

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РЕАЛІЗАЦІЇ АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

МАТЕРІАЛИ І МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

МАТЕРІАЛИ
І МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
РЕАЛІЗАЦІЇ АДАПТАЦІЙНОГО
ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ
В СУЧАСНИХ УМОВАХ
ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

19 листопада 2021 року

Вінниця

ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ



**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ
РЕАЛІЗАЦІЇ АДАПТАЦІЙНОГО
ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ
В СУЧАСНИХ УМОВАХ
ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**МАТЕРІАЛИ
І МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ**

19 листопада 2021 року

Вінниця

Редакційна колегія:

Оверчук В. А., доктор економічних наук, кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри психології, в.о. завідувача кафедри психології; *Афанасьєва Н. Є.*, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології; *Васюк К. М.*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології; *Каменищук Т. Д.*, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи; *Кушнір Ю. В.*, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології; *Сидоренко Ж. В.*, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології; *Лапшова Н. С.*, старший викладач кафедри психології; *Боженко В. Г.*, завідувач навчальної лабораторії, асистент кафедри психології.

*Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради філологічного факультету
Донецького національного університету
імені Василя Стуса (протокол № від 2021 року)*

А 43 Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності : Матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції, 19 листопада 2021 р. / За ред. проф. В. А. Оверчук. Вінниця, 2021. 172 с. [Електронне видання]

У матеріалах І Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми реалізації адаптаційного потенціалу особистості в сучасних умовах життєдіяльності» представлено актуальні теоретичні та прикладні дослідження проблем сучасної психології.

Збірник адресований науковцям, викладачам закладів вищої освіти, аспірантам, студентам, спеціалістам у галузі практичної психології, а також усім тим, хто цікавиться сучасними науковими дослідженнями у психології

Матеріали опубліковано в авторській редакції. Відповідальність за грамотність, науковий та літературний зміст, достовірність фактів і посилань несуть автори.

СЕКЦІЯ 1

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ РІЗНИХ РОКІВ НАВЧАННЯ

Афанасьєва Н. Є.^{}, Śliwa Slawomir^{**}*

В українській психологічній науці динамічно формується новий напрямок – виховання толерантності особистості (Ж. Вірна, Н. Пов'якель, Н. Чепелева, О. Бондаренко, Ю. Долинська, В. Панок, (О. Власова, В. Волошина, Т. Федотюк та ін.), який займається такими проблемами: створення соціально-психологічних умов толерантної взаємодії, толерантного освітнього простору; формування умов культури спілкування; розвиток синергетичного мислення, що дозволяє приймати широкий спектр особистісних якостей, індивідуальних та етнічних проявів людини; створення особистісно-орієнтованого підходу в освітньому процесі, основою якого є суб'єкт-суб'єктні взаємини в системі «викладач-студент».

В якості основних умов формування толерантності у середовищі

* Афанасьєва Н. Є., д-р. психол. наук, професор, Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

** Śliwa Slawomir, Dr., Deputy Dean of the Economic-Pedagogical Faculty of the Academy of Management and Administration in Opole, Republic of Poland.

здобувачів вищої освіти називаються такі: підвищення рівня інформованості здобувачів про сутнісні та змістовні характеристики толерантності; формування толерантності в особистій сфері цінностей здобувачів і її перетворення в регулятивний принцип їх професійної та непрофесійної діяльності; формування вмій та навичок толерантної міжособистісної взаємодії; формування установок на толерантність, що складаються із здібності і емоційно-вольової готовності здобувача до рівноправного діалогу з іншою людиною; використання лекційних, дискусійних та ігрових форм і тренінгів у навчально-виховній роботі для формування толерантності.

Для діагностики рівня розвитку комунікативної толерантності здобувачів вищої освіти використовувалася «Методика діагностики загальної комунікативної толерантності» В. Бойко; статистичний аналіз здійснювався за допомогою критерія χ^2 -Фрідмана. У дослідженні брали участь здобувачі 1, 2 і 4 курсів соціально-психологічного факультету Національного університету цивільного захисту України (м. Харків). Загальна кількість досліджуваних – 55 осіб.

Таблиця 1
Показники загальної комунікативної
толерантності студентів-психологів різних курсів (бали)

Шкали	1 курс x±sd	2 курс x±sd	4 курс x±sd	$\chi^2_{\text{крит.}}$	W
Неприйняття або нерозуміння індивідуальності іншої людини	11,7±4,1	9,2±3,3	8,1±2,9	6,710	0,635
Використання себе як еталону при оцінці поведінки і способу мислення інших людей	10,4±3,6	11,6±4,0	13,6±4,7	6,640	0,532
Категоричність або консерватизм в оцінках інших людей	12,6±4,3	9,1±3,2	8,2±2,9	7,429	0,671

Невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнерів	9,1±3,2	8,5±3,1	5,4±1,9	7,250	0,613
Прагнення переробити, перевиховати партнерів	11,3±3,9	10,3±3,5	9,6±3,3	4,667	0,233
Прагнення підігнати партнера під себе, зробити його «зручним»	14,8±5,1	11,0±3,8	8,4±2,9	9,419	0,771
Невміння прощати іншим помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності	10,2±3,5	8,8±3,1	7,3±2,6	6,556	0,678
Нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту, створюваному іншими людьми	14,1±4,8	10,5±3,7	9,7±3,4	7,387	0,719
Невміння пристосовуватися до характеру, звичок і бажань інших	9,3±3,2	10,6±3,7	8,5±3,0	4,158	0,258
Загальний показник	103,5±34,6	89,6±30,0	78,8±26,4	6,556	0,678

Примітки: W Кендала (розмір ефекту): $0,00 \leq W < 0,10$ – несуттєвий; $0,10 \leq W < 0,30$ – малий; $0,30 \leq W < 0,50$ – середній; $0,50 \leq W < 1,00$ – великий.

При аналізі та інтерпретації отриманих результатів ми спиралися не лише на значущість відмінностей між показниками, але й на розмір ефекту (W), тому що саме він дозволяє довести цінність результатів дослідження та їх практичну значущість. Розмір ефекту відображає силу взаємозв'язку між явищами, величину різниці ознаки між групами, відповідність теоретичної моделі емпіричним даним та дозволяє оцінити корисність, важливість, цінність, осмисленість такого відношення.

Отримані результати вказують на досить високий рівень інтолерантності у досліджуваних всіх груп. При цьому слід зазначити, що комуніка-

тивна толерантність розвивається в процесі навчання у ЗВО. Найбільших змін зазнають показники за такими шкалами: «неприйняття або нерозуміння індивідуальності іншої людини» ($W = 0,635$), «використання себе як еталону при оцінці поведінки і способу мислення інших людей» ($W = 0,532$), «категоричність або консерватизм в оцінках інших людей» ($W = 0,671$), «невміння приховувати або згладжувати неприємні почуття при зіткненні з некомунікабельними якостями партнерів» ($W = 0,613$), «прагнення підігнати партнера під себе, зробити його «зручним»» ($W = 0,771$), «невміння прощати іншим помилки, незручність, ненавмисно заподіяні неприємності» ($W = 0,678$), «нетерпимість до фізичного або психічного дискомфорту, створюваному іншими людьми» ($W = 0,719$).

Комунікативна толерантність, на наш погляд, є одним з важливих феноменологічних проявів комунікативної компетентності особистості. Толерантність характеризує ставлення особистості до інших людей і відображає ступінь терпимості до неприємних психічних станів, якостей і вчинків партнерів по взаємодії. У ряді досліджень толерантність пов'язують з емоціями. Серед основних функцій емоцій, крім пристосувальної, сигнальної, оцінної, регуляторної називається комунікативна функція.

Механізм виникнення і проявів комунікативної толерантності пов'язаний з психологією емоційного відображення індивідуальних відмінностей. У механізмі комунікативної толерантності вирішальну роль грає сумісність чи несумісність однойменних якостей партнерів – інтелекту з інтелектом, характеру з характером, звичок зі звичками, темпераменту з темпераментом тощо. Інакше кажучи, партнери порівнюють і оцінюють якості, стани один одного на рівні окремих підструктур особистості.

Комунікативна толерантність проявляється в тих випадках, коли людина або не бачить особливих відмінностей між підструктурами власної особистості й особистості партнера, або не відчуває негативних переживань щодо відмінностей. Таким чином, чим менше неприємних і неприйнятних для себе відмінностей знаходить одна людина в іншій, тим вище у неї рівень комунікативної толерантності, тим рідше вона засуджує індивідуальність іншого або драгується з приводу відмінних рис. Підвищення рівня толерантності відбувається у тому випадку, якщо ми навчимося двох речей: *по-перше*, долати або згладжувати негативні враження від відмінностей між підструктурами своєї особистості й особистості партнера; *по-друге*, усувати обставини, що викликають або підкреслюють ці відмінності.

Людина, що має високий рівень комунікативної толерантності, досить урівноважена, сумісна з різними людьми. Завдяки цим перевагам створюються психологічно комфортні умови для спільної діяльності, досягнення синергічного ефекту. Відсутність комунікативної толерантності або її низький рівень пояснюються негативними реакціями індивіда на виявлені відмінності між підструктурами власної особистості й особистості партнера.

Комунікативна толерантність передбачає наявність емпатії, самоконтролю, витримки та інтелектуальної гнучкості. У зв'язку з цим деякими психологами комунікативна толерантність розглядається як багатовимірна характеристика особистості, що має складну структуру, основними складовими якої є мотиваційно-ціннісний, когнітивний, емоційно-вольовий та поведінковий компоненти.

Таким чином, комунікативна толерантність – найважливіша властивість психолога, що необхідна для оптимізації процесів спілкування, взаємодії та діяльності в цілому, а, отже, її можна розглядати як один з елементів комунікативної компетентності професійного психолога.

МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕНТ-АНАЛІЗУ В ДОСЛІДЖЕННІ НЕПРАВДИВИХ ПОВІДОМЛЕНЬ

К. М. Васюк, Magdalena Wierzbik-Strońska***

Міжособистісна взаємодія завжди є предметом особливої цікавості психологічної науки, адже в ній проявляється весь спектр особистісних рис. Основою взаємодії є мовлення. На тлі захоплення сучасних діагностів невербальними засобами комунікації і намагань за допомогою їх оцінити особистісні риси, стани і особливості

* Васюк К. М., канд. психол. наук, доцент, Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна)/

** Wierzbik-Strońska Magdalena, Vice Rector, University of Technology, Katowice, Republic of Poland/

ставлення до співрозмовника, лінгвістична складова залишається на другому плані. Але аналіз мовлення має дуже широкі можливості в питаннях діагностики особистості. В цьому контексті спостерігається інтерес до різних технік аналізу дискурсу, зокрема, інтент-аналізу, який дозволяє виявляти приховані наміри і смисли комунікантів. Особливий інтерес це представляє в політології, але можливості цього методу набагато ширші.

За визначенням Н. Д. Павлової, інтенція – це намір комуніканта, що виражає глибинний психологічний зміст його повідомлення, безпосередньо пов'язаний з цілями діяльності, потребами, установками, ставленням до предмету розмови і партнера у спілкуванні. Іntenціоональність, або предметність спрямованості, згідно з позицією С. Л. Рубінштейна, є невід'ємною частиною свідомості. Згідно Т. М. Ушакової, суб'єктивні смисли організуються у відповідності до граматичних правил мовленні і виражаються в конкретному дискурсі (Ушакова Т. М., 2000).

