часто означає «так».

Всі стереотипи можна розділити на ті, авторство яких можна приписати чоловікам і на ті, які вигадали жінки. До суто чоловічих стереотипів ми можемо віднести такі як «жіноча логіка відрізняється від чоловічої», «всі жінки хочуть дітей і заміж», «жінки гірше керують автомобілем», «жінки говорять натяками; їх «ні» часто означає «так»». До суто жіночих – «для жінки головне – вдало вийти заміж», «жінки більш емоційні, ніж чоловіки», «перший крок у відносинах завжди повинен робити чоловік», «чоловік гірше виховує дітей, ніж жінка». Також існують такі стереотипи, які є як жіночими так і чоловічими, це такі як «жінка це берегиня домашнього вогнища, чоловік – годувальник сім'ї», «чоловікам більш притаманні лідерські та управлінські якості, а жінки більш схильні до організаторської та виконавчої діяльності», «чоловіки більш схильні до точних наук, тоді як жінки – до гуманітарних», «для жінки головне бути привабливою, красивою, а для чоловіка – розумним».

Цікавим є той факт що жінки дотримуються деяких раніше суто чоловічих стереотипів. Це такі стереотипи як: «жіноча логіка відрізняється від чоловічої», «жінки говорять натяками; їх «ні» часто означає «так»». Також видно, що жінки почали спростовувати суто жіночі стереотипи, це «для жінки головне – вдало вийти заміж», «чоловік гірше виховує дітей, ніж жінка».

Можна помітити аналогічну тенденцію серед чоловіків: вони дотримуються суто жіночого стереотипу такого як «жінки більш емоційні, ніж чоловіки», та спростовують суто чоловічий – «всі жінки хочуть дітей і заміж».

Жінки спростовують такі жіночо-чоловічі стереотипи як «чоловікам більш притаманні лідерські та управлінські якості, а жінки більш схильні до організаторської та виконавчої діяльності», «чоловіки більш схильні до точних наук, тоді як жінки – до гуманітарних», «для жінки головне бути привабливою, красивою, а для чоловіка – розумним», а чоловіки – «для жінки головне бути привабливою, красивою, а для чоловіка – розумним».

Можна зробити припущення, що через тенденцію рівностей статі у суспільстві, ми можемо спостерігати такі зсуви у стереотипному мисленні. Через те, що жінка почала виконувати чоловічу роботу, вона набула схильності підтримувати суто чоловічі стереотипи, та спростовувати суто жіночі. Подібна ситуація через подібні умови спостерігається і у чоловіків.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Ш.Б. Сапаров,

*доц., канд. психол. наук,
Нукусский государственный педагогический институт,
г. Нукус, Узбекистан*

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ ПОДРОСТКОВ

Ценностные ориентации - сложный образованием человеческой личности, важный компонент ее направленности. Ценности - это определенная иерархическая система образцов поведения, идеалов, моральных норм и целей, которыми руководствуется каждый отдельный человек в различных аспектах своей жизни.

Ценностные ориентации, в отличие от ценностей, являются базовыми установками для принятия решений и регуляции поведения.

Бесспорно, ценностные ориентации, присущие одной конкретной человеку, не должны противоречить друг другу. Собственно такая согласованность и непротиворечивость является показателем устойчивости личности.

Актуальность данной проблематики и необходимость рассмотреть ее глубже обусловлена тем, что первичным очагом, в котором ребенок воспитывается и учится различать понятия «хорошо» - «плохо», «достойное» - «недостойное».

Многие ученые-психологи обращались к проблеме ценностных ориентаций. Они считают, что ценности и социальный опыт содержатся в структуре «Сверх-Я» (Super-ego), которая наиболее активно начинает формироваться с 7-летнего возраста. По мнению ученых, человек - моральная, Божья существо, но в сфере своей личной жизни она эгоистом (в силу своей природы). Эгоистом человек является до конца жизни. Одна-

ко есть структура «Сверх-Я», более зрелая, мудрая, выше, чем «Я». Она руководит и сама управляемая разумом, волей, ценностных ориентаций, добродетелями, свободным выбором. Имея возможность свободно действовать, человек выбирает для себя «наставника»: «Я» или «Сверх-Я».

Ученые делят ценностные ориентации на абсолютные вечные ценности (нравственность), национальные (патриотизм), гражданские (демократизм), семейные ценности (родство) и ценности личной жизни (характерность).

В процессе воспитания, детей важно научить анализировать и правильно оценивать свои ценностные ориентации, корректировать их в интересах развития профессиональной направленности.

Цель нашего исследования - определить, насколько ценностные ориентации подростков, их мировоззрение и способ оценки мира связаны с теми же индивидуально-личностными характеристиками, присущими их родителям.

В исследовании мы ставили перед собой следующие задачи: 1) определить, для современных подростков родители являются авторитетными людьми, или же из родителей подростки берут пример и к ним уподобляются в оценке мира; 2) выяснить, кто из родителей (мать или отец) имеет наибольшее влияние на формирование ценностно-ориентационной сферы своего ребенка; 3) определить, подростки доверяют своим родителям, или в основном руководствуются мнением сверстников, как считают некоторые психологи 4) понять, связаны ли между собой степень доверия подростка к родителям с тем, принимает он от родителей их ценностные ориентации.

Кроме того, можно сказать, что чем больше доверия и искренности в отношениях между ребенком и его родителями, тем больше она с ними идентифицируется и тем более (по каждой из перечисленных ценностных ориентаций) стремится уподобиться папы или мамы. Только тогда будет считать их для себя образцом.

Итак, можем сделать вывод, что наиболее значимыми ценностными ориентациями для современных подростков это возможность познания, продуктивную жизнь, возможность собственного развития и самосовершенствования. Наименее существенной ценностной характеристикой является любовь к искусству и созерцания природы.

Ценностные ориентации современных подростков существенно зависят от тех ценностных ориентаций, которыми обладают их родители. Поэтому не всегда родителям стоит «переводить» вину за негативные поступки своих детей на воздействие телевидения или сверстников. Все-таки родители остаются для детей подросткового возраста авторитетными людьми и изрядно степени мировоззрение молодого человека формирует-ся под их, родительским (сознательным или неосознанным) влиянием.

Дети стремятся общения с родителями и доверия к ним. Ее уровень существенно влияет на принятие подростком идеалов и норм поведения,

присущих родителям. Мы не можем утверждать, что кому-то из родителей ребенок доверяет больше (или меньше), поскольку в каждой семье определяются другие тенденции.

Всего в личных, душевных делах больше доверия подростки проявляют к маме (независимо мальчики или девочки), однако и доверие отца не менее важно. При ее наличии подростки перенимают от отца следующие черты: стремление дружбы, определенные деловые качества, ценность интеллектуального роста и совершенствования, в то время как от матери чаще всего подражают альтруизм или эгоизм, стремление к деньгам, к материальным благам.

А.Е. Саркисян,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ІНФОРМАЦІЙНА ПСЕВДОДЕБІЛЬНІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Більшість сучасних людей переконані, що цифрові технології – благо для суспільства, а те, що відбувається з нами в новому інформаційному середовищі, тільки покращує наше вміння мислити і сприймати світ.

Тим часом, вчені відзначають факт, що під впливом інформаційного середовища вистає інтелектуальна меншість, яка буде здатна усвідомити існуючі ризики і знайде засіб протистояти їм.

Рей Курцвейл – особистість, без перебільшення, легендарна. З перемогами на терені інформатики його вітали президенти США Ліндон Джонсон і Білл Клінтон, який вручив Курцвейлу в 1999 році «інформаційного Нобеля» – National Medal of Technology.

Р. Курцвейл створив перший музичний синтезатор, першим навчив комп'ютери розпізнавати людську мову. І це тільки його особисті досягнення, не рахуючи роботи на Google, IBM тощо. Зараз Р. Курцвейл працює над свідомістю помічника, який «міг би давати відповіді на питання – ще до того, як ви їх сформулюєте».

Утім, Рей Курцвейл, звичайно, більш відомий як футуролог. У книзі «Епоха духовних машин» він сформулював «закон прискорення віддачі», який дозволяє йому з дивовижною точністю – буквально по роках – передбачати досягнення в області розвитку комп'ютерних технологій і штучного інтелекту. Прогнози Р. Курцвейла збуваються з точністю: телефони з bluetooth, синхронний комп'ютерний переклад, Siri, 3D-відео і окуляри з доповненою реальністю, суперкомп'ютер IBM Watson, гуглівські машини без водіїв і тощо.

Р. Курцвейл переконаний, що до 2029 року комп'ютер зможе пройти «тест Тьюринга». Тобто він упевнений, що машина скоро продемонструє нам здатність не тільки думати, але і переживати емоції, розуміти метафори, буде володіти «суб'єктивним досвідом» і почуттям гумору.

Тепер, будь ласка, вдумайтесь: через якихось 15 років Ви, сидячи за комп'ютером, не зможете зрозуміти, хто ваш співрозмовник – справжня людина або машина (в цьому, власне, і полягає «тест Тьюрінга»).

Питання ж, насправді, в іншому: чи впорається в 2029 році з «тестом Тьюрінга» справжня людина?

Нещодавно авторитетний психолог Л. Ясюкова повідомила, що за результатами проведеного нею дослідження стрімко зростає інтелектуальний розрив між людьми, в чому й полягає основна проблема так званого «цифрового дебілізму».

Ще одним доказом цього може стати картина психічних захворювань і розладів, так званий патоморфоз, коли картина психічних розладів може змінюватись, що можна було спостерігати наприклад на рубежі XIX і XX століть. Так, наприклад, можна відзначити зміну поведінки людей, що страждають, скажімо, від параної, якщо раніше такі пацієнти демонстрували яскраву симптоматику починаючи від марсіан, що вселилися в тіла людей і закінчуючи інструкціями, які передають у вечірніх новинах у закодованому вигляді.

Зараз же пацієнти у більшості випадків скаржаться на тривожність, збудливість, відчуття ворожого погляду тощо. Причому це не пов'язано з сучасними ліками, адже дебют захворювання не повинен був мінятися. Це помітив також ректор вищої школи методології, професор А. Альохін під керівництвом якого було проведене дослідження, в ході якого було виявлено, що у людей, народжених після 80-хх років, майже зникла структура бачення ситуації і вони навіть не можуть сформулювати, що їх непокоїть.

Досить легко провести паралель між даними описаного дослідження і нашим повсякденним життям, у якому в нас дуже активно розвивається «лайкове мислення»: якщо подобається – «лайкаємо», якщо ні – йдемо далі.

І ось ми дійшли до того, що відрізняє звичайного розумово відсталого від так званого «псевдодебіла».

Якщо розумово відстала людина не здатна оперувати складними поняттями в принципі, то мозок пересічного «мешканця інтернету» ніщо не заважає тренувати, проте постає питання: «Навіщо йому тренуватися, якщо і так непогано?»

Псевдодебільність (псевдо-помилкова) – результат небажання бути розумним, розвивати і тренувати свій мозок, складати складні інтелектуальні об'єкти. При цьому патологій розвитку мозку в людини немає. Таким чином індивід сам, добровільно регресує, потрапляючи в залежність від цифрових інформаційних технологій.

Саме через такі думки і виникає запитання: чи здатна буде пересічна людина пройти тест Тьюрінга через 10-15 років?

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СТРАХІВ, ТРИВОЖНОСТІ ТА ТРИВОГИ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Вступ дитини до школи є досить різкою зміною її життя та діяльності. Дитина йде до школи з фізичною і психологічною готовністю до цієї зміни. У шкільному навчанні використовуються і продовжують розвиватися фізичні і розумові сили, формуються психічні властивості молодшого школяра. Це – період формування особистості, вибору життєвого шляху, оволодіння соціальними нормами і правилами.

Важливим є те, що розуміння небезпеки, її усвідомлення формується в процесі життєвого досвіду дитини та міжособистісних стосунків, в які вона вступає, коли деякі байдужі для дитини подразники поступово здобувають характер загрозливих впливів.

Метою статті є з'ясувати особливості взаємозв'язку страхів та тривожності молодшого школяра.

Значні проблеми розуміння пов'язані зі співвідношенням понять тривожність (тривога) і страх. Розмежування явищ тривоги і страху, закріплене у відповідних поняттях (angst - нім., anxiety - англ., angiosse - фр. - страх-туга, на відміну від furcht - нім., fear- англ. та інші - конкретний, емпіричний страх-страх) відбулося лише на початку XIX в. і пов'язано з ім'ям С. Кьєркегора, що послідовно розводив конкретний страх (furcht) і невизначену, беззвітну страх-тугу (angst). До цього часу усе, щосьогодні ми відносимо до явищ тривожності та страху, описувалося й обговорювалося під загальним поняттям „страх” (що часто зустрічається і в даний час).

Сьогодні найбільш поширена точка зору, що розглядає *страх* як реакцію на конкретну, визначену, реальну небезпеку, а *тривожність* – як переживання невизначеної, неясної, необ'єктивної погрози переважно уявлюваного характеру. Відповідно до іншої позиції, страх відчувається при погрозі „вітальної”, коли щось загрожує цілісності або існуванню людини як живої стоти, людському організму, а тривожність при погрозі соціальної, особистісної. Небезпека в цьому випадку погрожує цінностям людини, потребам „Я”, його уявленням про себе, відносинам з іншими людьми, положенню в суспільстві. Подібний підхід лежить і в основі визначення тривожності, даного в наряд чи не першій роботі з психологічного вивчення тривожності в СРСР - дослідженні, проведенному грузинським психологом Н. Імедадзеу 1966 р.. Тривожність розуміється автором як „емоційний стан, що виник перед можливістю фрустрації соціальних потреб”.

Своєрідним вираженням цієї точки зору є положення Ф. Перлза: «Я схильний вважати, що всяка тривога є страх перед публікою. Якщо це

не острах перед публікою (тобто зв'язана з виконанням), тоді розглянуте явище є страх. Або тривога є спробою перебороти страх ніщо, представляється часто у формі „ніщо–смерть”. Разом з тим, в іншому місці Ф. Перлз розглядає тривожність і страх з погляду відносин до зовнішньої і внутрішньої погрози і розглядає тривожність як чисто фізіологічну реакцію:

„Страх викликається деяким небезпечним об'єктом у середовищі, з яким потрібно що-небудь зробити або уникати його. Тривожність же –внутрішньоорганічне переживання, що не має прямого відношення до зовнішніх об'єктів”.

Виділення в якості власне психологічного критерію різного характеру цими емоційним і станами дій:відходу від ситуації або боротьби з нею при страху і недиференційованій пошуковій активності при тривозі підкреслюється й у багатьох експериментальних роботах. Існують також експериментальні дані про розходження тривожності і страху по цілому комплексі психологічних, фізіологічних і біохімічних показників.

У деяких дослідженнях страх розглядається як фундаментальна емоція, а тривожність - як формування на його основі, часто в комбінації з іншими базовими емоціями, тобто більш складне емоційне утворення. Так, відповідно до теорії диференціальних емоцій, страх – фундаментальна емоція, а тривожність – стійкий комплекс, що утворюється в результаті сполучення страху з іншими фундаментальними емоціями: „...тривожність... складається з домінуючої емоції страху і взаємодій страху з однієї або декількома іншими фундаментальними емоціями, особливо зі стражданням, гнівом, провинною, соромом і інтересом”.

Ця позиція носить локальний характер і за межами зазначеної теорії знаходить порівняно мало послідовників, особливо в тих випадках, коли мова йде про вивчення стійких форм тривожності. І. Сарасонта інші проводять розмежування між тривожністю і страхом, виходячи зі спрямованості уваги: при страху увага індивіда спрямована зовні, при тривожності–усередину, людина фіксується на своєму внутрішньому стані. Нерідко, однак, тривожність і страх використовують як взаємозамінні поняття.

Складність застосування зазначених точок зору до аналізу страху і тривоги у дітей, як підкреслювалося неодноразово, пов'язана, принаймні з двома обставинами. *По-перше*, з тим, що розмежування зовнішньої і внутрішньої, визначеної і невизначеної погрози виникає в онтогенезі досить пізно. *По-друге*, розмежування „вітальної” і „соціальної” погрози часто досить штучно, у всякому разі, для дітей. Визначені труднощі обумовлені ще і тим, що відповідні терміни, прийняті в закордонній психологічній літературі (наприклад, англ. anxiety), на українську мову переводяться і як „тривожність” і як „страх”, і потрібна спеціальне звертання до першоджерела, щоб зрозуміти, як даний термін використовував автор.

У цілому ж, у сучасній психологічній літературі, не присвяченої спеціально проблемі тривожності і страху, в основному прийнято користуватися поняттям „страх”, коли мова йде про переживання, що має конкретний об’єкт, усе рівно реального або ірраціонального, уявлюваного, адекватного або неадекватного характеру, і поняттям „тривога”, «тривожність», коли такий об’єкт не виділяється.

Крім того, останнім часом відзначається тенденція розуміти тривогу і як поліпредметне переживання, коли загрозливими є безліч об’єктів, по суті - усі сторони багатозначної і невизначеної дійсності. Подібне розуміння відноситься не стільки до тривоги і страху, скільки до співвідношення загальної тривожності і її конкретних видів, у яких виділення сфери об’єктів і ситуацій потрібно по визначенню (шкільна, тестова тривожність і т.п.).

Можливість продуктивного підходу до проблеми розрізнення тривоги і страху для вікової психології ми бачимо у введеному Ф. Березінім понятті „явища тривожного ряду”, що дозволяє провести розподіл між страхом як реакцією на конкретну, об’єктивну, погрозу, що однозначно розуміється, і ірраціональним страхом, що виникає при наростанні тривоги і виявляється в конкретизації невизначеної небезпеки. При цьому об’єкти, з якими пов’язується страх, не обов’язково відбивають реальну причину тривоги, дійсну погрозу. У цьому плані тривога і страх являють собою різні рівні явищ тривожного ряду, причому тривога передуює ірраціональному страху.

Страх і тривога – два поняття, поєднувані одними і розділені іншими авторами. На наш погляд, у страху і тривозі є загальний компонент у вигляді почуття занепокоєння. В обох поняттях відображене сприйняття погрози або відсутність почуття безпеки. Якщо продовжити загальну лінію, то тривогу можна порівняти з глибоко захованим страхом дифузійного характеру.

Тривога як передчуття небезпеки, невизначене почуття занепокоєння найбільше часто виявляється в очікуванні якої-небудь події, що важко прогнозувати і яка може загрожувати своїми неприємними наслідками.

Тривога має своїм мотивом антиципацію (передбачення) неприємності й у своїй раціональній основі містить побоювання з приводу можливості її появи. Як показують спостереження, тривога в більшій мірі властива людям з розвитим почуттям власного достоїнства, відповідальності і боргу, до того ж підвищено чутливим до свого положення і визнання серед навколишніх.

У зв’язку з цим тривога виступає і як просочене занепокоєнням почуття відповідальності за життя і благополуччя себе, і близьких осіб.

Умовно розходження між тривогою і страхом можна представити в такий спосіб: 1) тривога – сигнал небезпеки, а страх – відповідь на неї; 2) тривога – скоріше передчуття, а страх – почуття небезпеки; 3) тривога

володіє в більшому ступені збудливої, а страх – гальмуючим впливом на психіку. Тревога більш характерна для осіб з холеричним, страх – флегматичним темпераментах; 4) стимули тривоги мають більш загальний, невизначений і абстрактний характер, страх – більш визначений і конкретний, утворюючи психологічно замкнутий простір; 5) тривога як очікування небезпеки проєцирується в майбутнє, страх як спогад про небезпеку має своїм джерелом, головним чином, минулий досвід, що травмує; 6) незважаючи на свою невизначеність, тривога в більшому ступені раціональний (когнітивний), а страх – емоційний, ірраціональний феномен. Відповідно, тривога скоріше лівопівкульний, а страх – правопівкульний феномен; 7) тривога – соціально, а страх – істинково обумовлені форми психічного реагування при наявності погрози.

Представлені розходження відображають два гіпотетичних полюси тривоги і страху, враховують перехідних станів. Проводячи розходження між тривожністю і страхом, Г. Саллівен відзначав, що хоча при достатній силі того й іншого вони переживаються однаково, але в житті людини це альтернативні процеси: „...тривожність виникає від емпатичного зв'язку зі значимою, більш старшою людиною, а страх виявляється тоді, коли задоволення загальних потреб відкладається доти, поки вони здобувають виняткову силу”.

Іншими словами, єдине джерело тривожності – значима людина, у той час як страх пов'язаний з можливістю депривації загальних потреб.

„Первинна тривога”, запозичена від матері, різко відрізняється від інших видів напруги – потреб. Напруги потреб мають внутрішнє джерело і із самого початку характеризуються через визначені дії дитини, вони можуть трансформувати її енергію. Але оскільки тривожність має зовнішнє походження, дитина не може усунути її. Тривожність не пов'язана ні з якими органами, у ній немає нічого специфічного, конкретного, нічого, що дозволило б її виділити і, виявляючи визначену активність, звільнитися від її або зуміти уникнути її. Тому потреба в безпеці або в волі від тривоги із самого початку істотно відрізняється від всіх інших потреб. Джерело цієї потреби – тільки в тривожності матері і ні в чому іншому. Дитина не здатна сама усунути свою тривогу, ніякі її дії в цьому відношенні не можуть бути доцільними. Вона може бути усунута тільки за рахунок дій іншої особи – матері. Але можливість керувати іншою людиною обмежена, це породжує особливий тип залежності: тривожність – напруга, конфронтуючим напругам потреб і діям, що підходять для їхнього ослаблення. Вона протистоїть напругам ніжності матері і змішана з інфантильними поведінковими наслідками...”

Ця залежність збільшується ще і тим, що напруга «первинної тривоги» на відміну від інших напруг зв'язується не тільки з досвідом минулого, але і з передбаченням майбутнього. Задоволення потреби в міжособистісній безпеці виявляється цілком залежним від іншої людини.

Сьогодні не існує людини, яка б ніколи не відчувала страху. Занепокоєння, тривожність, страх – такі ж емоційні невід’ємні прояви нашого психічного життя, як і радість, гнів, подив, сум. Але при надмірній піддатливості до страхів, залежності від них міняється поведінка людини аж до „емоційного паралічу”. Стійкі страхи – це страхи, з якими не може впоратися ні дитина, ні дорослий, котрі призводять до появи небажаних рис характеру. Дитячі страхи, якщо до них правильно відноситися, розуміти причини їхньої появи найчастіше зникають безвісти. Якщо ж вони болісно загострені або зберігаються тривалий час, то це служить ознакою неблагополуччя, свідчить про фізичне і нервово ослаблення дитини, неправильному поводженні батьків, конфліктних відносин у родині.

Науковий керівник: С.В. Сапожников, д-р пед. наук, проф.

Я.С. Слущкий,

Донбаський державний педагогічний університет, м. Слов’янськ

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ АДАПТАЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ УНІВЕРСИТЕТСЬКОГО СЕРЕДОВИЩА ТЕХАСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ В ОСТІНІ (США)

Психологічний супровід іноземного студента має важливе значення в процесі його адаптації до нового середовища. Таким чином, необхідно враховувати, що взаємодія іноземного студента з новим академічним та культурним середовищем повинна включати в себе не тільки лінгвістичну підготовку і розгляд принципів культурного розмаїття, а й якісну психологічну підтримку, що дозволить пройти період акумуляції в більш емоційно та психологічно спокійному ритмі. Прикладом якісного психологічного супроводу можна вважати Центр консультування та психологічного здоров’я (Counseling and Mental Health Center), що діє на базі Техаського університету в Остіні, в рамках якого надаються інноваційні, культурно спрямовані програми та послуги в області підтримки психологічного здоров’я, що сприяють підвищенню внутрішніх (життєві цілі) та зовнішніх (академічні цілі) аспектів особистості. В рамках центру проводяться програми, спрямовані на надання психологічної підтримки іноземним студентам, такі як, наприклад, «Групи і класи» (Groups and Classes). Так, іноземні студенти стикаються з багатьма проблемами, такими як виникнення непереборних емоцій, складних взаємин, академічних складнощів. Для вирішення даних проблем групова форма діяльності є найбільш ефективною в процесі надання психологічної підтримки. Центр консультування та психологічного здоров’я прийшов до висновку, що групові заняття є більш ефективними, ніж індивідуальні. Заняття, що проводяться в рамках

даної програми надають можливість спілкуватися з іншими студентами. Це впливає на підвищення рівня самовдосконалення та зниження рівня психологічної тривоги. Учасники групових занять відчують себе менш самотніми в новому соціумі, таким чином, можна говорити про те, що групова форма занять забезпечує формування почуття спільності.