В нашому дослідженні ми здійснили спробу систематизувати основні техніки інтент-аналізу, які можна застосувати в аналізі неправдивого повідомлення, адже зумисний обман логічно має відображатися в прихованих інтенціях мовця. Крім того, дана техніка має кількісне вираження в певних одиницях аналізу і може піддаватися статистичній обробці

За деякими процедурами інтент-аналіз схожий на інші техніки аналізу текстів – контент-аналіз та семантичний диференціал. Всі ці техніки використовують засоби прагмалінгвістики, спрямовані на виявлення особистісного смислу мовлення. Значний внесок у їх розробку внесли Г. Грайс, Дж. Лич, А. Вежбицка, Дж. Лакофф, Р. Лакофф, Ч. Стивенсон, С. Левинсон та ін. (Засекіна Л. В. 2008; Мазурок А. І., 2012).

Під час інтент-аналізу береться до уваги не словесне наповнення тексту само собі, конкретні слова, як в контент-аналізі, а те, що ХОТІВ сказати автор. Труднощі з розумінням інтенцій лежать в основі проблем в спілкуванні. Наприклад, людина пожартувала, а ви не зрозуміли цього і образились.

Сам інтент-аналіз включає 2 етапи: 1 - виділення інтенцій, 2 – їх оцінка. В основному аналізуються пропозиції – це структурована одиниця смислу. Основою їх є дієслово із допоміжними словами, або словосполучення, які описують дію.

Основною задачею інтент-аналізу неправдивого повідомлення є виділення тих інтенцій або їх співвідношень, які будуть якісно відрізня-

ти його від правдивого. Г. Г. Почепцов і О. Г. Фролова окреслили декілька загальних вимог для виділення таких інтенцій (Фролова О. В., 2014):

1. Одиниця аналізу повинна бути достатньо великою, щоб виражати самостійне значення.
2. Одиниця повинна бути достатньо малою, щоб не виражати декілька значень.
3. Вона повинна легко ідентифікуватися.
4. Число одиниць повинно бути достатнім для виявлення закономірностей.

Виділення таких одиниць (або пропозицій) складає першу, базову техніку інтен-аналізу. Друга техніка включає аналіз того, яку дію намагався реалізувати співрозмовник, наприклад, пояснити щось, висловити невдоволення або схвалення, погодитись, пообіцяти, вибачитись, звинуватити, відхилити пропозицію, наполягти, наказати, повідомити, привернути увагу, покочетувати тощо. Виділення даних категорій відбувається на підставі аналізу дієслів, що містяться в реченні. Вони виражають ту дію, яка є пріоритетною для особистості на даний момент.

Третя техніка полягає у класифікації дієслівних форм в певні типи інтенцій, які найчастіше використовуються в інтен-аналізі. Е. Павлова привела наступну класифікацію:

1. *Комісиви* – самонакази, зобов'язання виконати дію. Це: обіцянки, клятви, присяга, гарантія, договір, зобов'язання, парі, згода щось зробити, зарікатися, дослухатися, дякувати за пораду, змиритися, прийняти факт чогось, здатися. Велика їх кількість говорить про почуття провини, низьку самооцінку або підлеглий стан особи.
2. *Репрезентативи* – вони фіксують відповідальність оратора за зміст тексту, демонструють його бачення ситуації: інформативні повідомлення (завтра у нас збори); передбачення (навряд чи щось вийде); загальновідомі твердження (після 21 вересня день стає коротший); зізнання (я тебе поважаю); характеристики (він прекрасна людина); пояснення (це слово має 2 значення).
3. *Декларації* – мають намір оголосити про певний стан речей. Підтвердження чогось, заповіт, посвята, подання у відставку, відречення, затвердження документу, виголошення урочистої промови. Велика кількість декларацій і репрезентати-

- вів у мовленні говорить про те, що людина хоче «замилити очі», не говорити щось незручне, уникає конкретних тем.
4. *Експресиви* – виражають емоційний стан доповідача, за ними можна виділити також базову емоцію, настрої, почуття, ставлення. Наприклад, «бажаю успіху, вітаю, це дуже приємно, прекрасний захід, шкода, що так сталося». Велика кількість їх говорить про те, що людина емоційно збуджена, не вміє або не може зараз зосередитись на справі.
 5. *Директиви* – мають змусити слухача діяти у певному напрямку.
 6. *Ретрактиви* – взяття назад обіцянки, відмови, заперечення сказаного.
 7. *Вокативи* – звертання з метою привертання уваги.
 8. *Менасиви* – погрози, ультиматуми.
 9. *Квеситиви* – запитання.

Метою нашого дослідження було виявлення відмінностей у частоті використання певних типів інтенцій у зумисне неправдивих і правдивих повідомленнях. Вибірку дослідження склали студенти Донецького національного університету імені Василя Стуса у кількості 50 осіб з них 18 чоловіків і 32 жінки віком від 18 до 45 років. Аналізувалося по два правдивих і неправдивих повідомлення шляхом порівняння частоти прояву інтенцій в повідомленнях одних і тих же осіб. Таким чином ми проаналізували 200 повідомлень. Відбувалася також регламентація часу, то ж загальна кількість смислових одиниць повідомлень варіювалась від 32 до 41. Це досягалось за рахунок контролю часу доповіді.

Основним припущенням в нашому дослідженні було те, що в процесі формулювання зумисне неправдивого повідомлення мовець буде використовувати специфічні мовні інтенції, зокрема, буде спостерігатися збільшення кількості репрезентативів і декларацій, які описують стан речей без вираження особистої позиції (як у випадку з менасивами, експресивами, директивами). Підрахунок результатів відбувався у вигляді відсоткових значень даних інтенцій по відношенню до загальної кількості одиниць в тексті. В таблиці 1 представлені усереднені показники по групам, але в статистичній обробці порівнювалися результати кожного досліджуваного окремо за *T-критерієм* Вілкоксона.

Таблиця 1
Відсоткове співвідношення інтенцій
у правдивих і неправдивих повідомленнях (усереднене значення по групі)

Вид інтенції	Правдиві повідомлення	Неправдиві
Комісиви	7,5	11,25
Репрезентативи	34,3	57,1
Декларації	7,5	28,5
Експресиви	24	0
Директиви	7,5	0
Ретрактиви	0	3,15
Вокативи	11,7	0
Менасиви	0	0
Квеситиви	7,5	0

Як бачимо з таблиці 1, у неправдивих повідомленнях наявні певні відмінності у частоті використання окремих типів інтенцій. Так, у неправдивих повідомленнях зростає кількість репрезентативів та декларацій, а кількість вокативів і експресивів значно зменшується. Статистичний аналіз за Т-критерієм Вілкоксона підтвердив цю тенденцію на рівні статистичної значущості $p \geq 0,05$ за показниками репрезентативів, декларацій, експресивів, вокативів, у випадку з ретрактивами і комісивами через малу кількість випадків відмінності були незначущі. Загальні тенденції свідчать, що у неправдивих повідомленнях збільшується кількість інтенцій, які дистанціюють суб'єкта від предмету мовлення (декларативи, репрезентативи), описують об'єктивні ознаки ситуації, також зменшується вираженість особистості позиції і опис власних почуттів (експресиви). Також зменшується кількість вокативів, що виражає небажання привертати до себе увагу. Таким чином, наше припущення щодо відмінностей у інтенціях неправдивих і правдивих повідомлень підтвердилось, що створює прецедент для поглиблення лінгвістичних досліджень у напрямку аналізу дискурсу і виділення специфічних для зумисних неправдивих повідомлень ознак в дискурсі.

FORMATION OF CONCEPTION OF HEALTH AS A PERSONAL VALUE IN PRIMARY SCHOOL AGE PUPILS

*O. V. Kovoleva**, *A. V. Ovdienko***

In implementing the requirements of the Law of Ukraine «About Education», the National Doctrine of Education in Ukraine in the XXI century and the State Standard of Education, a significant step has been made in reforming school education, updating the educational process on the principles of democratization, humanization and priority of universal values. Thus, the National Doctrine of Education Development of Ukraine in the XXI century states that «the priority of the education system is to teach people the appropriate attitude to their own health and the health of others as the highest social and individual values».

However, special studies show that in Ukraine only 15% of children are born healthy. By the time they start school, 80% of children have health problems. Neuropsychiatric disorders were recorded in 88% of pupils. By the end of school education, 42% of schoolchildren have chronic diseases, 50% of children have disorders in the development of the structure and functions of various body systems (*Барановский В. А., 1991*).

As a result, children's health is becoming extremely important. The increase in morbidity is explained not only by the influence of various objective negative factors, but also by the lack of attention to valeological issues in the education of children and adults, which is one of the reasons for the child's passive attitude to their health. It should be noted that the system of education and upbringing that has developed in Ukraine does not form the necessary motivation for students to maintain and strengthen their health and the health of others. The school is focused mainly on the study of the surrounding world and does not carry out systematic work on the formation of a culture of student

* Kovoleva O. V., Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine)

** Ovdienko A. V., student, speciality Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine)/

health, without using the rich national experience and traditions. Therefore, one of the most important tasks of a modern school is to teach students the basics of health, the formation of their valeological worldview, equipping them with knowledge, skills and abilities aimed at maintaining and strengthening their health throughout life.

Recently, more and more specialists in various fields of science – psychologists, teachers, valeologists, doctors are paying attention to the problem of children's health. Thus, the problem of forming and ensuring mental health in the educational process was considered by M.E. Androsom, V.V. Klymenko; the psychological aspects of the formation of children's health are devoted to the work of O.V. Zavgorodnaya, N.Yu. Maximova (*Лісова О. С., 2001*).

Analysis of psychological, pedagogical and medical research shows that today there are not enough scientific developments, didactic and methodological materials that could be used to improve valeological education in Ukraine and the formation of pupils' ideas about health as a personal value. Even in thorough scientific works on the problems of valeology G.L. Apanasenko, I.I. Brekhmana, V.P. Voitenko, this problem has not been sufficiently developed (*Максименко С. Д., 1998*).

Insufficient theoretical development and significant relevance of the problem led to the choice of the topic of the thesis – "Formation of conception of health as a personal value in primary school age pupils".

The object of the research is the conception of primary school age pupils about health as a personal value.

The subject of the research is the process of formation of conception about health in primary school age pupils.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and experimentally investigate the conditions for the formation of conception of health as a personal value in primary school age pupils.

Objectives of the study: to carry out a theoretical analysis of approaches to the problem of studying the conception of health in children of primary school age; develop and test a system for diagnosing conceptions of health in primary school age pupils; develop a set of methodological techniques and tasks on the Health Basics for the formation of primary school age pupils' conceptions about health.

Theoretical methods were used to solve the tasks and to accumulate scientific facts: analysis of psychological and pedagogical, medical, social,

philosophical literature and generalization of the received information; study of normative documents on health and valeological training and education; analysis of school curricula and programs, textbooks, methodical and educational manuals, notebooks for pupils with a printed basis; theoretical modeling.

The theoretical and methodological basis of the study is the principals on the social and personal value of health; psychological and pedagogical, philosophical, medical and biological principals on the interdependence of physical, mental, social and spiritual health; psychological positions on the formation of ideas as mental processes in humans.

The experimental base was an educational complex № 16 in Melitopol.