Програма надає студентам можливість участі в семінарах з підвищення кваліфікації, а також зборах терапевтичних груп. Нові групи формуються кожен семестр та складаються з 5-10 чоловік. Семінари, метою яких є підвищення освітніх умінь та формування певних навичок, можуть мати більшу кількість учасників. Термін роботи з групою в середньому становить 8-10 тижнів. Варто зазначити, що тематична спрямованість груп має відмінності, а їх відвідування є безкоштовним та конфіденційним. Так, прикладом подібних тематичних груп є «Пошук емоційного балансу» у рамках якої проводиться діяльність на основі навичок діалектичної поведінкової терапії (Finding Emotional Balance: Dialectical Behavior Therapy (DBT) Skills-Based Group). Час проведення: по середах, з 16.00 до 17.30.

Цільовою аудиторією групи є студенти, що відчують інтенсивні емоції, які є важкоконтрольованими. Подібного роду емоційні прояви сприяють розвитку міжособистісних бар'єрів, які можуть принести тимчасове полегшення в питаннях управління емоціями, однак не є ефективними в довгостроковій перспективі. Заняття надають допомогу в розширенні можливостей студента, шляхом навчання поведінковим навичкам в таких напрямках як уважність, терпимість до стресових ситуацій, вміння регулювання своїх емоцій та підвищення ефективності міжособистісної взаємодії. Дані навички дозволяють проводити ефективну діяльність в академічних, соціальних та інших напрямках, а також вирішувати виникаючі проблемні ситуації.

Таким, чином, дана програма спрямована на розвиток у особистості навичок емоційної та психологічної стійкості при виконанні діяльності в статусі іноземного студента, який, перебуваючи в рамках незнайомої соціальної та культурної дійсності може відчувати психологічний тиск, що призводить до появи, цілком можливо, нестандартних, поведінкових проявів, пов'язаних зі стресовими подіями проведення діяльності в новому соціумі. Такі прояви мають часто негативний характер та мають вплив на соціальну і академічну діяльність учня. Тому, важливо виконання терапевтичних заходів, спрямованих на стабілізацію психологічного і поведінкового стану іноземного студента, що дозволить говорити про відновлення адаптаційного процесу, тому що при наявності психологічного розбалансування особистості неможливо говорити про ефективний соціально-педагогічний супровід, що вимагає наявності у особистості впевненості в своїх поведінкових діях. Тому, дана програма має визначальне значення для успішності всього процесу адаптації.

Варто також відзначити області, які виділяються програмою в якості значущих елементів, а саме: уважність (розвиток даного аспекту сприяє

більш спокійному сприйняттю особистістю іноземного студента нового соціокультурного середовища); терпиме ставлення до стресових ситуацій (події, що мають стресову спрямованість є звичайним фактором міжособистісної взаємодії. Особливо стресу піддаються особи, які не сформували для себе принципи поведінки в новому культурному середовищі. Тому, для успішного проведення діяльності під час адаптаційного процесу, важливо володіти відповідними навичками для подолання стресових ситуацій. В іншому випадку, може бути порушений процес академічної діяльності учня, що матиме негативний вплив на діяльність соціального плану); управління своїми емоціями (емоційна поведінка властива деяким національностям і може бути яскравим доповненням до особистісної діяльності. Однак, перевищення емоційного ліміту може негативно впливати на міжособистісну взаємодію іноземного студента та, власне, сам процес навчання. Отже, важливо розуміння студентом необхідності формування навичок управління своїми емоціями, що дозволить застосовувати їх, в якості додаткової культурної переваги, тільки в необхідних для цього ситуаціях).

Науковий консультант: Е.А. Панасенко, д-р пед. наук, проф.

Ю.В. Стратийчук,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

Проблема розвитку дитячих творчих здібностей є досить актуальною на сучасному етапі. Дослідження дозволяють відзначити необхідність та можливість розвитку мовленнєвих творчих здібностей вже з дошкільного віку.

Об'єктом дослідження даної роботи є педагогічний процес, а саме процес розвитку творчих здібностей в дошкільному віці. Мета даного дослідження - вивчення проблеми розвитку креативних здібностей дошкільнят, а саме тих її аспектів, знання яких необхідно для практичної діяльності в цьому напрямку вихователів дитячих садків та батьків.

У даній роботі було поставлено завдання:

- Виявлення основних компонентів творчих здібностей на основі аналізу літератури.
- Визначення основних напрямків педагогічних завдань з розвитку креативних здібностей в дошкільному віці.
- Виявлення ефективності форм, методів притисків розвитку креативних здібностей на основі аналізу та узагальнення передового педагогічного досвіду.

Загальні здібності включають ті, якими визначаються успіхи людини у різних видах діяльності. До них, наприклад, належать розумові

здібності, точність рухів руки, розвинута пам'ять, досконала мова і ряд інших. Спеціальні здібності визначають успіхи людини в специфічних видах діяльності, для здійснення яких необхідні задатки особливого роду і їхній розвиток. До таких здібностей можна віднести музичні, математичні, лінгвістичні, технічні, літературні, художньо-творчі, спортивні тощо. Наявність у людини загальних здібностей не виключає розвитку спеціальних і навпаки. Нерідко загальні і спеціальні здібності співіснують, взаємно доповнюючи і збагачуючи один одного.

Основний вплив дорослих на розвиток особистості дитини полягає в організації засвоєння нею моральних норм, що регулюють поведінку людей у суспільстві. Найсильніше на дитину впливає поведінка близьких їй людей. Вона наслідує їх, переймає їхні манери, запозичує в них спосіб оцінювання людей, подій, речей. Однак цей вплив не обмежується близькими людьми. Дитина дошкільного віку знайомиться з життям дорослих людей, спостерігаючи за тим, як вони працюють, слухаючи розповіді, казки, переглядаючи фільми тощо.

Дорослі навчають дитину правил поведінки, які організовують її у повсякденних справах, налаштовують на позитивні вчинки. Пред'являючи вимоги, оцінюючи вчинки, вони вимагають від дітей виконання правил. Поступово малюки починають самостійно оцінювати свої вчинки на основі власних уявлень про те, якої поведінки чекають від них дорослі і ровесники.

Процес реалізації здібностей передбачає вияв дитиною активності, зумовленої як характером та цілями тієї чи іншої діяльності, так і її мотивацією, схильностями та інтересами.

Часто здібності вважають вродженими, однак науковий аналіз показує, що вродженими можуть бути лише задатки, а здібності є результатом їх розвитку.

Дошкільний вік має багатющі можливості для розвитку творчих здібностей. На жаль, ці можливості з часом необоротно втрачаються, тому необхідно, як можна ефективніше використовувати їх в дошкільному дитинстві.

Успішний розвиток творчих здібностей можливе лише при створенні певних умов, що сприяють їх формуванню. Такими умовами є:

1. Раннє фізичний та інтелектуальний розвиток дітей.
2. Створення обстановки, що випереджає розвиток дитини.
3. Самостійне рішення дитиною завдань, що вимагають максимальної напруги сил.
4. Надання дитині свободи у виборі діяльності, чергуванні справ, тривалості занять одні справою і т.д.
5. Розумна, доброзичлива допомога (а не підказка) дорослих.
6. Комфортна психологічна обстановка, заохочення дорослими прагнення дитини до творчості.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТЕМПЕРАМЕНТУ ТА ПСИХІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

В геронтології протягом ХХ століття у міру накопичення даних про негативні зміни організму і психіки при дорослішанні та старінні зазначалося прагнення виявити позитивні аспекти цього процесу (Б. Р. Ананьев, К. І. Анциферова, В. А. Аршавський, А. А. Бодалєв, М. В. Єрмолаєва, О. В. Краснова, А. Р. Лідерс, Т. Д. Марцінковська, Н.Ф. Шахматов, Я. Стюарт-Гамільтон, В. о. Фролькіс та ін). Метою цього дослідження є аналіз особливостей психологічного благополуччя. Об'єктом дослідження – структура і рівень психічного благополуччя. Предметом дослідження-зовнішні фактори і внутрішні умови психічного благополуччя.

Поняття «психологічне благополуччя» близько пов'язане з такими поняттями, як душевне здоров'я, осмисленість життя³, в меншій мірі з поняттям «особистісна адекватність», а з поняттям «психічне здоров'я» - в малому ступеню.

Як би різноманітно не визначали дослідники Психологічне благополуччя, найважливішим питанням є спосіб його вимірювання. У дослідженні П. П. Фесенко визначався не об'єктивними показниками і не раціональною оцінкою, а скоріше емоційним забарвленням почуттів і відчуттів з приводу власного життя.

Дослідженням було вироблено порівняння тимчасової перспективи і змісту мотиваційної сфери в групах людей з високим і низьким рівнем психічного благополуччя. Було встановлено, що єдиною відмінністю у змісті мотиваційної сфери є ступінь її диференційованості (Т-критерій, $p < 0,01$). Особи з високим рівнем психічного благополуччя відрізняються представленистю більшої кількості категорій мотивації. Для осіб з високим рівнем психічного благополуччя, на відміну від осіб з низьким рівнем психічного благополуччя характерна представленість у мотиваційної сфери таких категорій як «трансцендентні цінності», «мотивація, спрямована на саморозвиток», «активність, пов'язана з пізнанням, отриманням інформації», «мотивація, пов'язана з прагненням до володіння чим-то, придбання матеріальних цінностей», «активність, пов'язана з відпочинком, розвагами, дозвіллям».

Рівень суб'єктивного контролю, як фактор психологічного благополуччя. Пізній період онтогенезу часто характеризується зниженням об'єктивних регуляторних можливостей вищих рівнів індивідуальності. Одним із завдань даного дослідження був аналіз вікових змін в рівні суб'єктивного контролю подій життя і його зв'язку з рівнем психічного благополуччя.

Науковий керівник: І.Г. Батраченко, д-р психол. наук, доц.

ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО СІМЕЙНОГО ЖИТТЯ ТА БАТЬКІВСТВА

Важливим психолого-педагогічним завданням сучасного суспільства є підготовка студентів до створення повноцінної сім'ї. Вона має ґрунтуватися на системі знань, навичок та умінь, здобутих за час навчання у загальноосвітній школі. Однак, педагогічні дослідження свідчать, що існують серйозні проблеми щодо сприйняття студентами себе у сімейному житті, а саме: елементарне незнання норм сімейного права; доволі хибне уявлення про рольову поведінку чоловіка та жінки (надалі – матері та батька) в сім'ї; психологічна невідповідність до побутового життя та проблем; невідміння протистояти конфліктним ситуаціям у сімейному спілкуванні; відсутність педагогічної практичної підготовки до виховання дітей, виконання материнських та батьківських обов'язків.

Готовність до укладання шлюбу та сімейного життя передбачає не тільки статеве бажання закоханих постійно бути разом, а й відповідальність і дуже серйозні обов'язки. Вона охоплює декілька аспектів: формування певного морального комплексу: готовність особистості студента прийняти на себе якісно нову систему обов'язків щодо свого партнера та майбутніх дітей. Мова йде, насамперед, про розподіл ролей між подружжям; готовність до міжособистісного спілкування та дружньої співпраці. Сім'я – це мала група, для нормального функціонування якої необхідна узгодженість ритму життя чоловіка та дружини; готовність до самопожертви заради «своїї другої половинки», що передбачає здатність до відповідної діяльності, основою якої є, іноді, альтруїзм; наявність якостей, пов'язаних із проникненням у емпатійний комплекс; високий рівень відносин, почуттів та поведінки кожного члена створеної родини; вміння розв'язувати конфлікти конструктивним способом, здатність до врегулювання власної психіки і поведінки.

У ході нашого дослідження, яке проводилось за участю студентів Національного університету імені Олеся Гончара (м. Дніпро), віком 16-19 років, нами вивчався ступінь їх готовності до різних аспектів сімейного життя та сімейні орієнтації. Результати представлено в таблиці 1.

Дослідження виявило ступінь готовності студентів до різних аспектів життя та сімейні орієнтації у відсотках.

Підготовка студентської молоді до сімейного життя є багатогранним процесом, який охоплює кілька аспектів: психологічний, правовий, господарсько-економічний, естетичний, інтимно-сексуальний тощо. Вони тісно пов'язані між собою та мають за мету формування міцної сім'ї.

Таблиця 1

**Ступінь готовності студентів до різних аспектів сімейного життя
та сімейні орієнтації (%)**

№ п/п		Середня самооцінка
1	Виховання дітей	48,22
2	Взаємини з шлюбним партнером	81,21
3	Інтимні стосунки	23,4
4	Самостійне ведення домашнього господарства	33,14
5	Загалом думають про створення сім'ї, але не поспішають з цим	44,11
6	Не задумувались над цим питанням	3,54
7	Вважають, що сім'я є гальмом в особистому розвитку, і тому не думають створювати сім'ю	2,32

Психологічна підготовка до сімейного життя спрямована на формування здатності розуміти іншу людину, підтримувати її; таких якостей як емпатія, емоційна гнучкість, вміння створювати спокійний морально-психологічний клімат в сім'ї.

Правова підготовка до сімейного життя має на меті ознайомлення молодих людей з основними положеннями сімейного права: досягнення шлюбного віку (для дівчат – 17 років, юнаків – 18 років); дієздатність; добровільність; зміст державних актів про позбавлення материнських і батьківських прав, усиновлення, правові основи і наслідки розлучення, шлюбний контракт.

Господарсько-економічна підготовка до сімейного життя передбачає формування умінь і навичок економічного і господарського характеру, необхідних у домашньому побуті.

Естетична підготовка студентської молоді до сімейного життя має бути орієнтованою на основи етикету у взаєминах чоловіка і жінки; виховання поваги до сімейних традицій, умінь організовувати дозвілля та відпочинок подружжя та дітей; готовність підтримувати обстановку радості, бадьорості і оптимізму, здатність регулювати складні конфліктні ситуації. Цій меті підпорядковано розвиток психологічної привабливості особистості, її здатності до контактів з іншими людьми, вміння спілкуватися і співпрацювати.

Інтимно-сексуальна підготовка – це формування у молоді певного рівня сексуальної культури. Важливим її елементом є емоційне багатство особистості, вміння надавати своєму почуттю різних відтінків, здатність до переживання насолод, знаходження засобів вираження почуття кохання. Одним з невід'ємних атрибутів сексуально вихованої людини є дотримання нею гігієнічних вимог.

Зрозуміло, що молодій студентській сім'ї важко із розв'язанням усіх проблем, які виникають після шлюбу. Подолати морально-психологічні

проблеми мають допомогти лекції, бесіди, консультування різних спеціалістів, конференції з обміну сімейним досвідом, диспути, ознайомлення молоді зі спеціальною літературою, перегляд кінофільмів, зустрічі з лікарями, психологами, юристами та ін. Розв'язання побутових проблем студентської сім'ї вважаємо однією з основних завдань керівництва закладу вищої освіти, де вони навчаються.

Підготовка студентів до виконання материнських і батьківських функцій передбачає освоєння майбутніми фахівцями репродуктивної функції сім'ї. Це усвідомлення ролі дітей в подружньому житті, їхнього впливу на родинне життя: збагачення міжособистісних стосунків; емоційного задоволення, навіть, своєю появою на світ, а потім – своїми успіхами, підносячи престиж сім'ї.

На наш погляд, успішно готувати студентську молодь до сімейного життя та батьківства, можуть лише компетентні викладачі, педагоги-психологи, яким студенти довіряють та яких поважають. Це має бути системна, цілеспрямована результативна праця, щоб студенти прагнули до самовдосконалення особистості, правильної статевої та моральної поведінки у різних аспектах сімейного життя та батьківства.

Науковий керівник: Н.П. Волкова, д-р. пед. наук, проф.

І.О. Токманцева,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

СОЦІАЛІЗАЦІЯ ДІТЕЙ ІЗ СИНДРОМОМ ДАУНА

Мета корекційної роботи з дітьми з синдромом Дауна - їх соціальна адаптація, пристосування до життя і можлива інтеграція в суспільство. Необхідно, використовуючи усі пізнавальні здібності дітей, і, зважаючи на специфіку розвитку психічних процесів, розвивати у них життєво необхідні навички, щоб, ставши дорослими, вони могли самостійно себе обслуговувати, виконувати в побуті просту роботу, підвищити якість їх життя і життя їх батьків.

Об'єктом дослідження стало зростання популярності програм ранньої педагогічної допомоги обумовлене результатами їх впровадження. Порівняльні дослідження показали, що діти, з якими займалися по таких програмах, до моменту вступу в дитячий сад і в школу уміли вже значно більше, ніж ті, кого вони не торкнулися. Дуже багато дітей стали відвідувати звичайні місцеві школи, де вони навчаються в загальних класах по індивідуальних програмах. Згідно з дослідженнями, усі діти показують кращі успіхи в освіті в умовах інтеграції.

У данній роботі було поставлено завдання досягнення поставлених цілей:

1. Розвиток психічних функцій дітей в процесі роботи і як можна більше рання корекція їх недоліків.

2. Виховання дітей з синдромом Дауна, формування у них правильної поведінки. Основна увага в цьому розділі роботи спрямована на виховання звичок. У дітей необхідно розвинути навички культурної поведінки в спілкуванні з людьми, навчити їх комунікабельності. Вони повинні уміти виражати прохання, уміти захистити себе або уникнути небезпеки. Велику увагу необхідно приділити зовнішнім формам поведінки.

3. Трудове навчання, вироблення навичок самообслуговування і підготовка до посильних видів господарський - побутової праці. Необхідно виробити навички самообслуговування.

Сенсорне виховання є одним з напрямів роботи по соціальній адаптації дітей з синдромом Дауна.

Для того, щоб дитина могла засвоїти передавану інформацію, необхідно розвивати розумові процеси, що включають порівняння, аналіз, синтез, узагальнення, класифікацію. Для успішної соціалізації дитина з синдромом Дауна повинна відвідувати звичайну державну школу. Інтеграція в звичайну школу дасть йому можливість вчитися жити і діяти так, як це прийнято у світі, що оточує його. А для цього необхідно, щоб ребенок-даун відвідував спеціалізоване ДООУ. Багато педагогів і батьки переконані, що дітям з обмеженими можливостями, незалежно від типу порушення, слід відвідувати ті дитячі сади і школи, в які ходять діти, що живуть по сусідству. Якщо дитину возять в якусь іншу школу або дитячий сад, він відразу стає в очах громадськості не таким, як все. Крім того, в цьому випадку йому набагато важче налагодити хороші взаємовідносини з ровесниками і знайти серед них друзів.

Знаходячись серед типово розвинених однолітків, особлива дитина отримує приклади нормального, такого, що відповідає віку поведінки. Відвідуючи школу і дитячий сад за місцем проживання, ці діти мають можливість розвивати взаємовідносини з дітьми, що живуть по сусідству. Відвідування звичайної школи є ключовим кроком до інтеграції в життя місцевого суспільства і суспільства в цілому. Діти з середніми і навіть з важкими порушеннями вчать читати і писати, спілкуються з «здоровими» людьми, що оточують їх. Вони опановують ці уміння не тому, що їм дають якісь «ліки», а тому, що їх учили тому, що треба, тоді, коли треба, і так, як треба.

Таким чином, для аутичних дітей створюється своєрідний тренажер школи. Якщо, у такому постійному колективі навіть один-два з 3 дітей зможуть опанувати програму початкового класу, його подальша адаптація до шкільних умов буде значно вірогідніша. Можливо, що дитина, яка вже володіє уміннями, знаннями і навичками першокласника, знову почне усе це вивчати в першому класі звичайної або спеціалізованої школи. Корекційне навчання дітей з синдромом Дауна може привести до значних

зрушень в розвитку дитини, що повинне вплинути на якість його життя і його подальшу долю.

Діти-дауни мають не лише слабкі, але і сильні сторони, і, відповідно, потребують не стільки в спрощеній, скільки в індивідуальній програмі навчання. Малюкам з синдромом Дауна складніше узагальнювати, доводити, міркувати, освоювати нові навички і концентруватися, зате вони, як правило, мають хороші здібності до візуального навчання (наприклад, їм нескладно вивчити і використати написаний текст). При навчанні і вихованні дитини з синдромом Дауна педагогам і батькам необхідно спиратися на його сильніші здібності, що дасть можливість долати його слабкіші якості. Таким чином, знаходячись серед типово розвинених однолітків, особлива дитина отримує приклади нормального, такого, що відповідає віку поведінки. Відвідуючи школу і дитячий сад за місцем проживання, ці діти мають можливість розвивати взаємовідносини з дітьми, що живуть по сусідству. Відвідування звичайної школи є ключовим кроком до інтеграції в життя місцевого суспільства і суспільства в цілому.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук.

А.Г. Троян,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ТРУДНОЩІ В ЗАСВОЄННІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ЛЕКСИКИ СТУДЕНТАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ

Специфічна термінологія властива будь-якій галузі знань, психологія не є виключенням. На думку Карандашева В.М. труднощі в засвоєнні психологічної лексики зв'язані з чотирма обставинами:

1. Більшість психологічних понять використовуються в повсякденному житті багатозначно. В науковій психологічній літературі ці слова застосовуються в більш конкретному значенні.

2. В психологічній літературі часто вживаються терміни, що утворилися від іншомовних слів. Тлумачення їх значення в конкретному контексті буває тяжким.

3. Деякі слова можуть мати різне значення залежно від контексту.

4. Неоднозначність трактування тих чи інших понять психологами приводить до використання одного і того ж терміна різними авторами з різними значеннями.

Термін «порада» та «рекомендація», які зазвичай використовують в психологічній практиці, мають деякі відмінності, їх не можуть використовувати психологи як синонім.

В тлумачному словнику російської мови Ожегова С.І. слово «порада» пояснюється як думка висловлена кому-небудь з приводу того, як

йому вчинити, що зробити; повчання, вказівка. А «рекомендація» (від латинського *recommendation* – схвальний відгук, порада) – це вказівка про певний спосіб дій, повчання.

Розглянемо як використовувати ці поняття при тлумаченні «консультування». Існує багато визначень даного терміну. Наведемо приклади. Психологічне консультування:

- (від англ. *consult* – радитись, звертатись за порадою) – різновидність психологічної допомоги, яка в своїй основі опирається на психологічне просвітництво клієнта. Консультант вислуховує клієнта про його проблему, надає підтримку, дає розумну *пораду*, розповідає, як це буває у інших та допомагає поглянути на ситуацію з іншого боку (Енциклопедический словарь по психологии и педагогике, 2013).

- практичне надання дієвої психологічної допомоги *порадами* та *рекомендаціями* людям, потребуючим цієї допомоги, зі сторони професійно підготовлених спеціалістів, психологів-консультантів (Словарь терминов по психологическому консультированию, 2010).

- загальний термін, який використовується для позначення різних процесів інтерв'ювання, тестування, керівництва, *поради* та інших, розроблених для того, щоб допомогти індивіду вирішувати проблеми, планувати майбутнє тощо (Большой толковый психологический словарь Артура Ребера).