The study presents data on the conditions of formation and development of primary school age pupils' conceptions about health as a personal value; the psychological mechanism of formation of conceptions about health as a personal value is considered; criteria and indicators of formation of health conceptions in primary school age children are determined.

The main principals and recommendations can be used by primary school teachers in teaching the courses "Health Basics", "Physical Culture", "Me and Ukraine", "Science", "Fundamentals of Life Safety".

The problem of formation of conception of health as a personal value in primary school age pupils is relevant to modern science and education in general, because the school needs effective forms and methods of learning that can contribute to the development and improvement of the child, mental and physical health.

Theoretical analysis of the scientific literature shows that at the present stage scientists have not paid enough attention to the development of theoretical and practical model of forming ideas in students, in particular the psychological aspects of formation of conception of health as a personal value in primary school age pupils.

The theoretical analysis of the problem of health perceptions carried out in the course of the research allowed to clarify the meaning of the concept of "health" and its components, to determine the factors that determine them, to reveal the category of "human health" as a holistic, systemic phenomenon.

It is determined that subjective health is characterized by a person through a sense of general well-being, joy of life, ability to work, ability to adapt and overcome negative influences, obstacles.

Based on the results of the ascertaining stage of the experimental study, we determined the criteria (cognitive, motivational, activity) and the corresponding indicators of the formation of conception of health in primary school age pupils. Based on the criteria and their indicators, there are three levels of formation conception of health in primary school age pupils: high, medium, low.

It is established that the formation conception of health in primary school age pupils – is a special attitude of the individual to their health, which is expressed in awareness of its value and in an active positive desire to improve it, as well as - is the degree of awareness of health and its manifestation in various evaluative and behavioral actions. Criteria for the formation of conceptions about health are those signs of consciousness and behavior that are formed as a result of knowledge acquisition, the formation of the necessary and motivational basis for maintaining and strengthening health and are reflected in the semantic characteristics of the individual in relation to the sphere of activity.

It is established that the idea of health as a personal value in primary school age pupils can be formed in the process of complex activities, both educational and extracurricular, in particular, in lessons on the Health Basics, conducted by us modified lesson structure, in other lessons by improving content focused on the formation of values to their health, the use of forms and methods of correctional and developmental work in accordance with the state of health of children and the psycho-functional capabilities of their bodies.

A comparative analysis of the generalized results of the experimental work showed that in all experimental classes the higher indicators of the formation of conceptions about health were obtained by all criteria, compared with the control ones. These results confirm the effectiveness of our correctional and developmental program aimed at formation of conception of health in primary school age pupils.

The conducted research, of course, does not exhaust the decision of all questions on the specified problem. We see as promising a further psychological and pedagogical substantiation of the notion of health as a personal value in relation to other age groups, which will contribute to a holistic approach to the problems of valeological education.

СУЧАСНИЙ СТАН СФОРМОВАНOSTІ ЕКОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

*Маляр О. І.**

На сучасному етапі складних і динамічних трансформацій відносин суспільства з навколишнім середовищем бережливе ставлення до природи є невід'ємною складовою наукового світогляду, що вимагає розвитку взаємодії в системі „людина-природа” й опанування екологічною культурою починається з дитинства. Глобальні зміни у навколишньому середовищі актуалізували проблему формування у дітей стійкого ціннісно-бережливого ставлення до природи, утвердження у свідомості підростаючого покоління дбайливої позиції щодо довкілля. Науково-технічний прогрес викликав бурхливий розвиток промисловості, сільського господарства, транспорту, чим зумовив появу великої кількості шкідливих речовин, побутових і виробничих відходів, що суттєво забруднюють і руйнують навколишнє середовище.

У сучасних міжнародних документах екологічне виховання розглядається, як складова освіти сталого розвитку (Education for Sustainable Development). Зокрема, в них відображено й ідеї застосування зразків і досягнень етнічних культур у екологічному вихованні. На необхідності врахування національних та регіональних умов в освітньому процесі, формуванні системи цінностей та екологічного способу життя, відповідальної життєвої позиції і поведінки, збереженні традиційних знань наголошується у «Стратегії ЄЕК ООН для освіти в інтересах сталого розвитку».

У роботах Н. Бібік, С. Бородавкіна, А. Букіна, О. Вербицького, О. Захлебного, І. Зверева, В. Ільченко, О. Плахотнік, І. Суравегіної, В. Сухомлинського, Г. Ткачук, В. Червонецького та ін. вказується на

* Маляр О. І., канд. психол. наук, доцент, старший викладач кафедри психолого-педагогічної освіти та соціальних наук КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти» (Україна)/

значення екологічної освіти кожної людини, визначається роль екологічної культури в процесі формування духовної культури особистості та суспільства. Формування екологічної культури були предметом вивчення Н. Ясінської, Н. Грейди, О. Пруцакової, С. Совгіри, М. Шаповал, М. Шведа. Особливості екологічної культури фахівця досліджено в працях С. Дерябо, А. Захлебного, Г. Ільїної, І. Суравегіної, Л. Печко. Закономірностям впливу екологічного виховання на формування екологічної культури присвячені роботи М. Бойчева, В. Грубінко, Н. Пустовіт.

Мета дослідження полягає у теоретико-методологічному обґрунтуванні та емпіричному вивченні змістової сутті та особливостей формування екологічної культури у дітей молодшого шкільного віку як фактору сталого розвитку.

Сучасна природничо-наукова картина світу неможлива без відзеркалення проблеми виникнення й розвитку екологічної культури, яка за останній час набула самостійності та особливого значення. Із зародженням західноєвропейського природознавства проблема взаємовідношень у системі "людина – природа" отримала наукове обґрунтування, аналіз якого допомагає зрозуміти виникнення, сутність, закономірність розвитку екологічної культури. Термін був введений в науковий обіг Л. Н. Коганом, який під екологічною культурою трактувався як «причетність культурно-духовних і природних основ розвитку людської цивілізації». На думку Л. Н. Кога-на, екологічна культура - це частина загальної культури людства, що представляє собою передачу від старшого покоління молодшому різноманітних умінь, навичок - досвіду, також подразумевається підсумок цього самого процесу: сформувалися згодом цінності, норми, погляди і традиції (Коган Л. Н., 1993). У літературі зустрічаються й інші визначення цього поняття. так, на думку І. А. Воеділової, «екологічна культура являє собою сукупність норм, поглядів і установок, що характеризують відношення суспільства, його соціальних груп і особистості до природи». В. І. Жиркова дає таке визначення: екологічна культура - це усталені погляди дбайливого ставлення до навколишнього світу, відбиваються в думках і діях кожного.

Екологічна культура виступає в якості органічної частини світогляду яка об'єднує духовні основи ставлення людини до світу (мета

її прагнень, уявлення про сутність свого існування, принципи діяльності), що передбачають наявність і динаміку іншої, (внутрішньої світоглядної функції – свідомої побудови свого внутрішнього світу, утворення особливого механізму, з допомогою якого в регуляцію соціальної поведінки включаються світоглядні цінності (екологічний імператив або екологічна свідомість).

Екологічна грамотність, дбайливе ставлення людини до природи формується поступово і нерозривно пов'язане з дійсністю. Діти з раннього віку, на основі чуттєвого сприйняття знайомляться з навколишнім світом. Вони, на початковому етапі соціалізації, бачать принципи взаємодії дорослих з природою. Іноді це знайомство має негативний характер. Тому основи дбайливого ставлення до природи треба закладати у початковій школі.

Особливості екологічного виховання дітей молодшого шкільного віку розглянуто І. Мальчиковою, яка зосереджує увагу на завданнях учителя в цьому процесі, на важливості систематичності екологічних знань під час викладання навчального матеріалу (*Мальчикова І. М., 2013*). У полі зору науковців перебуває педагогічна спадщина В. Сухомлинського щодо використання його ідей для розвитку екологічної культури молодших школярів [4]. Як зазначає І. Січко, ефективність використання ідей В. Сухомлинського полягає у тому, що вони допомагають формувати естетичні, практичні, екологічні, пізнавальні і моральні цінності у дітей. Водночас, вони сприяють розширенню уявлень дітей про явища неживої і живої природи, їх взаємозв'язки і взаємозалежності тощо.

Встановлено, що серед науковців відсутній єдиний підхід до трактування сутності поняття «екологічна культура». Найчастіше її визначають як особистісну рису, вид діяльності чи органічна складова суспільної культури, яка характеризує взаємодію людства і природи.

Дослідження проводилося у Степанівському навчально-виховному комплексі: загальноосвітньої школи І-ІІІ ступенів – дошкільний навчальний заклад Вороновицької селищної територіальної громади Вінницької області. Загальна кількість досліджуваних становила 50 осіб, відповідно вік обстежуваних варіював у межах 6 – 9 років. Нами було використано методики вербальна асоціативна методика «ЕЗОК» (емоції, знання, охорона, користь) за авторства В. Ясвіна та

С. Дерябо, «Тип емоційного ставлення до природи» (авт. Г.Ягодин), анкетю «Природа і Я», як дозволили визначити типи сформованості екологічної культури у дітей молодшого шкільного віку.

Аналіз результатів проведених методики показав, що більшість учнів початкових класів мають середній та низький рівень екологічної культури. Молодші школярі з високим рівнем розвитку екологічної культури (23%) характеризуються наявністю глибоких для їх віку знань про природу. Їм притаманний широкодіапазонний пізнавальний інтерес до об'єктів природи, діти мають чітку систему екологічних переконань, вони включені у конструктивні соціальні стосунки та види природоохоронної діяльності, що сприяє розширенню їх знань про потреби природи.

Молодшим школярам середнього рівня розвитку екологічної культури (36%) притаманні фрагментарні екологічні знання. Школярі цього рівня демонструють пізнавальний інтерес до явищ оточуючого світу, законів живої та неживої природи, процесів, які відбуваються в оточуючому світі, проте, здебільшого це є ситуативно обумовлено, не завжди чітко виражена система цінностей та переконань природоохоронного спрямування обумовлює у них епізодичне ставлення до природи.

Молодших школярів з низьким рівнем розвитку екологічної культури (41%) характеризує часткове володіння основами екологічних знань і поверхове розуміння основних законів природи. Пізнавальний інтерес до явищ оточуючого світу у них не є актуалізованим, лише іноді вони демонструють зацікавленість природними явищами. Ці діти виявляють індиферентне ставлення до природо-небезпечної поведінки інших та іноді навіть схвалюють таку поведінку ровесників. Часто їм притаманне нерозуміння і невміння передбачати результати руйнівної, деструктивної поведінки та діяльності людини у природі, не усвідомлення необхідності природоохоронної поведінки.

Аналіз отриманих результатів дозволяє зробити висновок про те, що значна частина молодших школярів демонструє низький рівень сформованості ціннісного ставлення до природи. аналіз відповідей молодших школярів дозволив виявити наступне: у більшості дітей відсутні системні уявлення та поняття про природу і її цінності. Молодші школярі асоціюють природу з певними природними об'єк-

тами і в рідкісних випадках відчувають сильні почуття і емоції при взаємодії і спілкуванні з ними. Діти дають оцінку своїм ставленням до природи, в деяких випадках вона носить критичний характер. На думку школярів, люди по-різному ставляться до природи (погано, добре). Досвід спілкування і взаємодії зі світом природи, надання допомоги об'єктам природи, у переважній більшості молодших школярів вкрай обмежений.