Відштовхуючись від значення англійського слова «consult» можна зробити висновок, що спільнокореневе з ним слово «консультування» передбачає надання поради. Але як саме слово «порада», так і «рекомендація» задіяні в приведених поняттях.

Аналізуємо наукові дані етимології. Праслов'янське слово «*větiŋo*», від якого в числі іншого виникли: давньоруське *вѣтъ* «порада, договір», старослов'янське *вѣтъ* (др.-греч. *Βουλή* «рішення, воля, порада»). Слово «рекомендація» походить від пізнього латинського слова «*recommendare*», що складається із *re-* «назад; знову; проти» + *commendare*, далі з *cum* (варіанти: *com-*, *con-*, *cor-*) «з, разом» + *mandāre* «вручати, передавати», із *manus* «рука» + *dare* «давати». Російське слово «рекомендувати, рекомендація» і т.п. – починаючи з Петра I (з 1705 р.); запозичене через польську мову: *rekomendować*, *rekomendacja* (інформація взята з словника М. Фасмера).

Підводячи підсумок даного етапу можна сказати, що слова «порада» і «рекомендація» є синонімами, що виходять із різних древніх мов.

Аналізуємо сучасну наукову літературу. Одним із основних принципів психологічного консультування є заборона давати поради, саме тому що:

- «Порадники» засновують свої пропозиції відштовхуючись від свого або чужого життєвого досвіду. Психолог дає рекомендацію, спираючись на професійний досвід;

- На відміну від поради, рекомендація ґрунтується на науково доведених фактах;

- Рекомендація повинна ґрунтуватись на реальних можливостях людей, порада може бути позамежною;

- Що «порада», що «рекомендація» не є обов'язковою для виконання. Різниця в тому, що невиконання рекомендацій психолога затрудняє сам процес консультування, тобто несе деструктивний характер.

- Як «порада», так і «рекомендація», в загальному розумінні, є вказівками на конкретні дії. Тільки при «пораді» вся відповідальність за результат лежить на тому, хто її дав. Тим часом як професійний психолог підбираючи рекомендаціями людину до рішення проблемної ситуації залишає відповідальність за результат роботи над собою на ньому.

- Професіональна рекомендація на відміну від життєвої поради є відповіддю на запит.

- Психологічна рекомендація є вузьконаправленою, вона не може виходити за рамки професійної компетенції.

- Часте використання порад призводить до залежності і невпевненості. Використовуючи рекомендації клієнт сам знаходить вихід із ситуації.

Підводячи підсумок аналізу даного питання, можна сказати, що слова «порада» та «рекомендація» в широкому розумінні є синонімами та часто використовуються замінюючи один одного. Але в вузькому психологічному розумінні мають різне значення та сенс.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

С.М. Тундаєв,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ КОНКУРЕНТНОГО СЕРЕДОВИЩА

Ритм сучасного життя неспинний, конкурентна боротьба гостра, іноді безжальна. Необхідність діяти в умовах організаційної багатоманітності, невизначеності, взаємозв'язку соціально-економічних явищ, постійного оновлення продукції, технологій, каналів взаємодії, стратегічного і тактичного мислення, потребує від керівників уміння інтегрувати різні аспекти діяльності, гнучкості, здатності бути лідером групи й ефективно працювати у її складі, бачення ключових чинників ефективності різних типів організацій і стратегій управління.

Яким би компетентним, досвідченим не був керівник, він не може зупинитися у своєму розвитку, оскільки дуже швидко відчує невідповідність діловій ситуації та зниження конкурентоспроможності орга-

нізації. Утримуватись на належному рівні, бути конкурентоспроможним може лише той, хто постійно аналізує цілу низку важливих позицій, хто вміє працювати з масивами інформації, здатен бути гнучким і постійно вдосконалюватись та вдосконалювати процес, продукт (чи послугу), команду, тощо....

Ефективна команда починається з ефективного керівника. Надважливим є питання підготовки та навчання керівників, впровадження нових управлінських технологій, зміни нормативних вимог до керівників, їх управлінської компетентності, здатності орієнтуватися в інформаційних потоках, уміння створювати працездатні групи людей.

В оцінюванні та розстановці керівних кадрів, фахівців найбільш значущими є такі риси особистості:

1. Навички соціальної взаємодії (здатність спілкуватися, вибудовувати міжособистісну взаємодію, вирішувати конфлікти...).

2. Орієнтація на успіх (наявність таких якостей, як упертість, наполегливість, азартність, працездатність, схильність до ризику).

3. Соціальна зрілість (наявність достатньо сформованих особистих цілей, здатність до коригування власної поведінки).

4. Практичний інтелект (здатність визначати проблему і знаходити можливі способи її розв'язання, приймати управлінські рішення).

5. Здатність до складної праці (стійкість проти стресу, вміння планувати складну роботу та встановлювати пріоритетність завдань за умов дефіциту часу).

6. Соціальна пристосованість (уміння працювати з колегами та керівництвом, пристосовуватися до організаційної соціокультури, традицій, норм, ритуалів).

7. Лідерство (здатність спонукати до дій інших, навіювати довіру оточенню).

Поряд з цими рисами, на думку вчених, слід оцінювати такі якості та характеристики особистості керівника, як здатність інтегрувати емоційні оцінки та інтуїтивні уявлення у процесі прийняття рішень, міру емоційної та психологічної стійкості, вміння налагоджувати ефективну комунікацію, делегувати повноваження, здатність до усвідомлення власних інтересів та інтересів підлеглих, можливості працювати в організації, вміння чітко формулювати свою позицію і розуміти чужу, контактувати з іншими, взаємодіяти на основі їхніх індивідуальних особливостей, фізичного, психічного і морального стану.

Розуміння і управління своїми емоціями та почуттями інших людей, вміння правильно вибудовувати свої взаємини, здатність одержати оптимальний результат у відносинах з собою та іншими людьми визначається сьогодні як високий емоційний інтелект (EQ). При цьому, розуміння емоцій інших людей і керування ними визначається як міжособистісний емоційний інтелект (MEI), а розуміння власних емоцій і управління ними - як

внутрішньоособистісний емоційний інтелект (BEI). Очевидно, що такий підхід до дослідження емоційного інтелекту передбачає взаємозв'язок його складових з різними особистісними характеристиками. Згідно з новітніми даними частка IQ в життєвому і діловому успіху людини становить близько 20%, частка EQ і везіння - близько 80%. Завдяки IQ людина влаштовується на роботу, а завдяки EQ - робить кар'єру.

Ефективний керівник окрім самовдосконалення безумовно дбає про постійне професійне зростання своєї команди, кожного окремого її члена. Професійне навчання персоналу у ринкових умовах повинно носити безупинний характер і проводитися протягом усієї трудової діяльності.

Підвищення важливості безупинного навчання персоналу обумовлюють такі чинники:

- впровадження нової техніки, технології, виробництво сучасних товарів, ріст комунікаційних можливостей, що створюють умови для ліквідації або зміни деяких видів робіт. У зв'язку з цим необхідна кваліфікація не може бути гарантована базовою освітою;
- високий рівень конкуренції між країнами. Країни, що мають сучасну систему безупинної освіти, є лідерами в умовах цієї конкуренції. Вони мають можливість у найкоротший термін відповісти на будь-який «виклик» підвищенням продуктивності праці;
- зміни у всіх сферах життя. Безупинні і швидкі зміни в технології і інформатиці вимагають безупинного навчання персоналу;
- для підприємства більш ефективним і економічним є підвищення віддачі від уже працюючого персоналу на основі його безупинного навчання, ніж залучення нових працівників.

Модель організації процесу навчання у підприємстві складається з трьох стадій: планування, реалізація, оцінка. Тобто, постійний моніторинг відповідності професійно – важливих якостей персоналу, їх відповідність змінам, чітке визначення потреби у навчанні, знаходження найбільш прийнятливих способів реалізації процесу навчання на якісному рівні, оцінка отриманих знань та навичок потребам організації, корегування подальших процесів у контексті вирішення професійно важливих завдань, що поступово ускладнюються та сприяють оволодінню фахівцем необхідним комплексом професійно значущих ділових, особистісних, комунікативних якостей тощо.

Людський чинник є дуже важливим аспектом організаційних змін, попит на професіоналів не зменшується, бути професіоналом – процес постійного удосконалення. «Професіоналізм – це майстерність володіння певною професією, яка вимагає постійного вдосконалення фахових навичок, прагнення і здатності до професійного розвитку та творчого росту, керуючись вимогами сучасного суспільства до певного виду діяльності.»

ЩОДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ БІЙЦІВ АТО

Динамічні зміни в обстановці безпеки, піддаються серйозним випробуванням військовослужбовців, звільнених або демобілізованих з лав збройних сил України. Переходячи з військового життя в цивільний соціум, в умовах їх життєдіяльності відбуваються істотні зміни як у поведінці так і психічному та психологічному стані. Ці зміни впливають на різні сторони життя: побутові умови, зміст діяльності, соціальний статус, рівень претензій до нового життя, перспективи подальшого розвитку, коло спілкування і т.д. В основі всіх цих змін стоять, перш за все, зміни в психології особистості конкретної людини, який залишає звичний для нього соціум і входить в незвичний.

Фізичне повернення додому не завжди збігається з психологічним станом бійця. Багато військовослужбовців залишаються у глибокій депресії. Також є така категорія бійців, яким простіше піти назад на службу, ніж повернутися в реальне життя, тому що у бійця залишається загострене почуття образи, що його недостатньо розуміють оточуючі. Ментально воїн ще перебуває у стані війни. А також повертаючись додому у членів сім'ї може з'явитися відчуття відчуженості військовослужбовця від родини, тому що родина не може зрозуміти і розібратися з його психологічним станом.

У звільнених військовослужбовців часто виникає істотний дефіцит передумов для успішного пристосування до громадянського середовища. Військовий, підірвавши своє здоров'я на службі державі, потрапляє в умови, коли різко змінюється його соціальний статус, в його житті з'являється цілий ряд обмежень і перешкод різної властивості. Часто звільнений військовослужбовець стає людиною, яка залежна і потребує фізичної, матеріальної, моральної підтримки оточуючих. Все це неминуче впливає на психіку особистості, що звільнюється із лав ЗСУ. Бійці АТО стають більш вразливими. Їхня психіка та стан стає менш стійкими до стресової ситуації.

У поведінці військовослужбовців часто відзначаються такі риси, як емоційна нестійкість, замкнутість, образливість, вразливість, підвищена тривожність, пасивність, страх перед невдачею, тобто риси діаметрально протилежні тим, які сприяють процесу успішної адаптації.

Найважливішим завданням у цих умовах, як демобілізованим або звільненим з лав ЗСУ, є організація безболісної інтеграції в нову соціокультурну середу, зі збереженням усіх позитивних якостей, сформованих у армії.

Отже, соціальна адаптація військових – питання широкого спектру, які відносяться до повсякденного життя та роботи.

Адаптація – це соціально-психологічний процес, який при сприятливих умовах зумовлює особистість бійця АТО до стану соціально-психологічної адаптованості. Це той стан, коли особистість без тривалих зовнішніх та внутрішніх конфліктів продуктивно виконує свою провідну діяльність, задовольняючи свої головні психологічні потреби, в повній мірі відповідає тим рольовим очікуванням. Одночасно, військовослужбовець переживає стан самоствердження і реалізації внутрішніх можливостей, здібностей особистого потенціалу у значимій для себе сфері.

Вивчення психологічних проблем бійців АТО показує, що факт демобілізації або звільнення з лав ЗСУ – це болісний момент. Основними причинами стресових станів є: відсутність роботи, відсутність житла, алкоголізація, матеріальні труднощі, проблеми з виховуванням дітей, розлучення подружжя, відсутність друзів, зв'язків, руйнування як дружніх так і сімейних відносин. Як наслідок цих проблем на перше місце серед психологічних відхилень – апатія, депресія, страх, неврози, жажливі сновидіння. Знання цих проблем дозволяє визначити зміст необхідної соціально-психологічної підтримки військовослужбовцям та демобілізованим з лав ЗСУ.

Отже, у таких ситуація треба вміти чути та розуміти бійців. Потрібно їх сприймати такими якими вони є, з хорошими і поганими сторонами. Також ми маємо розрізняти ситуацію, якщо військовослужбовець гарно проявив себе на війні, то у звичайному житті він може бути не ідеальним, тобто треба відходити від героїзації, поки не розібрався в ситуації. Для них вкрай важливо насамперед відчувати себе не хворим чи інвалідом, а повноцінним членом активного суспільства, формувати життєві перспективи, знайти значущі мотиви і перспективи.

Науковий керівник: І.В. Гаркуша, канд. наук із соц. комун.

Г. Худайбергенова,

преподаватель,

Нукусский государственный педагогический институт,

г. Нукус, Узбекистан

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ РЕСУРСНОСТИ ЛЮДЕЙ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА

Психологические особенности лиц взрослого возраста исследователи анализируют, как правило, по направлениям особенности Я - концепции («Я-образ», «Образ Я», англ. one's self-concept) и конструктивность проживания нормативного кризиса.

Так, в период ранней взрослости - 20-40 лет сопровождается конфликтом «чувство изолированности», в личности формируется констант-

ное ядро Я-концепции, которое содержит открытость для опыта, рациональность, персональную ответственность, чувство собственного достоинства. В этот возрастной период формируется тип жизненной направленности личности, а именно эгоистичный, характеризующее личность незрелую, или духовно моральный, что свидетельствует о гармоничности личности. Именно в 20-40 лет человек получает доступ к собственным духовным силам, то есть может саморазвиваться.

В возрасте средней зрелости (40-60 лет) нормативный кризис заключается в решении конфликта «производительность-стагнация». В этот возрастной период Я-концепция личности характеризуется формированием концептуального ядра личности, отражающий способность личности к личностному самопредсказанию относительно целей и смысла жизни, положительной или отрицательной самооценки.

Исследователи связывали переоценку человека в зрелом возрасте отношением к себе и к своей жизни с понятием психологической трансформации. По мнению психологов, личность развивается по-разному в течение первой и второй половины жизненного цикла. Первая половина жизни, примерно до 35 или 40 лет, является временем внешней экспансии, когда для человека важно самоутвердиться и завоевать высокий социальный статус и престиж в глазах окружающих. После 40 лет человек начинает чувствовать, что цели и стремления, которые когда-то казались важными, вдруг потеряли свое значение. Человек чувствует необходимость в раздумьях о смысле собственной жизни.

Современные психоаналитики считают, что человек, который проходит так называемый «перевал в середине пути», испытывает страх перед психологическими изменениями, которые с ней происходят, и на которые она не может влиять. Этот страх лицо чувствует как невозможность вернуть ощущение своего знакомого и приемлемого Я. В результате переживания утраты иллюзий и ложных надежд личность чувствует бессмысленность своей жизни. Исследователи убеждены, что вернуть чувство смысла лицо может только с помощью самораскрытия в значимых отношениях.

После прожитого кризиса середины жизни, экзистенциального кризиса для личности важно найти новые пути, чтобы самостоятельно и ответственно решать духовные задачи, связанные с профессиональной самореализацией и чутьем собственной необходимости другим.

В возрасте поздней зрелости (60 лет и т.д.) по конструктивному решению конфликта «целостность его - отчаяние», Я-концепции личности характеризуется конгруэнтностью. В этом возрастном периоде жизни человек может стать мудрым и целостной, она понимает относительность ценностей и жизненных путей, умеет уважать себя и других, поэтому характеризуется духовной зрелостью.

Люди разного возраста убеждены, что их главным ресурсом является уверенность в себе, но результаты исследования утверждают, что главным психологическим ресурсом личности является любовь, проявляющаяся в умении способствовать саморазвитию близкого человека, поддерживать ее в сложных ситуациях, а также в открытости к отношениям и жизни. С возрастом для человека ресурсы самореализации в профессии и успех перестают быть значимыми, одновременно вера в добро и помощь другим приобретают большую значимость.

Лица возраста ранней зрелости видят свое счастье в основном в самореализации в профессии - удовлетворении и успеха в самостоятельно выбранной и интересной работе по призванию, умении направлять свои способности и знания на пользу обществу.

Согласно ситуации стресса и кризиса являются наиболее критичными для лиц 20-40 лет, ведь за неуспех в профессии они могут испытывать трудности. Поэтому их необходимо обучать приемам самоорганизации, а также в них необходимо актуализировать резервную мотивацию, чтобы выявить и другие пути достижения успеха, кроме творчества.

Лица возраста средней зрелости черпают духовную силу не только в самореализации в профессии, но и в возможности помогать другим (доминирование ценностей сотрудничества и толерантности, умение поддерживать и вдохновлять, оказывать уверенности в себе), а также стремлении к мудрости (стремление с помощью знаний построить свою картину мира и стать более образованным, понять смысл из-за стремления к истине). Любовь и ответственность как психологические ресурсы дают им возможность быть счастливыми в семье.

Для них критическими являются ситуации конфликта и кризиса, поскольку неприятие другими их помощи, ответственности и советов, они могут болезненно воспринять как намек на то, что они не нужны. Поэтому через актуализацию ресурса стремление к мудрости им следует обосновать важность саморазвития, ведь человек, который является интересной для себя, является авторитетной и для других.

Лица возраста поздней зрелости видят возможность преодолевать проблемы и быть счастливыми в ресурсах веры в добро, помощи другим и любви. Людям возраста мудрости важно чувствовать толерантность и уважение к себе, тогда они могут быть конгруэнтными.

Итак, в период зрелости человека и его психологическая ресурсность трансформируется от значимости самореализации в профессии к ценности веры в добро.

Психологическая ресурсность личности - это способность человека актуализировать собственные психологические ресурсы с целью саморазвития, самораскрытия в отношениях и предоставления поддержки другим. Психологическая ресурсность лиц ранней зрелости характеризуется способностью к творческому самореализации в профессии, человек

средней взрослости - способностью отвечать за других и помогать им, человек поздней взрослости - способностью поддерживать других собственной верой в добро.

Выяснение возрастных особенностей психологической ресурсности личности является важным для консультативной работы психолога и саморазвития личности. Психологическая ресурсность личности, на наш взгляд, является вектором зрелости и принципом интегративной психологии.

Е.О. Цыганок,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПРОЯВЛЕНИЕ АГРЕССИИ У ПОДРОСТКОВ

Актуальность данной темы обусловлена тем, что социальные кризисные процессы, происходящие в современном обществе, отрицательно влияют на психологию людей, порождая тревожность и напряжённость, озлобленность, жестокость и насилие.

Тяжёлое экономическое положение страны привело наше общество к серьёзным трудностям и внутренним конфликтам, к многообразию форм аморальных поступков, преступности и других видов отклоняющегося поведения.

Особенно трудно в этот период - подросткам. Тревожным симптомом является рост числа несовершеннолетних с агрессивным поведением, проявляющихся в асоциальных действиях (алкоголизм, наркомания, нарушение общественного порядка, хулиганство, вандализм и др.). Усилилось демонстративное и вызывающее по отношению к взрослым поведение. В крайних формах стали проявляться жестокость и агрессивность.

Проблема агрессивности в подростковом возрасте имеет давнюю историю. В центре внимания исследователей были и биологические, и социальные детерминанты агрессии; механизмы ее развития и условия, определяющие проявления агрессии; индивидуальные и половозрастные особенности проявления агрессивного поведения и способы предотвращения агрессии. Это говорит о том, что данная проблема сложна и многогранна. Различие точек зрения на причинность проявления агрессивности в поведении объясняет отсутствие единого подхода и однозначного мнения по поводу решения проблемы снижения агрессивности в подростковом возрасте, что является мотивом для исследования данной проблемы. Агрессивность выступает средством :

- поднятия престижа,
- демонстрацией своейсамостоятельности,
- взрослости

Психологами встановлено, що у *мальчиків* имеются два піка проявлення агресії: 12 лет и 14-15 лет. У *девочек* найбільший рівень проявлення агресивного поведіння відзначається в 11 лет и 13 лет

Причинами агресивних поступків прийнято вважати:

- вродженні побудження или задатки;
- потреби, активізуються зовнішніми стимулами;
- пізнавальні и емоціональні процеси.

Таким образом, рассматривая различные точки зрения на феномен «агрессивное поведение», «агрессия в подростковом возрасте» становится очевидным, что проявление агрессии всегда мотивировано. При этом, агрессия в подростковом возрасте может выступать в разных качествах: во-первых, агрессию можно считать средством достижения цели (инструментальная агрессия или инструмент достижения цели); во-вторых, агрессию можно назвать неконструктивным способом переключения или способом психологической разрядки; в-третьих, неконструктивный способ самоутверждения, удовлетворения потребности в самореализации.

Науковий керівник: Т.В. Єрмолаєва, ст. викладач.

Є.О. Черенко,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Проблема дослідження інтелекту традиційна як для зарубіжної, так і для вітчизняної психології, але на сьогоднішній день психологічна сутність і природа інтелекту вивчена недостатньо, і уявлення про інтелект залишаються суперечливими.

Соціальний інтелект забезпечує розуміння дій і вчинків людей, міміки, поз, жестів, мови. Таким чином, соціальний інтелект виступає в ролі важливою складовою структури і є важливою професійною якістю таких професій, як юрист, психолог, лікар, викладач, журналіст і інших, що належать до типу «людина - людина».

Формування соціального інтелекту починається з дитячого віку. Період шкільного навчання - це найважливіший етап у формуванні соціального інтелекту, тому що саме в цей період розширюється коло спілкування, розвиваються такі здібності, як уміння переживати за іншу людину без прямого сприйняття його відчуттів, захищати свої думки і судження іншої людини.

Соціальний інтелект для психологів завжди вважався об'єктом великої важливості: все одно, в якому контексті розглядати - теоретичному або практичному. Але тим не менше він не піддається трактуванню, спіраючись на положення загальної теорії інтелекту. Це явище можна назва-

ти дивним. І причина полягає в тому, що та інформація, яка відома вченим про соціальний інтелект, сильно відрізняє його від інших типів інтелекту.

Перша відмінність випливає з характеру кореляційних зв'язків з іншими різновидами інтелекту. Зрозуміло, якщо порівняти різноманітні види інтелектуальних завдань, то, як правило, можна виявити серйозні позитивні зв'язки. Цей момент англійці назвали *positivemanifold*. А якщо взяти соціальний інтелект, то зв'язки з іншими типами інтелекту дуже слабкі і нестійкі. Скажемо більше, не дуже міцним можна назвати зв'язок навіть між різними тестами на визначення рівня соціального інтелекту.

Друга відмінна ознака є повною протилежністю по відношенню до першого. Типові тести на виявлення рівня інтелекту практично не мають зв'язку з будь-якими рисами особистості (про це свого часу, а саме в 1996 році, говорив Х. Ю. Айзенк), тоді як тести на виявлення рівня соціального інтелекту стабільно показують такі зв'язки.

Одне з визначень інтелекту звучить, як здатність осмислено перетворювати, відтворювати, використовувати знання, розуміти конкретні і абстрактні ідеї, осягати відносини між ідеями і об'єктами. Інтелект об'єднує всі здібності людини: сприйняття, пам'ять, мислення і багато інших.

Згідно Л.Готтфредсон, інтелект - це дуже загальна розумова здатність, яка включає можливість робити висновки, планувати, вирішувати проблеми, абстрактно мислити, розуміти складні ідеї, швидко навчатися і навчатися на підставі досвіду. Це не просто вивчення книг, вузькі академічні знання або навички проходити тести. Навпаки, на думку вченого, інтелект відображає більш широку і глибоку здатність пізнавати навколишній світ, розуміти суть речей і міркувати, що робити в тій чи іншій ситуації.

Що ж стосується соціального інтелекту індивіда, то різні автори дають безліч різних визначень соціального інтелекту. В узагальненому визначенні це психічне явище означає здатність правильно розуміти поведінку людей, що необхідна для ефективної міжособистісної взаємодії та успішної соціальної адаптації.