Таким чином, було встановлено, що учні молодшого шкільного віку, потребують системі спеціально організованих занять, в грамотної подачі матеріалу, спрямованих на формування екологічної культури у молодших школярів, за допомогою створення програми щодо збереження природи рідного краю.

ACTUALIZATION OF INTELLECTUAL- PERSONAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS- PSYCHOLOGISTS AS SUBJECTS OF SELF-DEVELOPMENT IN THE PROCESS OF UNIVERSITY TRAINING

Merkotan A. M., Kovalova O. V.***

Modern society feels the need for active people seeking self-development, due to which education is entrusted with the task of developing the subjective position and subjective qualities of students in various activities. A special role in the aspect of actualization of intellectual and personal characteristics of the subject of self-development belongs to the period of study at the university.

At the same time, the analysis of the existing practice of education shows that the purposeful formation of the subject of self-development in the process of university training is not given enough attention. In this regard, the task of

* Merkotan A. M., undergraduate, specialty Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

** Kovalova O. V., Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

developing psychological (intellectual and personal) characteristics of students as subjects of self-development becomes relevant.

At present, in psychology there are three areas of study of the problem of development and self-development of the individual: functional, which considers man as a purely functional being in all spheres of his life (*Лактіонов О. М., 2005*).

Subject-target, which emphasizes the value-semantic and regulatory characteristics of the individual and systemic, combining the two previous approaches based on the principle of systemic determination of any event (*L.M. Popov, S.L. Rubinstein*). Particular attention in research is paid to the period of professional development of the individual. Emphasis is placed on the need to focus the training of modern specialists not only on the continuous growth of acquired knowledge, but on the ability to master them independently, the accompanying self-development of personality (*N.R. Bityanova, S.L. Rubinstein*). Methodologically correctly organized educational process not only contributes to the most effective assimilation of the material, but also the development of students as creative individuals. Certain prospects for organizing the process of self-development are associated with the idea of L.S. Vygotsky on "zones of immediate development" (*Кучеренко Є. В., 2014*).

The problem of this study is the need to reveal the features of personal mechanisms of self-development and their actualization in the process of studying at the university.

The purpose of the study is to identify the intellectual and personal characteristics of students as subjects of self-development, as well as the level of actualization of these characteristics in natural conditions and as a result of the use of specially developed technology.

Object of study – intellectual and personal (cognitive, regulatory and communicative) characteristics of students as subjects of self-development at the stages of university training.

The subject of research is the actualization of intellectual and personal characteristics of students-psychologists as subjects of self-development in the process of their study at the university.

The hypothesis of the study was that in the process of university training the actualization of students' ability to self-development is possible in two ranges: in spontaneous conditions the ability to self-development of the main manifestations of mental is formed, it is actualized within the

middle level; under the conditions of application by the experimenter of special technology its indicators can reach a high level.

The core of developmental technology can be an indirect impact (carried out through exercises and classes with elements of training) which are revealed during the diagnosis of structural modeling characteristics of cognitive, regulatory or communicative plans.

To achieve the purpose of the study and confirm the assumption, the following tasks were formulated and consistently solved:

- on the basis of theoretical research to identify the main approaches to determining the features of university training as a stage of professional development of the specialist and his self-development;
- to single out among the professionally important qualities of students-psychologists their intellectual and personal characteristics as subjects of self-development;
- theoretically substantiate and empirically determine a set of diagnostic techniques for assessing the psychological characteristics of students-psychologists as subjects of self-development;
- to develop the technology of actualization of the ability to self-development and by longitudinal research to reveal its effectiveness at all stages of university training of students-psychologists.

Research methods: logical-theoretical analysis of the problem and possibilities of its solution, a set of psycho-diagnostical tools, as well as the formation of the experiment. Methods of mathematical statistics were used for data processing (average values were calculated, statistical comparison was performed according to Student's criterion and correlation analysis).

Research methods: Multifactorial personal questionnaire of R. Kettell (16 RB); "Intellectual test" by R. Cattell; Test to measure the self-esteem of the student (I.Ya. Kiselev); Test-questionnaire "Communicative and organizational tendencies (COT-2)" V.V. Sinyavsky and B.A. Fedorishin; Methods of assessing the ability to self-development "Interview with yourself" L.M. Popova.

Reliability and credibility of the results and validity of the conclusions are provided by a comprehensive analysis of the psychological literature on the research problem, theoretical validity and consistency of methodological provisions, adequacy of research methods and their compliance with goals and objectives, representativeness and homogeneity of test subjects, analysis and application. empirical data.

Scientific novelty of the study:

1. It is empirically established that the ability of students to self-development is interrelated with the following psychological (intellectual-personal) characteristics: cognitive (general intelligence, flexibility, insight); communicative (communicative tendencies); regulatory (organization, emotional balance, friendliness, self-sufficiency, high self-esteem, organizational tendencies, low level of concern).
2. It is found that during the period of study in the university up to III and IV courses the number of connections and interrelated indicators decreases, which allows us to conclude that this is a certain transitional stage, when the subject of self-development is not yet fully formed, and by the 5th year the intellectual and personal qualities of the subject are integrated, the number of structure-forming characteristics increases.
3. The author's technology of forming experiment is developed and received positive experimental confirmation, which promotes a positive level of changes in the development of intellectual and personal characteristics of the subject, which is manifested in the actualization of his ability to self-development.
4. It is established that in the conditions of natural development indicators of ability to self-development and related intellectual and personal characteristics of students-psychologists from I to V course change in the range from low to medium levels. In the conditions of the formative experiment, during which the main developmental efforts of the experimenter are aimed at actualizing the structural features with the help of plan training exercises, these indicators develop from low to high level.
5. The specificity and character of connections of intellectual – personal characteristics of students-psychologists as subjects of self-development for the whole period of university preparation are revealed: on junior courses regulatory characteristics are structured, on senior, – in the conditions of forming experiment, – communicative and cognitive.

Theoretical significance of the study: the results expand the scientific understanding in the field of human research as a subject of self-development,

proving the possibility of optimizing the development of subjects on the basis of special formative technologies. The obtained data on the structure-forming psychological characteristics detail the theoretical provisions of the system approach to the ratio of individual elements of the structure, their relationship and development. In such scientific areas as developmental psychology, personality psychology, etc., the results of this study can serve as a prelude to systematization and generalization of intellectual and personal characteristics of self-development, as well as to describe the processes of their actualization in student age.

Practical significance of the study: reliable empirical material obtained in longitudinal research can be used in psychological faculties of universities, including bachelor's and master's stages, for regulated actualization of cognitive, regulatory and communicative characteristics that determine the student's ability to self-development. Identified features of actualization of the ability to self-development can be used in the system of university psychological services. Theoretical and empirical provisions of the study can be taken into account in the development and reading of special courses on the psychology of development and self-development of the subject.

Approbation of the research results was carried out during discussions at round tables and meetings of the Department of Psychology of Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University. The main provisions and results of the study were reported, discussed and approved.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНО-ОРІЄНТОВАНИХ ТРЕНІНГІВ

Морозенко В. О., Ткаченко І. А.***

Тренінг - це особливий метод отримання знань, який відрізняється від інших методів тим, що всі його учасники вчаться на власному досвіді в поточний момент. Це спеціально створене середовище, де кожен може з легкістю і задоволенням побачити свої плюси і мі-

* Морозенко В. О., здобувачка спеціальності «Психологія».

** Ткаченко І. А., здобувачка спеціальності «Психологія».

нуса, досягнення і поразки. Підтримка та увага інших учасників допомагають швидше зрозуміти які особисті якості та професійні навички слід розвивати. Завдяки тому, що ситуація тренінгу навчальна, жоден з учасників не ризикує відносинами і поглядами, які склалися раніше, а набуває новий досвід.

Можна виділити наступні види тренінгів (Карпенко Є., 2016):

- *тренінги особистісного зростання* найбільш близькі до психотерапевтичних груп. У них за допомогою різних технік учасники намагаються усвідомити і подолати свої психологічні проблеми, які перешкоджають вирішенню їхніх життєвих і професійних завдань.
- *тренінги особистісного росту і спілкування* тісно взаємопов'язані, і їх об'єднують в комплексний соціально-психологічний тренінг. Методи соціально-психологічного тренінгу дуже різні, але в їх основі - групові дискусії та рольові ігри в різних варіантах і поєднаннях.
- *бізнес-тренінги* є різновидами перших двох категорій, але вони зорієнтовані на вирішення конкретних професійних завдань.
- *тренінги спілкування* призначені для того, щоб навчити членів групи ефективній поведінці в різних ситуаціях спілкування, розвинути у них відповідні навички. Учасники комунікативних тренінгів також вчаться адекватно сприймати, як самих себе, так і оточуючих, виявляти поведінкові стереотипи та проводити роботу над ними.

Тренінг спілкування проводиться, як зі спеціально підібраними групами, так і з уже існуючими. У першому випадку частіше переслідуються індивідуальні психокорекційні цілі, а в другому метою є покращення соціально-психологічного клімату, а також вироблення навичок конструктивної взаємодії в уже існуючому колективі (Карпенко Є., 2016).

Взагалі спілкування – це складний процес налагодження і розвитку контактів між людьми, породжуваний потребами спільної діяльності. Він передбачає обмін інформацією, взаємодію та взаємовплив мотивів і намірів суб'єктів, які спілкуються (Духневич В. М., 2014).

Вступаючи у спілкування, взаємодію, особи завжди мають відповідні потреби та мотиви, реалізують певні наміри і т. п. Якщо таке спілкування підпорядковується умові – знайти рішення чи спільно

розв'язати проблему, тобто якщо таке спілкування детермінується мисленневою активністю суб'єктів або груп, то йдеться саме про когнітивне спілкування. Також виділяють фактичне спілкування, сутність якого в тому, щоб соціально позначити хоча б тимчасово виниклу спільність, зняти емоційну напруженість.

Стартовим модулем когнітивно - орієнтованого соціально-психологічного тренінгу, є саме когнітивна сфера, а саме навички ведення дискусій, спрямованих на розвиток взаєморозуміння і формування толерантності до думки людини, яка спочатку сприймається як «інший», «чужий», «дивний» (Чикер В. А., 2010).

Поява тренінгів когнітивістської орієнтації пов'язана з розвитком когнітивної психології, де головна увага зосереджена на пізнавальних структурах психіки, особистісних конструктах та логічних здібностях, особливо в останні десятиліття ХХ століття. Когнітивний напрям, на думку О. Ф. Бондаренко, об'єднує три основні підходи: раціонально-емотивну терапію (РЕТ) А. Елліса (передбачає серед різноманітності психологічних порушень наявність джерела – системи ірраціональних уявлень про світ, що засвоюється, як правило, у дитинстві від значущих дорослих), когнітивну терапію А. Бека (увагу приділяє емоційним розладам, зокрема депресіям) та реалістичну терапію У. Глассера (увага концентрується на тому, що учасники можуть зробити в їх справжньому становищі для зміни власної поведінки, які засоби використати для цього) (Бондаренко А. Ф., 2001).

У переважній більшості випадків система чинної професійної освіти не передбачає підготовки людини до організації та ведення когнітивно-насиченого спілкування. Зазвичай кожна людина набуває досвіду вирішення завдань у спілкуванні вже, так би мовити, у самому процесі такого вирішення.