Термін соціальний інтелект був введений в психологію в 1920 році Е. Торндайк. Однак, у зв'язку зі складністю його діагностування проблема не втратила своєї актуальності. Є. Торндайк визначав «соціальний інтелект» як здатність розуміти інших і мудро, адекватно поводитися по відношенню до них

На початковому етапі формування знань про соціальний інтелект переважав біхевіористичний підхід до вивчення. Інтелект ототожнювали з психофізіологічними функціями, підкреслюючи вроджений характер його походження (Торндайк, Олпорт, Штерн та інші). І вже в результаті виділення самого соціального інтелекту як категорії Торндайком, можна спостерігати активну розробку даної категорії різними вченими Д. Гілфорд - один з учених наступного етапу розвитку соціального інтелек-

ту, що характеризується виділенням соціального інтелекту з ієрархії загального інтелекту. Особливою віхою в розвитку соціального інтелекту з'явилася факторно-аналітична теорія Гілфорда в 60-х роках 20 століття. Крім того, важливо відзначити, що саме Д. Гілфорд створив перший валидний тест досліджування рівня соціального інтелекту особистості, який і по нині залишається основним в цьому напрямку. На даний момент наука накопичила значний теоретико-емпіричний матеріал на тему різних видів інтелекту, а саме крім соціального інтелекту був виділений і емоційний, який розглядається як суміжний і дозволяє отримати більш глибоке розуміння суті, структури, функцій соціального інтелекту. Розвиток соціального інтелекту дозволяє активно обмінюватися інформацією. Знання даного психічного явища може допомогти в сучасній реструктуризації системи освіти, допомогти досліджувати і перетворювати сфери активної міжособистісної взаємодії.

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

В.Е. Чорнобривець,

Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї

У сучасному світі, в епоху постмодернізму і змін загальновизна-них світових парадигм, суть і значення сім'ї в структурі взаємин істотно трансформуються, що пов'язано не стільки зі зміною соціально-економічних відносин, а скільки є наслідком неможливості сучасним сім'ям адаптуватися до нових моделей взаємодії в сімейних відносинах. Саме постмодерністська течія зламала принципи побудови сімейних відносин, відмовившись від норм і традицій сімейного життя, що зумовлює невідзначеність такий ряд психологічних проблем сучасних сімей.

Перша проблема полягає в побудові негармонійних рольових стосунків у сім'ї, які утворюються при виконанні певних функцій. Це призводить до конфлікту рольових образів і, як наслідок, до руйнування сім'ї.

Друга проблема - впровадження бікар'єрних сімей, які послужили не тільки фундаментом для невідповідності в рольових відносинах, а й створили ряд інших проблем, а саме: утруднення у вихованні дітей, зменшення спільного проведення часу з-за того, що обидва подружжя зайняті кар'єрою і, як наслідок цього, зменшення сексуального життя.

Варто взяти до уваги проблему скорочення або відмову від виконання майже всіх господарських функцій і сімейних традицій, які або руйнують, або просто не створюють спільну діяльність в подружніх стосунках, що призводить до нездатності сім'ї бути цілісною і неможливості розвивати рівень близькості між подружжям в структурі сімейних взаємовідносин.

Також, одна з найбільш значущих проблем є проблема невідповідності в центральних переконаннях і сценаріях сімейного життя, обумовлені батьківським програмуванням і «приписами» (за Е. Берном), які закладаються в період від 0 до 3 років життя дитини і є практично незмінними до самої смерті. І під тиском постмодерністських змін ці переконання породжують тотальну невизначеність і сильний стрес для людської психіки, які в результаті можуть стати причиною не тільки неврозів і акцентуацій, але і серйозних психосоматичних захворювань.

На підставі вищенаведених особливостей сучасної сім'ї формуються проблеми в реалізації трьох головних чинників, які є життєво-важливими не тільки в сімейних чи любовних відносинах, а й у відносинах людини до світу і до самої себе. Для опису цих факторів ми звернулися до концепції *комітмента*, яка була створена професором психології і психотерапевтом Ковалевим С.В., та складається з прихильності, відповідальності один за одного та взаємної лояльності ставлення до партнера.

Прихильність є ваговою частиною даної концепції, тому що вона є базовою потребою людини, що, за теорією Д. Боулбі, супроводжує людину протягом всього життєвого шляху і є видом психологічної залежності, яка, на відміну від патологічних залежностей та співзалежностей, створює атмосферу безпеки, захищеності в сім'ї, підтримуючи впевненість подружжя один в одному. При проблемі порушення прихильності, яка актуальна для сучасних сімей на сьогоднішній день, руйнується взаємна довіра в сім'ї, з'являється почуття чужості по відношенню до партнера і нездатність до інтимності і відвертості у вираженні почуттів, які можуть стати причиною як мінімум для внутрішньої міграції і відстороненості в сім'ї, а як максимум, можуть призвести до тяжких конфліктів, психотравм та серйозних стресів. Відчуття небезпеки в сім'ї ж, які виникають в наслідок цього, мають основу до депресивного розладу і суїцидальних думок, які можуть закінчитися летальним ісходом.

При проблемі відсутності або втрати відповідальності й лояльності, не відбувається формування сім'ї як союзу та соціальної групи. Внаслідок цього, партнери не здатні забезпечити сім'ю відповідними сімейними функціями та ролями, виникає плутанина в побудові зобов'язань кожного з подружжя і сім'я, найчастіше, не здатна на довгострокове існування.

Проблема лояльності полягає в неприйнятті свого партнера з усіма його якостями, життєвою позицією та моделями сімейного благополуччя. Відсутність прийняття іншого часто є наслідком проекції на нього певних очікувань і уявлень з боку партнера і згодом, коли проекція виправдовується, то це призводить до появи певного когнітивного дисонансу і жорсткої вимоги відповідати даній проекції, що стає для сім'ї вирішальним фактором її руйнування.

Всі наведені вище проблеми сучасної сім'ї актуальні на сьогоднішній день більше, ніж будь-коли і без сумніву, кожна з проблем підвищує

загальний відсоток розлучень по всьому світу і є причиною виникнення психопатологій, неврозів і екзистенціальних криз в житті людини, які закривають її шлях не тільки в створення здорової і щасливої родини, а й здатності до гармонійного життя в цілому.

На наш погляд, існуючу кризу в сімейних стосунках можливо здолати шляхом кваліфікованої психотерапевтичної допомоги, компетентного діалогу у знаходженні взаємних моделей поведінки, що задовольняють кожного з партнерів в сім'ї, її ролей та традицій, а також розширенням своїх уявлень, переконань, підвищення загального рівня свідомості і компетенції в питаннях сімейних стосунків. При дотриманні цього, створити або ж зберегти сім'ю в світі змін парадигм буде значно простіше і ефективніше.

Науковий керівник: Н.В. Грисенко, канд. психол. наук.

А.П. Шевцова,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

СХИЛЬНІСТЬ ДО ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ ЗАЛЕЖНО ВІД РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУ

Гендерні відносини складають один з найважливіших аспектів соціального і культурного життя суспільства, є важливим показником його цивілізованості. Вони є найважливішим механізмом відтворення і підтримки однієї з найконсервативніших форм соціальної нерівності – гендерної, яка стверджує нерівний доступ чоловіків і жінок до соціально значущих ресурсів, не рівні можливості їх соціального просування, самореалізації. Стереотип – це схематизоване, часто спотворене або навіть помилкове, характерне для сфери повсякденної свідомості уявлення про будь-який соціальний об'єкт. Високий рівень інтелекту говорить про те, що людина може швидше вирішувати завдання будь-якого роду і складності, і це стосується і міжособистісних стосунків. У стереотипах про сімейні ролі найбільш повно відбиваються моделі поведінки подружжя, характер і особливості міжособистісного ставлення в сім'ї.

Проблема відтворення гендерних стереотипів в сучасній культурі знайшла відображення в роботах М.Л.Бутівської, В.Є.Кагана, І.С.Клецина, І.І.Луніна, Г.В.Старовойтової. Вивченням біологічних відмінностей які впливають на психіку чоловіків і жінок займалися Айзенк, Бем, Вайнінгер, Гамільтон, Геодокян, Йорсард, Трошихіна, Федорова, Фрейд, Цукерман, та ін. У існуючих теоріях – вчені пояснюють відмінності, пов'язані зі статевую приналежністю, зазвичай біологічними та соціальними чинниками. Однак останнім часом вчені схиляються до думки, що причини гендерної нерівності більш соціальні, ніж біологічні.

Відомо, що гендерна нерівність виражається, окрім іншого, у поділі професій на «жіночі» і «чоловічі», причому професії, пов'язані з більш ви-

соким соціальним статусом і більш високими доходами, як правило, «закріплені» за чоловіками. Стереотип перебільшує гендерні відмінності, які насправді не є стійкою характеристикою окремих особистостей. У сучасному суспільстві існує безліч жінок, які успішно займаються бізнесом і чоловіків, які знаходять себе у творчості і традиційно чисто жіночих заняттях.

Отже, люди з високим інтелектом, яких судячи з цього можна назвати розумними, виявляють низьку прихильність до традиційних гендерних стереотипів – простежується поступова трансформація останніх в напрямку «згладжування» їх колишньої полярності, іншими словами все більш популярним стає андрогенний тип особистості. Але навіть у чоловіків з низьким IQ простежується схильність до аутостереотипу. Тобто, чоловіки вважають що жінки можуть бути як кар'єристками, так і спрямованими на сім'ю, але майже кожен чоловік стверджував що він повинен забезпечувати сім'ю і вміти «забити цвях».

Науковий керівник: О.А. Дніпрова, канд. мед. наук, доц.

А.О. Шелест,
Університет імені Альфреда Нобеля, м. Дніпро

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Емоції відіграють одну з найголовніших ролей у нашому житті. Кожен день людина переживає якість емоції, кожна з яких сприймається по-різному, індивідуально.

Існує понад сотню емоцій, але основні з них – це страх, гнів, відрaza, презирство, смуток, здивування, радість.

Емоції – це психічні стани, які реалізуються в ситуативних переживаннях. Це одна з форм відображення об'єктивної дійсності, за якої особистість переживає суб'єктивний, тобто властивий конкретній людині, характер психічних процесів.

Природу виникнення і функції емоцій вивчали Ж. Сартр, П. Анохін, П. Якобсон та інші дослідники. Кожен науковець вкладає в дану дефініцію своєрідний зміст. Наприклад, О. Нікіфоров розглядає емоції як узагальнені чуттєві реакції, що виникають у відповідь на різноманітні за характером екзогенні (ті, що виходять із власних органів і тканин) сигнали, що обов'язково спричиняють певні зміни у фізіологічному стані організму. У свою чергу К. Платонов, на відміну від попереднього визначення, вважає, що емоції відбивають певні об'єктивні відносини між предметами і явищами реального життя та потребами людини і тому в свідомості вони викликають не образ предмета, а переживання. Ученим П. Симоновим емоції віднесені до людських потреб. На його думку, емоції – це відо-

браження мозком людини і тварини якоїсь актуальної потреби (її якості й величини) і вірогідності (можливості) її задоволення, яку мозок оцінює на основі людського й раніше набутого індивідуального досвіду.

Наразі ми розглянемо емоції людини, які можуть впливати на процес сприйняття, мислення, свідомості тощо та з'ясуємо зміст поняття «емоційний інтелект».

Позитивні та негативні емоції впливають на фізіологічний стан людини, позитивні – спонукають її до діяльності й досягнення корисного результату. Як показують проведені дослідження, під час відчуття радості вивільняються катехоламіни – гормони, що перешкоджають запальним процесам, у цей час відбувається викид ендорфінів, які здатні зменшити больові відчуття.

Негативні емоції мають протилежний ефект, проте вони теж стимулюють активність людини, спрямовуючи її на подолання перешкод. Найбільший вплив емоції чинять на серцево-судинну систему. Сильний гнів і тривале роздратування можуть стати причиною порушення роботи серця та розвитку такого захворювання як гіпертонія.

Якщо розглядати емоції з точки зору фізіогноміки, то люди з великими райдужками більш емоційні та більш відкриті. Люди з маленькими райдужками ока не дозволяють емоціям брати над собою верх і заважати прийняттю рішень. Особистість переживає емоції 24 години на добу, однак управляти емоціями вдається далеко не кожному. Лише незначна частина людей уміє справлятися зі своїми емоціями та розпізнавати емоції інших людей. Даний феномен отримав назву «емоційний інтелект».

Емоційний інтелект – це здатність розрізняти, розуміти та контролювати свої емоції та емоції інших людей.

У даний час поняття «емоційний інтелект» почало поступово входити в коло наукових психологічних інтересів, знаходячи більш конкретний і об'єктивний зміст, з іншого боку розкриваючи співвідношення і взаємодію емоцій і когніцій, афекту й інтелекту.

Структуру емоційного інтелекту складає здатність до емпатії, самосвідомість, самоконтроль та вміння управляти емоційним станом інших (рис. 1).

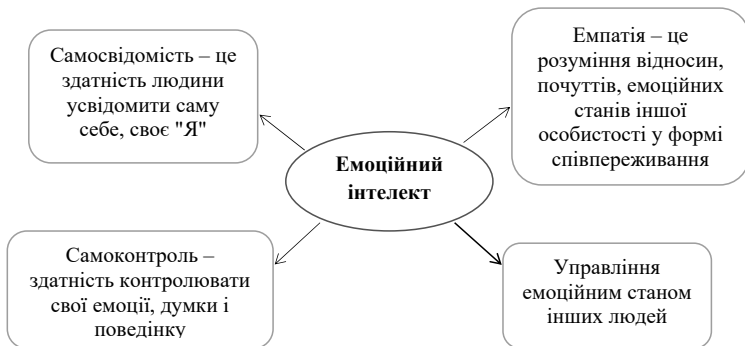


Рис. 1. Структура емоційного інтелекту

Дослідниця Г. Гарскова пише, що поняття «емоційний інтелект» було введено в науковий обіг нещодавно Дж. Маєром і П. Селовей і отримало поширення в англomовній літературі завдяки роботам Д. Големана. Для введення цього поняття було використано дві підстави: неоднорідність поняття «інтелект» і здійснення інтелектуальних операцій з емоціями.

Як зазначає П. Селовей, «емоційний інтелект» включає в себе ряд здібностей: розпізнавання своїх емоцій, володіння емоціями, розуміння емоцій інших людей і навіть самотивацію.

Необхідною умовою емоційного інтелекту, як писала Г. Гарскова, є розуміння емоцій суб'єктом, а кінцевим продуктом є прийняття рішень на основі відображення й осмислення емоцій, які є диференційованою оцінкою подій, що мають особистісний сенс. Емоційний інтелект продукує неочевидні способи активності для досягнення цілей і задоволення потреб. На відміну від абстрактного інтелекту, який відображає закономірності зовнішнього світу, емоційний інтелект відображає внутрішній світ і його зв'язки з поведінкою особистості й взаємодією з реальністю.

У 1990 році П. Селовей та Дж. Маєром опублікували статтю «Емоційний інтелект», якою фактично визначили все сучасне розуміння емоційного інтелекту. У 1995 році була опублікована книга Деніеля Гоулмана «Емоційний інтелект. Чому він може значити більше, ніж IQ», завдяки чому концепція емоційного інтелекту набуває надзвичайної популярності.

Якщо трохи відійти від психології та торкнутися психіатрії, існує такий термін, як „алекситимія”. Цей термін описує психологічний стан, коли особистість не здатна оцінювати і описувати власні емоції. Особливості алекситимії проявляються у таких людей у ті моменти, коли їх охоплює гнів, смuteк або будь-яке інше сильне почуття, яке вони не в змозі визначити і висловити. Приховування гніву, смутку стає причиною психосоматичних захворювань і іпохондричного розладу.

Як підсумок зазначимо, що вченими давно доведений вплив емоцій на здоров'я людини. Однакові емоції в різних людей виникають в абсолютно різноманітних ситуаціях. Також можна підтвердити, що позитивні емоції добре впливають на здоров'я, це не лише наша «інтуїтивна здогадка», а й науково доведений факт.

Емоційний інтелект – це та здібність, яка не дається нам від природи, це те, що нам потрібно розвивати самостійно. Наші батьки та люди, які нас оточують, здатні впливати на розвиток нашого емоційного інтелекту. Потрібно говорити дитині про емоції, про свої почуття, оскільки це може допомогти їй підвищити свій емоційний інтелект і краще зрозуміти себе. Як казав Публіус Сірус, римський поет, I ст. до н.е.: «Керуйте своїми почуттями, доки Ваші почуття не почали керувати Вами».

З. Шеримбетова,
*преподаватель,
Нукусский государственный педагогический институт,
г. Нукус, Узбекистан*

КРИТЕРИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Трианизм - это, когда человек как биологическое существо всегда существует в условиях определенной среды, к которому она должна приспособливаться для собственного же блага. Приспособление, конечно, не состоит в подчинении, а, учитывая то, что человек является разумной, означает собственный выбор способа и его направленности.

Четыре основные измерения экзистенции человека (физическое, психическое, социальное и духовное) являются отдельными аспектами жизни. Способность и эффективность приспособления к меняющимся условиям среды определяется уровнем здоровья человека. Каждый из четырех измерений экзистенции определяет определенный аспект здоровья: физическое, психическое, социальное и духовное.

Интеграцию и взаимовлияние отдельных измерений между собой обеспечивает сам индивид, а психическое здоровье является главным элементом интегративной системы.

Проблема психического здоровья в системе современных наук имеет два основных аспекта: свойства, особенности, механизмы и закономерности психических расстройств. В течение последних лет произошли изменения в подходах к психиатрическим исследованиям. Сегодня исследования психического здоровья является примером интегративного подхода, который сочетает подход с психологическими и социологическими категориями в изучении психических расстройств, индивидуально-типологических различий и психологии личности.

Закономерности взаимодействия нейробиологических уровней можно объяснить с позиции принципов. Согласно этим принципам, каждый высший уровень содержит предыдущие, каждому уровню присущи собственные закономерности, изменения на высшем уровне обуславливают изменения на низших, а изменения на более низких уровнях обуславливают лишь количественные изменения качественных свойств.

Главным критерием является адекватность, которая рассматривается как соответствие действий лица. На самом деле очень сложно оценить степень адекватности, поскольку ситуация - это система субъективных и объективных элементов, объединенных в деятельности человека. Субъективность обусловлена и тем, что каждое действие человека является не столько реакцией на окружение, сколько на собственную интерпретацию. Кроме того, оценить адекватность можно только постфактум, учитывая, как соответствие на момент действия, отсроченные фактически

кие последствия, отсроченное эмоциональную оценку самим лицом, отсроченное ощущение соответствия и социальные нормы. Эмоциональные и поведенческие реакции также оцениваются с учетом их адекватности.

Предпосылка адекватности поведения - это способности, механизмы психологической защиты, оптимизм, чувство юмора, креативность и интеллект. Важным критерием является гибкость реагирования как способность изменять поведение с привлечением необходимых ресурсов. Способности - это мощный ресурс социальной адаптации и личностного развития.

Ценностные ориентации, чувство самоэффективности - когнитивный уровень психологического здоровья, который является эталоном, системой отсчета, структурным каркасом субъективных интерпретаций объективной действительности.

Причиной неоднозначности интерпретаций может быть фактическое несоответствие декларируемых ценностей и убеждений в результате неосознаваемого воздействия социальной желательности.

Психологическое здоровье является предпосылкой обеспечения жизненных потребностей в активный образ жизни, достижения собственных целей, адекватной и оптимальной взаимодействия с людьми, социальным и другим окружением. Психологическое здоровье касается семантических аспектов психического здоровья, свойств Я и сферы человека, его убеждения, а также духовную сферу.

Проблема критериев психологического здоровья требует тщательно-го изучения и анализа с учетом потенциальной сложности исследуемого феномена.

И хотя критерии психологического здоровья можно выделить, вопрос оценки его состояния до сих пор не решен. Ни один из критериев, в частности, не может быть однозначно интерпретированным, поскольку психологическое здоровье - это интегративная система, которую необходимо рассматривать не только как целостный феномен, но и с учетом субъективной объективности ситуации и среды.

А.О. Шийка,

Університет імені Альфреда Нобеля м. Дніпро

ДИСОЦІАТИВНИЙ РОЗЛАД ОСОБИСТОСТІ

Під дисоціативним розладом ідентичності (або множинним розладом особистості) розуміють сукупність психічних порушень, зокрема провалів в пам'яті, порушення свідомості і почуття особистісної ідентичності, які ведуть до того, що особистість людини розділяється. Через це створюється враження, що в одній людині існує кілька особистостей, у яких може бути різний стать, вік, соціальний статус, характер. Попросту кажу-

чи, це можна називати роздвоєнням особистості, хоча одна людина може включати в себе багато більшу кількість «персонажів».

Причинами цього розладу служать важкі емоційні травми в ранньому дитинстві, що повторюються, екстремальне фізичне, сексуальне або емоційне насильство, а також психічні захворювання, не виявлені раніше. Даний розлад є крайнім проявом дисоціації - механізму психологічного захисту, при якому людина починає сприймати те, що відбувається з ним так, ніби це відбувається з кимось стороннім. Цей механізм корисний, так як він дозволяє людині захиститися від надлишкових, нестерпних емоцій, але у випадках надмірної активації даного механізму з'являються дисоціативні розлади.

Що ж стосується клінічних особливостей, то варто відзначити цікавий факт: при обстеженні у хворих зазвичай не виявляється нічого незвичайного в психічному статусі, крім хіба що амнезії деяких моментів (саме тих самих, коли одна особа заміняла іншу, а домінуюча особистість не пам'ятає, що передувало цього). Характер поведінки особистостей хворого може настільки відрізнятись, зміни можуть бути такими різкими, що перемикання може відбуватися протягом декількох секунд, і амнезія може відбуватися і в такі короткі періоди часу. Але більш того, амнезія може траплятися не завжди: людина пам'ятає, що з ним відбувалося, хоча активна була інша його особистість; кілька особистостей як би співіснують в реальному часі.

Відомий американський психолог Ерік БERN висунув теорію, згідно з якою в кожній особистості співіснує дитина, батько і дорослий. Дуже часто буває, що одна з субособистостей відноситься до дитини, хтось піклується, а хтось захищає. Таким чином, відіграються стресові ситуації, які могли послужити тригерним механізмом для виникнення цього розладу, але вони відіграються в досить безпечному ключі.

Є думка, зокрема, на Заході, що такий розлад слід вважати не захворюванням, а варіантом норми. Це просто екзистенційний стан множинної особистості, який не викликає соціальних наслідків, і «особистості», відповідно, не звертаються за допомогою, тому ніякому примусовому лікуванню не підлягають.

Основним методом лікування дисоціативного розладу особистості є психотерапія - зокрема, когнітивна і раціональна психотерапія, націлена на вироблення критики до свого стану.

Науковий керівник: О.А. Днірова, канд. мед. наук, доц.

Наукове видання

X Міжнародна науково-практична конференція
студентів, аспірантів і науковців

ПРАКТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ У СУЧАСНОМУ ВИМІРІ

Тези доповідей

28 березня 2019 р.

(українською, російською та англійською мовами)

Комп'ютерна верстка *А.Ю. Такий*

Підписано до друку 21.03.2019. Формат 60×84/16.

Ум. друк. арк. 14,18. Тираж 100 пр. Зам. № .

ВНЗ «Університет імені Альфреда Нобеля».
49000, м. Дніпро, вул. Січеславська Набережна, 18.
Тел. (056) 778-58-66, e-mail: rio@duan.edu.ua
Свідоцтво ДК № 5309 від 20.03.2017 р.

Віддруковано у ТОВ «Роял Принт».
49052, м. Дніпро, вул. В. Ларіонова, 145.
Тел. (056) 794-61-05, 04
Свідоцтво ДК № 4765 від 04.09.2014 р.