Особливістю когнітивно-орієнтованого тренінгу спілкування є те, що відпрацювання навичок (хоча б частково) відбувається на ґрунті професійних завдань учасників тренінгу. Ефект від такого глибокого занурення в специфіку професійних завдань тих, хто прийшов на тренінг, проявляється насамперед у тому, що в учасників легше формується настановлення на перенесення отриманих під час тренінгу навичок у площину реальної діяльності. Інакше кажучи, за рахунок того, що учасники відпрацьовують окремі практичні вправи на матеріалі своєї професійної дійсності, вони бачать більше можливостей для використання досвіду,

набутого в процесі тренінгової підготовки, під час вирішення своїх актуальних виробничих завдань.

На сьогодні є чимало літератури, де описуються різноманітні ефекти, що супроводжують діяльність тренінгових груп. Л. А. Петровська виділяє три групи ефектів соціально-психологічного тренінгу (СПТ), які на думку В. М. Духневича можуть бути перенесені і на когнітивно-орієнтовані тренінги спілкування (*Духневич В. М., 2014*):

1. Ефекти, пов'язані з самодіагностикою (з'ясування учасниками, як їх сприймають інші люди – партнери по спілкуванню; прояснення учасниками на основі узагальненої інформації, отриманої в ході СПТ, якими вони є насправді; оцінка того, наскільки спроможним і прийнятним є ідеальне «Я» учасників; розвиток їхньої рефлексії; розвиток уміння диференціювати й виражати свої почуття, усвідомлення необхідності ясно і чітко виражати себе та розуміння пов'язаних із цим труднощів; усвідомлення того, що розкривати себе можна лише у взаємодії з іншими людьми).
2. Ефекти, пов'язані з діагностикою партнерів по спілкуванню (розширення діапазона конкретних відомостей про людей, що утворюють певний «емпіричний фонд»; перевірка учасниками групи своїх узагальнених "патернів" (настановлень, образів), що стосуються інших людей; поглиблення загальних діагностичних настановлень та вмінь, спрямованих на іншого: прагнення зрозуміти позицію партнера; заострений інтерес до світу його почуттів і невербальних проявів; настановлення на всебічність сприйняття, оцінки партнера; розвиток уміння слухати співрозмовника).
3. Супутні ефекти СПТ (розвиток настановлення на соціально-психологічну активність та пов'язаних з нею характеристик; усвідомлення спілкування, як самостійної цінності; розвиток гуманістичного настановлення на партнера по спілкуванню; підвищення впевненості в собі; усвідомлення учасниками того факту, що їхні проблеми не є чимось унікальним, що вони властиві іншим людям, що і породжує відчуття полегшення; групова підтримка, підвищення самооцінки; активізація почуття потрібності іншим людям; зниження рівня внутрішньої напруженості; відчуття полегшення після обговорення проблем конкретного учасника).

Принциповим аспектом, коли йдеться про когнітивно - орієнтований тренінг спілкування, є формулювання мети тренінгу: сформувати певні комунікативні навички вирішення професійних завдань, пов'язаних з організацією взаємодії, побудовою відносин, проведенням переговорів тощо. Інакше кажучи, мета когнітивно орієнтованого тренінгу спілкування – засвоєння учасником тренінгу того чи іншого виду діяльності. Отже, завдання тренера в такому тренінгу – не просто підвищити комунікативну компетентність учасника, не просто допомогти йому оволодіти певними комунікативними навичками (хоча зазначене вище не виключається), а сформувати готовність учасника до вирішення професійних завдань за допомогою комунікативних інструментів (Духневич В. М., 2011).

Щоб вирішити це завдання і досягти мети тренінгу, психолог має ряд інструментів, зокрема: інформаційні повідомлення, вправи, рольові ігри, різноманітні відеоматеріали та пояснювальні навчальні матеріали, а також кейси.

Таким чином, тренінг спілкування є одним з методів активного навчання і психологічного впливу, який здійснюється в процесі активної групової взаємодії і спрямований на підвищення компетентності в сфері спілкування. Когнітивно-орієнтований тренінг, як один із видів тренінгів спілкування дозволяє краще оволодіти правилами спілкування, сформувати здатність знаходити рішення і спільно розв'язувати проблеми, а також допомагає закріпити практичні вміння.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТВОРЧОСТІ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

*К. С. Поліщук**

На сучасному етапі розвитку освіти головною метою є формування освіченої, творчої особистості. Аналіз джерел з проблеми дослідження творчості учнів у процесі учбової діяльності (Г. Альтшулер, В. Андреев,

* Поліщук К. С., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Г. Костюк, О. Магюшкін, В. Онищук, М. Скаткін, Н. Тализіна), свідчить, що організація творчій діяльності учнів має забезпечити не тільки формування творчих здібностей, а в цілому розвиток особистості. Творчі здібності формуються протягом усього життя людини, проте в генезі її становлення існують оптимальні сенситивні вікові періоди формування. В організації творчої діяльності, що сприяє розвитку творчих здібностей, на думку Л. Момот та Л. Шелестової потрібно враховувати особливості дітей певної вікової групи.

Молодший шкільний вік – сенситивний період для розвитку спеціальних творчих здібностей: музичних, літературних, організаторських, конструктивно-технічних, художніх. В цей період активно розвиваються уява, здатність фантазувати, творчо мислити, помітно проявляється допитливість, формується вміння спостерігати, порівнювати, критично оцінювати діяльність.

До проблеми осмислення та дослідження розвитку творчих здібностей особистості зверталися відомі педагоги та психологи. Великого значення в організації роботи з формування творчої активності учнів набули праці видатних психологів Л. Виготського, О. Леонтьєва, Я. Пономарьова, С. Рубінштейна, в яких досить ґрунтовно описані психологічні аспекти формування творчої активності дітей. Методи, умови розвитку творчих здібностей учнів, зокрема й молодших школярів досліджували в своїх роботах В. Сухомлинський, Ю. Бабанський, Т. Ільїна, В. Моляко, О. Федоренко та інші.

В молодшому шкільному віці учні можуть виявляти елементи творчого мислення такі, як оригінальність, гнучкість, розробленість ідеї, швидкість знаходження нових варіантів вирішення задачі тощо. Такі обдаровані, творчі учні мають досить високий інтелектуальний рівень розвитку, але часто не мають досить високого соціального статусу у взаєминах з однокласниками, з іншими учнями взаємини майже відсутні і не розвиваються.

Таким чином актуалізація творчої діяльності учнів є однією з головних педагогічних задач сьогодення. Однак її реалізація уповільнюється у зв'язку з недосконалим вивченням зазначеної проблеми.

Мета даної роботи полягає у теоретичному аналізі психологічних особливостей творчості особистості в молодшому шкільному віці.

Найбільш узагальнену класифікацію різних підходів і визначень творчості розробив П. Торренс, виділивши п'ять типів визна-

чень творчості. Розглянемо цю класифікацію, доповнену поглядами сучасних дослідників.

1. Визначення, що ґрунтуються на новизні як критерію творчості.
2. Визначення, в яких творчість протиставляється конформності.
3. Визначення, що охоплюють поняття процесуальності.
4. Підхід з позиції розумових здібностей.
5. Підхід, заснований на визначенні рівнів творчості.

Доцільно вважати, що творчість – це специфічний процес, що призводить до створення нового (Карпенко Н. А., 2016).

В своїх роботах Є. Льїн зазначав, що види творчості різноманітні, як і сфери діяльності, тому виділяють наукову, технічну, художню, музичну, літературну, педагогічну творчість з різними їх підвидами. Між деякими з них є досить тісні зв'язки.

Дослідниця Н. Шелепанова класифікує творчість за наступними ознаками: суб'єктивна або внутрішня, суб'єктивно індивідуальна (особиста творчість, особиста ініціатива) і суб'єктивно колективна (народна творчість); народжена внаслідок «проб і помилок» або завдяки когнітивному пізнанню, внаслідок якої не має безпосередньо початкових передумов; сіра і дозволена.

Видатний психолог Л. Виготський наголошував, що у повсякденному житті творчість – це необхідна умова існування, і все, що виходить за межі рутини, завдячує творчій діяльності людини. Психічний і особистісний розвиток дитини молодшого шкільного віку зумовлюється особливістю соціальної ситуації розвитку – навчанням у початковій школі. Виявлення обдарованих дітей та розвиток їх здібностей необхідно здійснювати у ранньому віці, оскільки це максимально сприятиме розвитку обдарованості і учень зможе реалізувати в повному обсязі наявні здібності. У контексті цього, С. Коломійченко зазначає, що саме у дітей молодшого шкільного віку відбувається інтенсивне становлення особистості, розкриваються властиві їм задатки, нахили, здібності.

При цьому, показниками творчих здібностей учнів молодшого шкільного віку у навчанні є: наявність у творчій діяльності ціннісних життєвих орієнтирів, соціальної спрямованості особистості на

засвоєння знань, умінь, навичок; потреба в знаннях; інтерес до самого процесу освіти, самостійність, відповідальність, творчий підхід до розв'язання завдань, володіння засобами творчої діяльності, уміння самостійно мислити, виділяти головне, аналізувати, складати план; прагнення знайти «свій» підхід до нового завдання, проявляти ініціативу в процесі навчання; прагнення до поглиблення і розширення знань та способів їх засвоєння, використання додаткових джерел інформації, самоосвіта; уміння застосовувати на практиці засвоєні знання для рішення поставленого завдання й одержання нових знань; бажання ділитися своїми знаннями і досвідом з іншими учнями, допомагати їм в організації власної творчої діяльності; активна участь у позаурочній творчій діяльності (Яновська Т. А., 2016).

Можна визначити такі специфічні особливості творчих здібностей особистості дітей молодшого шкільного віку: висока пізнавальна активність; допитливість, прагнення створити нове; самостійність в розв'язанні нових завдань, у пошуку оригінальних рішень; швидкість засвоєння нової інформації, висока швидкість перебігу розумових процесів; схильність до широкодіапазонного використання своїх знань, швидке опанування уміннями, навичками, прийомами; фантазування, схильність до творчої інтерпретації (Малихіна О. Є., 2010).

Отже, розвиток творчих здібностей, таких як продуктивна уява, емпатія, фантазія, інтуїція, нестандартне асоціативне дивергентне мислення неминуче призводить до розвитку творчої активності. І навпаки – завдяки творчій активності розвивається творчий потенціал особистості, відбувається реалізація особистості у творчості. Характер творчої діяльності і рівень творчої активності зумовлені цілями, ціннісними орієнтирами, ідеалами, потребами, звичками, навичками, стереотипами, досвідом, біологічними, фізичними та фізіологічними потенціалами.

ВПЛИВ БУЛІНГУ В СПІВВІДНОШЕНІ З НЕГАТИВНИМИ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ НА СТАТУСНУ ПОЗИЦІЮ УЧНІВ В ГРУПІ

*Ю. С. Поліщук**

Актуальність теми полягає, у стрімкому зростанні проблема булінгу в навчальних закладах. Учням в процесі соціалізації притаманні тривалі психічні переживання, так звані – психічні стани. Різні за модальністю та особливостями впливу на особистість психічні стани поділяються науковцями на позитивні та негативні. На рівні об'єктивному, негативні стани – це саме ті, які призводять до булінгу та дезгармоній в особистісному розвитку, до помітних негативних зрушень у поведінці, в діяльності, у міжособистісних взаєминах учнів між собою. Порушення поведінки у випадку закріплення окремих негативних станів може проявлятися у певній спрямованості учнів до булінгу в цілому, недотриманні соціальних та правових норм, у девіантній і навіть у асоціальній поведінці. Негативно позначаються такі стани на процесах спілкування та міжособистісній взаємодії. Найчастіше наслідками цього є прояви в учнів конфліктності, протистояння у стосунках з іншими, вербальна і навіть фізична агресія, аутоагресія. Подібні стани можуть призводити також до деструктивних проявів в емоційній сфері, до порушення процесів емоційної саморегуляції, агресивності, афективності, емоційної неврівноваженості, тривожності, ригідності, підсумком яких може стати булінг, як наслідок.

Отже, якщо учень соціалізується в групі і йому притаманні певні негативні психічні стани, то їх детермінантою може бути «булінг», і тоді вони будуть визначати стиль поведінки, спілкування, скоригувати та скеровувати хід міжособистісних взаємостосунків, зокрема впливатимуть та визначатимуть рейтинг, престиж та статус його в групі. Цим зумовлена актуальність і значимість нашої статті і дослідження.

* Поліщук Ю. С., практичний психолог, Професійно-технічне училище №14 смт Вороновиця..

Завданням є встановлення статистично значимих зв'язків між булінгом і певними негативними станами особистості та її соціальним статусом в учнівській групі.

Аналіз теоретичних джерел засвідчив, що в зарубіжних країнах для визначення явища насильства у навчальному закладі використовуються такі терміни як: тиск, дискримінація, мобінг, булінг. Так, одним з перших науковців, який почав досліджувати явище булінгу був Д.Ольвеус. Він розкриває сутність терміна «*bullying*» як ситуацію, в якій учень є об'єктом негативних дій з боку одного чи кількох учнів. Згідно із наведеним визначенням, булінг – це використання своєї сили, статусу, соціального положення для залякування, нанесення шкоди або приниження іншого, хто має меншу силу чи статус. Так, автор чітко визначає головну відмінність випадкової бійки чи суперечки, коли учасники відносно рівні у своїх силах та мають однаковий соціальний статус, на відміну від ситуації булінгу – коли один учасник має значну перевагу у силі та статусі і завдає шкоду – слабшому, який не здатен себе захистити. Такі вчені, як Е.Г. Ейдемільер, М. Д. Літвінов, Ю. В. Пахомов, К. Е. Ізард, досліджували, явище психічних станів, і їхній вплив на соціалізацію молоді особистості, але й до тепер проблема психічних станів залишається недостатньо розробленою та вивченою (Томчук С., 2007).

Ми прийшли до висновку, що булінгом можна вважати умисне, що не спрямоване на самозахист і не санкціоноване нормативно-правовими актами держави, тривале (або таке, що повторюється) фізичне або психологічне насильство з боку індивіда або групи, які мають певні переваги (фізичні, психологічні, адміністративні тощо) до індивіда, і що відбувається переважно в організованих колективах з певною особистою метою (наприклад, бажання заслужити авторитет у деяких осіб). Виходячи з усього вище зазначеного, слід зауважити, якщо учневі притаманна тривожність, як одна з різновидів негативних психічних станів, то вона негативно впливає не лише на емоційне самопочуття учня, а й порушує функціональні можливості психіки: знижується самооцінка, яка не підкріплює та не надає можливості йому зайняти певний престиж чи статус в учнівській групі, і в даному випадку учень може стати, як жертвою булінгу, так і переслідувачем «булером», як компенсація заниженої самооцінки;

тривожність сама по собі блокує всілякі прояви активності та ініціативності в міжособистісній взаємодії; авторитету в учнівській групі може надавати успішність і обізнаність в навчанні, а під впливом тривожності мислення стає ригідним, через це знижується рівень навчальності і успішності загалом, адже статус і цькування в учнівській групі можна здобути маючи гарні успіхи в навчанні.

Якщо учень є схильний до агресії, то певний свій статус в учнівській групі, може відстоювати, як фізичною силою, так і вербальною агресією. В даному випадку агресія може слугувати, як засіб та один із способів самовираження в учнівській групі для захисту власної статусної позиції і власної індивідуальності.

Маємо змогу також прослідкувати вплив фрустрації, як одного із негативних психічних станів на статусне положення учня в учнівській групі, зокрема ми можемо вказати на те, що фрустрація виникає в умовах негативної соціальної оцінки, яким може виступати «булінг», або самооцінки особистості, і тому стан фрустрації буде великою мірою визначати статусне положення учня в групі, адже боязнь невдачі і розчарування буде скеровувати не демонструвати своїх здібностей і можливостей. Але нам потрібно враховувати такий аспект, що фрустрація може мати своє вираження в агресивній поведінці, роздратованості, тому може спрацьовувати компенсаторна функція, тобто потяг до домінування, і тоді учень може стати «булером».

Отже, фрустрація в поєднанні з позицією жертви не дозволяє розвивати учневі потреби, зокрема в успіху, не дає можливості саморозкриття і передявлення себе іншим, демонстрації себе і своїх можливостей, знижує соціальні контакти. Негативні психічні стани деструктивно впливають на рейтинг, престиж та статус особистості учня в групі, адже деформують міжособистісні взаємостосунки, спричинюють конфлікти, погіршують психологічний клімат, але так чи інакше вони тісно переплітаються з булінгом.

Враховуючи малу вивченість і актуальність зазначеної теми, нами були проведені дослідження з 4 по 21 жовтня 2021 року у Професійно-технічному училищі № 14 смт Вороновиця. Загальна вибірка досліджуваних становила – 77 учнів I курсу (віком від 15 до 22 років). Для дослідження впливу булінгу в співвідношенні з негативними психічними станами на статусну позицію учнів в групі, нами

були використані такі методики: тест «Самооцінка психічних станів» (Г. Айзенка), яка досліджує рівень тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності; методика «Лідер», яка досліджує лідерську позицію учня в групі (здатність бути лідером), методика «Діагностики рівня соціальної фрустрованості (В.В. Бойко)», яка фіксує ступінь незадоволеності соціальними досягненнями в основних аспектах життєдіяльності [1, с. 32 - 78].

За результатами методики «Діагностика рівня соціальної фрустрованості (В.В. Бойко)», слідує те, що по кожному із 20 пунктів був визначений показник рівня соціальної фрустрованості учнів. Найвищий показник рівня соціальної фрустрованості учнів був зафіксований по такому пункту:

- з показника «Стан суспільства (держави)», те, що цей показник становить 3,8% - це дуже високий рівень соціальної фрустрованості, даний показник свідчить проте, що учні є розчаровані, і навіть дещо розгнівані, через марні сподівання, які весь час даються керівниками держави та ймовірно можуть і будуть не виконані, все це зумовлює розчарування, незадоволення та гнів, недовіру до всього, що нині відбувається в суспільстві, що в свою чергу може спровокувати спалахи фізичної і вербальної агресії, в тім числі і прояви насильства;
- з показника «Сфера медичного обслуговування» який становить 3,5% - це дуже високий рівень соціальної фрустрованості. Отже, сфера медичного обслуговування, яка застосовується до учнів, викликає в них занепокоєння, емоційне напруження, пригнічення, виникає почуття упередженості до самої сфери медичного обслуговування, і певне розчарування коли проходить безпосередня взаємодія з нею;
- з показника «Матеріальне становище», який становить 2,7% - слідує те що це є помірний рівень соціальної фрустрації, даний показник характеризує те, що учні мають розчарування від свого матеріального становища, або усвідомлюють неможливість досягти більш вищого матеріального становища, що в свою чергу вказує на можливість використання агресивної поведінки задля досягнення власних цілей.

Отже, методика «Діагностика рівня соціальної фрустрованості (В.В. Бойка)», об'єктивно продемонструвала нам в яких рівнях варіації може перебувати рівень соціальної фрустрації учнів та, що саме зумовлює її виникнення та динаміку.

За результатами кореляції, яка була проведена між тестом «Самооцінка психічних станів» та методикою «Лідер», яка надавала можливість визначити лідерські якості, яскраво простежуються такі кореляційні зв'язки між:

- лідерськими якостями за методикою «Лідер» і тривожністю виявлений кореляційний зв'язок, який становить $-0,46785$, цей зв'язок є зворотній, в даному випадку можна вказати на те, що якщо учневі притаманна тривожність, то вона буде гальмувати всілякі прояви ініціативності і активності, в демонстрації її лідерських якостей та здібностей, і в даному випадку учень може стати жертвою цькування;
- лідерськими якостями за методикою «Лідер» і фрустрацією, виявлений кореляційний зв'язок, який становить $-0,29678$, цей зв'язок є зворотній, і тому аналізуючи його можна зазначити, що боязнь невдачі буде заважати демонстрації своїх можливостей і лідерських якостей. Отже, чим більше учень в своїх діях, мотивах, потягах є фрустрований, тим система уявлень про себе, про свою самооцінку, буде неадекватно заниженою, що призведе до невпевненості та безапеляційної залежності від інших в групових взаємостосунках. Такий учень може стати як булером, так і жертвою, і спостерігачем;
- лідерськими якостями за методикою «Лідер» і агресивністю, кореляційний зв'язок становить $0,18179$, яскраво демонструє те, що агресивність та лідерські якості між собою не пов'язані. Отже, бажання зайняти статусну позицію в учнівській групі є не сумісне з проявами насилля, агресивною поведінкою, яка має на меті залякати, принизити, і часто супроводжується фізичним і психічним насиллям;
- лідерськими якостями за методикою «Лідер» і ригідністю є кореляційний зв'язок, який становить $-0,25748$. Даний зв'язок є зворотнім, тобто при схильності до ригідності, зміна звичних умов, шаблонів взаємодії, необхідність нових спо-

совів поведінки, неодмінно заблокує прояв лідерських якостей і активності, і це не дає гарантії, що це не може бути пусковим механізмом для булінгу.

Кореляційний аналіз проведений між методикою «Лідер» та тестом «Самооцінка психічних станів», дає змогу прослідкувати вплив негативних психічних станів на лідерські якості учнів, та на їх потенціал, і безпосередню відслідкувати їх схильність до булінгу. Отже, чим більше учням притаманні лідерські якості та здібності, тим менше вони є взаємопов'язані з тривожністю, фрустрацією, агресивністю, і ригідністю, і булінгом в цілому.

Отже, з огляду на вищевикладені матеріали досліджень проведених в нашому закладі, можна стверджувати, що булінг, як явище в учнівському середовищі призводить до соматичних наслідків, психологічної дезадаптації та розладів, розвитку стійких моделей асоціальної поведінки, а негативні психічні стани особистості (тривожність, агресія, фрустрація, ригідність) впливають деструктивно на життя молоді особистості, в тому числі і на її міжособистісні взаємостосунки в учнівській групі.

ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ У КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ ПІДЛІТКІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

*В. В. Рекуляк**

Емоційний інтелект не є чимось значимо відмітним від тих механізмів, що беруть участь за допомогою інтелектуальних можливостей. У зв'язку з цим інтелектуальні можливості, які вивчаються в раніше описаних дослідженнях, формують нові питання про емоційне розуміння. Тому IQ і EQ є двома різними рівнями феноменів

* Рекуляк В. В., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

і механізмами, що використовуються в житті. Відзначається саме те, що індивіди, які мають кардинально високий рівень розумового інтелекту, але низькі показники рівня EQ, часто не повністю здатні користуватися власними ресурсами і втрачають сили на досягнення продуктивної дії, у зв'язку з тим, що не здатні до ефективного об'єднання і осмислення самого себе.

Розбір теорій з питання емоційного інтелекту дав можливість на формулювання етапів його здійснення.

Виділяється 4 компонента EQ:

- усвідомлення почуттів – навик здійснювати ідентифікацію почуттів інших індивідів і розпізнавати особисті емоції;
- застосування почуттів з метою стимулювання розумового процесу – здатність індивіда без усвідомлення демонструвати механізм розумової діяльності, використовуючи креативні можливості своєї особистості, застосовуючи почуття як мотиваційний компонент;
- ідентифікація почуттів - навички виявляти походження виникнення конкретного почуття у себе, формулювати взаємозв'язок між ідеями і почуттями, здатність передбачати появу емоційних ланцюжків по закінченню конкретного часового проміжку;
- регулювання почуттів - навик здійснювати контроль особистих почуттів і почуттів інших індивідів, направляючи отриману інформацію на досягнення конкретних цілей.

На сьогоднішній день тема емоційного інтелекту найбільшою мірою опрацьована зарубіжними психологами і соціологами: Г. Гарднер, Д. Гоулман, Д. Слайтер, Х. Вейсінгер, М. Кетс де Вріс, Г. Орме, П. Селовей, Р. Стернберг, Дж. Мейер, Д. Карузо, Дж. Блок. Проблема емоційного інтелекту активно вивчається і вітчизняними вченими: Г. Гарскова, Е. Носенко, Д. Люсин, О. Власова, Т. Березовська, А. Петровська, Н. Коврига, Г. Юсупова, А. Лобанов, М. Манойлова, І. Андреева, Н. Батурін, А. Карпов. Таким чином, методологічною основою дослідження став міждисциплінарний підхід до вивчення проблеми емоційного інтелекту.

Спочатку необхідно визначити досліджуване нами поняття. Емоційний інтелект розкривається зарубіжними дослідниками як

здатність диференціювати емоції, а також виступати в якості когнітивної функції застосовувати уявлення про емоції і користуватися емоційною сферою з метою поліпшення розумової діяльності. Високий рівень емоційного інтелекту передбачає можливість викликати потрібні емоції для сприяння мислення, використовувати знання про емоції для свідомої їх регуляції, що, в свою чергу, забезпечує інтелектуальний розвиток. Таким чином, предметом нашого дослідження є вид інтелекту, що забезпечує обробку, інтерпретацію і практичне застосування інформації про емоції.

Емоційний інтелект пов'язаний з чотирма основними типами здібностей:

- точність оцінки і вираження емоцій як самого індивіда, так і оточуючих його людей;
- когнітивну асиміляцію емоційного досвіду;
- розпізнавання, розуміння та осмислення емоцій;
- адаптивну регуляцію емоцій індивіда і оточуючих людей.

Виділяють декілька механізмів прояву емоційного інтелекту, що передбачає його зв'язок з розумовими здібностями:

- емоції можуть збільшувати продуктивність процесу мислення і спрямовувати увагу на конкретні завдання;
- ефективне регулювання емоцій може співвідноситися і з особистісними здібностями, як співпереживання та відвертість;
- можлива відсутність взаємозв'язку між областями мозку, які забезпечують єдність мислення і емоцій (Гоулман Д., 2013).

У сучасному суспільстві конфлікти, що виникають у підлітків, пов'язують з віковою специфікою. Це і зміна об'єктивного положення підлітка в житті, і оновлення його мотиваційної сфери, і протиріччя між піднесенням його потреб і обмеженістю засобів їх задоволення, і твердження свого «Я».

Підлітковий вік є етапом розвитку особистості, який передбачає як особистісні, так і соціальні зміни. Приблизно в 12 років увага підлітка починає звертатися до власної особистості. Але розібратися в собі відразу і до кінця може не кожен дорослий, а дитина тільки вчиться рефлексії. Результат самоаналізу фіксується в самооцінці, яка проходить різкі перепади в залежності від зростання або падіння об'єктивності. Неадекватно завищена самооцінка може призвести до

внутрішньоособистісних конфліктів в зв'язку з нездатністю реалізувати завищені претензії і вимоги до себе (Мельничук І. В., 2003).

Внутрішньоособистісні конфлікти можуть бути однією з причин виникнення міжособистісних конфліктів, вони можуть бути внутрішньою позицією суб'єкта конфлікту. Так, наприклад, за зовні агресивною позицією підлітка може стояти потреба у визнанні, в пошані, необхідності підтримки значущості свого «Я», несвідома їм самим. Одночасно завищені вимоги підлітка на сприйняття себе оточуючими дуже часто зустрічається з заниженою оцінкою можливостей підлітка з боку дорослих (Мельничук І. В., 2003).

У підлітковому віці помітно збільшується число складних ситуацій, які набувають конфліктний характер.

Часто учні конфліктують між собою в зв'язку з різними статусами, в міжособистісних стосунках. Поведінка їх супроводжується, як правило, більш глибокими, стійкими мотивами і переживаннями, ніж це передбачає вчитель, що сприймає лише зовнішній «малюнок вчинку». Переживання визначає індивідуальне ставлення до всього що відбувається, робить дитину співучасником оцінки і подолання конфліктної ситуації. Боязнь бути незрозумілим батьками, страх перед невдачами при спробі виявити себе, труднощі спілкування з вчителями та дорослими – все це створює справедливі причини для конфліктів в складній системі взаємовідносин з підлітками (Мельничук І. В., 2003).

Перевага деструктивних або конструктивних наслідків результату конфлікту більшою мірою залежить від стратегій поведінки в конкретній конфліктній ситуації, яку обирають її учасники – підлітки. Активні стратегії мають конструктивний характер в разі стилю «співпраця» або «компроміс» і містять в собі підвищення рівня пошукової діяльності, розширення спектру можливих варіантів вирішення проблеми, мобілізацію сил на рішення задачі, і деструктивний в разі стилю «суперництво», який призводить до дезорганізації діяльності, імпульсивних пошуків виходу, руйнівних дій по відношенню до іншого або до самого себе (Носенко Е. Л., 2003).

Більшість конфліктних підлітків вибирають стратегію суперництва. Вони активно прагнуть захищати свої позиції, ігнорують інтереси інших, проявляють емоційність і агресивність у спілкуванні, ведуть себе імпульсивно. Підлітки, які віддають перевагу співпраці, товариські і доброзич-

ливі у відносинах, готові до взаємодії з метою усунення конфлікту, демонструють здатність брати на себе відповідальність за взаємини. Підлітки, які вибирають компроміс, товариські, націлені на спільну активність в конфлікті і прагнуть задовольнити інтереси всіх сторін. Підлітки, частіше за інших використовують уникнення, прагнуть якомога швидше усунути конфліктну ситуацію, тому відмовляються від реалізації власних інтересів, не беруть участі в прийнятті рішення. Як правило, і відчують сумніви в розумінні себе, занижують свої можливості, тому відмовляються від прийняття відповідальності за рішення, не прагнучи задовольнити ні свої інтереси, ні інтереси іншого. У підлітків, що вважають за краще пристосування, особливості самооцінки виражаються в байдужості до власного «Я», тенденції недооцінювати свою духовність, сумніви, нерозумінні себе, почуття провини, нестійкості способу «Я» (Шадських Ю. Г. 2007).

Вагомий внесок у дослідження зв'язку ЕІ з так званою «нерозумною» поведінкою (термін Дж. Мейера, Д. Карузо, П. Селовея) здійснили зарубіжні вчені. Крім установлення зв'язку ЕІ з девіантною поведінкою, зарубіжними авторами проаналізована взаємодія зазначених конструктивів з особистісними рисами; цікавими є висновки у визначенні впливу ЕІ під час вирішення міжособистісних конфліктів.

Низка досліджень присвячена булінгу та кібербулінгу з акцентом на вивчення впливу рівня ЕІ на залученість підлітків до булінгу і сприйняття ними булінгу. Так, встановлено, що прогнозування ймовірної реакції об'єкта булінгу потребує від суб'єкта високого рівня емоційного інтелекту, функція останнього зводиться до підтримки стосунків із бажаними членами групи, які можуть брати участь у «нерозумній» поведінці. Високий рівень емоційного інтелекту може проявлятися в маніпулюванні емоціями інших людей під час взаємодії з іншими заради підтримки суб'єктом власного соціального статусу.

Таким чином, в підлітковому віці через складність і суперечність особливостей зростаючих людей, внутрішніх і зовнішніх умов їх розвитку можуть виникати ситуації, які порушують нормальний хід особистісного становлення, створюючи конфліктні ситуації. Рівень емоційного інтелекту дійсно прямо корелює з вибором стратегії співробітництва в конфліктних ситуаціях, тобто, чим вищим рівнем розуміння власних емоцій й здатністю управляти ними володіє особа, тим в більшій мірі вона прагне до кооперації і пошуку альтернативних варіантів вирішення проблеми.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ РІЗНОГО ВІКУ

*О. О. Суханова**

У сучасному, постійно мінливому, динамічному світі на перший план виходить не просто навчання учня предметним знанням, умінням, навичкам, а особистість учня, як майбутнього активного діяча, що забезпечує суспільний прогрес, збереження і розвиток життя. Проблема мотивації, мотивів поведінки та діяльності є однією із найважливіших у психології. Характер мотивації навчання і сформовані особливості особистості є, по суті, показниками якості освіти. Мотивація навчальної діяльності - динамічне явище; вона змінюється протягом життя людини і має в кожному віці свою специфіку. Знання мотивів допомагає прогнозувати поведінку і стимулювати потрібну діяльність, а також допомагає уникнути непотрібних помилок.

Зауважимо, що актуальність даної роботи обумовлена тим, що незважаючи на велику кількість наукових праць з вивчення та підвищення мотивації навчальної діяльності школярів, вчителі як і раніше часто стикаються з тим, що в учнів не сформувалися потреби у знаннях, немає інтересу до навчання, і що особливо гостро ця проблема спостерігається у школярів підліткового віку.

Метою даної роботи є розкриття основних особливостей мотивації підлітків та учнів старшого шкільного віку.

Дослідженням навчальної діяльності в цілому та її мотивації зокрема займалися провідні вітчизняні психологи і педагоги: А. Макаренко, Д. Ельконін, А. Маркова, В. Асеев, Г. Костюк, І. Зимня, В. Степанов, І. Дубровіна, Н. Тализіна, А. Люблінська, І. Кон, Ю. Бабанський, В. Крутецький, Т. Матіс, М. Божович, М. Матюхіна, О. Леонт'єв, А. Маркова, Н. Тализіна, Є. Ільїн, С. Рубінштейн, А. Орлов, В. Чудновський і багато інших.

Мотивація обумовлює особливості поведінки і діяльності особистості. Основною характеристикою мотиваційної сфери є ієрар-

* Суханова О. О., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

хія мотивів, яка дозволяє виявити особистісне значення діяльності для людини. У психології наявна значна кількість визначень поняття «мотив». На основі аналізу психолого-педагогічної літератури поділяємо наявні точки зору щодо сутності поняття «мотив» на три групи: одні автори відносять до мотивів тільки явища свідомості, інші – предмети об'єктивної дійсності, треті – і те, і інше.

Насамперед необхідно зазначити, що у визначенні мотиву деякими авторами допускається відірваність психічної діяльності від наочної дійсності. Коли говорять про психічне ставлення до навколишніх предметів і явищ, ігнорують той факт, що самі ці відносини залежать від цих же предметів і явищ і визначаються ними, оскільки наочна спрямованість всього змісту нашої свідомості є наслідком того, що свідомість є формою віддзеркалення об'єктивної дійсності, що існує незалежно від свідомості.

На думку Л. Столяренко «мотив – це збудження до діяльності, пов'язане з задоволенням потреби суб'єкта». Під мотивом також найчастіше розуміють причину, яка лежить в основі вибору дій і вчинків, сукупності зовнішніх і внутрішніх умов, що викликають активність суб'єкта. На думку О. Леонтьєва, потреба сама собою не може викликати цілеспрямовану діяльність, вона є передумовою, внутрішньою умовою діяльності.

Отже, в психологічній літературі виділяються різні види мотивів учбової діяльності: так для дітей різного віку не всі мотиви мають однакову спонукальну силу. Одні з них є основними, ведучими, інші – другорядними, побічними, що не мають самостійного значення; які так чи інакше підпорядковані провідним мотивам. У одних випадках таким провідним мотивом може виявитися прагнення завоювати місце відмінника в класі, в іншому випадку – бажання здобути вищу освіту, в третіх – інтерес до самих знань.

Мотиви навчальної діяльності класифікують за: спрямованістю – соціальні та пізнавальні (М. Вовчик-Блакитна, А. Маркова); модальністю – позитивні та негативні (Б. Додонов, П. Якобсон); локалізацією стимулів поведінки – зовнішні та внутрішні (М. Рогов); процесуально-результативною орієнтацією – дискретні та процесуальні (І. Зимня) (*Підгородецька В. М., 2007*). Загальну картину вікової динаміки мотивів учіння в своїх роботах описували О. Леонтьєв, Л. Божович та

А. Маркова. Вони відзначали, що особливості мотивів і пізнавальних інтересів різних вікових категорій не є фатально неминучими і необхідно властивими (Божович Л. І., 2019).

Термін «мотивація» використовується у сучасній психології у двоякому розумінні як визначення системи факторів, детермінуючих поведінку і як характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні. Мотив на відміну від мотивації – це те, що належить самому суб'єкту поведінки, є його стійкою особистісною властивістю, яка спрямовує до здійснення окремих дій (Бех І., 2018). Мотивація навчання, на нашу думку, – це комплекс спонукань до учбової діяльності, що складається з багатьох чинників, які постійно змінюються і вступають у нові взаємостосунки.

Навчальна мотивація визначається як вид мотивації, включений в певну діяльність, - в даному випадку діяльність учіння. Як підкреслює, провідний психолог, що займається вивченням мотивації учбової діяльності А. Маркова «становлення мотивації є не просте зростання позитивного або посилювання негативного відношення до учіння, а ускладнення структури мотиваційної сфери».

Перш за все, розглядаючи формування мотивації навчальної діяльності, зауважимо, що у старшому шкільному віці виникає потреба і можливість вдосконалення своєї навчальної діяльності, що проявляється у прагненні до самоосвіти, виходу за межі шкільної програми. Особливу роль набуває оволодіння контрольнo-оціночними діями до початка роботи у формі прогнозуючої самооцінки, який планує самоконтролю своєї навчальної роботи і на цій основі - прийомів самоосвіти (Подласый І. П., 2018).

Уміння ставити в навчальній діяльності нестандартні навчальні завдання і знаходити разом з тим не стереотипні способи їх вирішення. В учнів різного віку широкі пізнавальні мотиви зміцнюються за рахунок того, що інтерес до знань зачіпає закономірності навчального предмета та основи наук. Тому, аналізуючи мотивацію учбової діяльності, головне не тільки визначити домінуючий мотив, а й враховувати усі структури мотиваційної сфери.

У підлітковому віці відбувається оволодіння загальною будовою навчальної діяльності, способами самостійного переходу від одного виду дій до іншого. Підлітковий період – сензитивний для розвит-

ку потреб, спрямованості особистості, оформлення ідеалів. Основні потреби даного віку: 1) *потреба у самовираженні*; 2) *потреба уміти щось робити*; 3) *потреба щось значити для інших*; 4) *потреба рівноправного спілкування з дорослими*; 5) *посилення статевої ідентифікації*. Саме в цьому віці з'являються нові мотиви навчання, пов'язані з формуванням ідеалу, життєвої перспективи, професійних намірів і самосвідомості (Кутішенко В. П., 2010). Підлітку доступні самостійна постановка не тільки однієї мети, але й послідовності кількох цілей, причому не тільки у навчальній роботі, але у позакласних видах діяльності. Підліток опановує умінням ставити гнучкі цілі, закладається уміння ставити і перспективні цілі, пов'язані з професійним самовизначенням. Зміни широкого пізнавального та навчально пізнавального мотиву проявляються в активному прагненні підлітка до активних форм навчальної діяльності, прояві інтересу до методів наукового мислення.

Таким чином, мотивація займає ведуче місце в структурі особистості і є одним з основних понять, які використовуються для пояснення поведінки і діяльності людини. В психології мотивація позначає сукупність зовнішніх і внутрішніх мотивів, які спонукають суб'єкта до активності. В психологічній літературі виділяються різні види мотивів учбової діяльності: *так для дітей різного віку не всі мотиви мають однакову спонукальну силу*. У цілому мотиваційна сфера є динамічною й змінюється в залежності від багатьох обставин.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИХОВАННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ У СТАРШОКЛАСНИКІВ

*А. В. Сухоліта**

Толерантність завжди залишалася важливою загальнолюдською цінністю й основою для розбудови власне людських контактів, конструк-

* Сухоліта А. В., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

тивної взаємодії на різних рівнях. На сучасному етапі розвитку суспільства виховання на ідеях толерантності набуло особливої актуальності.

Аналіз наукових досліджень з проблеми толерантності дає підстави розглядати толерантність як морально-етичну якість особистості, що характеризується здатністю людини виявляти терпляче ставлення, повагу, прийняття й розуміння інших людей як рівних і рівноцінних, незалежно від їхньої етнічної, національної, соціальної, релігійної або культурної приналежності; розуміти цінність інших традицій, поглядів, характерів, звичок; уміти сприймати різні культурні групи, різноманітні форми самовираження та самовиявлення людської індивідуальності.

Мета роботи полягає у теоретичному аналізі сутності поняття толерантності, поглибленні загальнотеоретичних уявлень про толерантність старшокласників у процесі виховання.

Психологічна література засвідчує наявність досліджень присвячених з'ясуванню: сутності терпимості й толерантності в онтології суспільної свідомості й самосвідомості (В. Золотухін, О. Кондаков, В. Красиков); місця толерантності у процесі набуття особистісної цілісності (О. Асмолов, Є. Казаков, В. Тишков); характеру толерантності в суспільстві з ринковою економікою (Н. Баранова, Г. Бардієр); специфіки між-етнічної толерантності (Н. Лебедева, В. Павленко, М. Пірен, Г. Солдатова, Т. Стефаненко, Т. Устименко); толерантності як категорії відносин (О. Клепцова, В. Маралов, В. Ситаров); толерантності як особистісної риси (С. Бондирева, Д. Колесов); рис комунікативної толерантності (В. Бойко). Розробляються прикладні аспекти формування толерантної свідомості О. Савченко, Л. Шайгерова, О. Шарова) та програми розвитку навичок ненасилля і толерантної поведінки (І. Зиміна, В. Магун).

Толерантне ставлення до оточуючих – невід'ємний елемент самодостатньої особистості. Отже, найбільш загальне визначення толерантності, на нашу думку, дає Г. Солдатова. «Толерантність – це інтегральна характеристика індивіда, що визначає його здатність у проблемних і кризових ситуаціях активно взаємодіяти із зовнішнім середовищем з метою відновлення своєї нервово-психічної рівноваги, успішної адаптації, недопущення конфронтації й розвитку позитивних взаємин із собою й з навколишнім світом». Прояви толерантності можна розмежувати на види: соціальний вираз віко-

во-статевих та індивідуально-типових відмінностей між людьми (гендерна, дитяча, міжпоколінська, вікова толерантність); особистісні та соціально-психологічні відмінності (міжособистісна та міжгрупова толерантність, що включає кілька зрізів: психофізіологічний, характерологічний, особистісний, потребно-мотиваційний, нормативно-цільовий, ціннісний, морально-етичний, сенсообразуючий, діяльнісно-стильовий та ін); соціокультурні та культурно-історичні відмінності (соціально-економічна, політична, професійна, міжетнічна, міжконфесійна, міжкультурна толерантність).

Ієрархічна структура толерантності утворюється з: психофізіологічного, психологічного, соціально - психологічного. Найнижчий психофізіологічний рівень (вегетативні реакції, зміни психомоторики тощо) в системі толерантності представлений нервово-психічною стійкістю. Психологічний рівень (показники психічних функцій) включає тріаду компонентів: когнітивний, емоційний, поведінковий (Павленко В. М., 2014).

Толерантність старшокласників проявляється в готовності індивіда до активних осмислених дій, спрямованих на вибудовування конструктивної взаємодії з тими, які мають ознаки новизни та «інакшості», а також забезпечує стійкість індивідуальності кожної людини, гармонійний розвиток особистості в соціумі та її успішну адаптацію (Веселова А. А. Кириленко Н. П., 2018). У зв'язку з цим виділяються два аспекти толерантності: зовнішня толерантність (до інших) – переконання, що вони можуть мати свою позицію, здатні бачити речі з інших (різних) точок зору, з урахуванням різних чинників; внутрішня толерантність (до невизначеності) – здатність до ухвалення рішень і роздуму над проблемою, навіть, якщо невідомі всі факти і можливі наслідки.

Крім того, в роботах розглядаються питання різних видів толерантності в тому числі і етнічної толерантності (Кушнір Ю. В., 2005). В умовах існування сучасного суспільства питання виховання у старшокласників толерантного відношення до представників різних етносів є однією з важливих проблем психології виховання. Толерантність – глобальна проблема і найбільш ефективним способом її формування у підростаючого покоління є виховання (Ангеліна Е. О., 2013). На всіх етапах розвитку дитини необхідно виховувати

у неї увагу до іншого, повагу права іншої людини, неззіхання на її свободу. Діти повинні розуміти, що не можна обирати собі друзів за кольором волосся, очей, шкіри. Одним з основних завдань раннього юнацького віку є формування системи цінностей та свідомості як орієнтирів власної поведінки.

Тому, психологічні основи виховання толерантності у старшокласників полягають у правильному підборі методів. Методи виховання толерантності – це способи формування у дітей готовності до розуміння інших людей і терпимого ставлення до їхніх своєрідних учинків. В інтелектуальній сфері необхідно формувати об'єм, глибину знань про цінності: ідеали терпимості, принципи стосунків з людьми інших соціальних груп. Великого значення у формуванні толерантності набувають методи самовиховання старшокласників.

Таким чином, узагальнюючи результати виконаного теоретичного аналізу, можна зробити висновки про те, що проблематика толерантності є досить актуальною для сучасної психології, оскільки розглядає механізм відношення людини до різних подій, думок, переконань, дій, толерантність як якість особистості впливає на використання певних паттернів поведінки у взаємодії з іншими.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ ТА САМООЦІНКИ В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

*А. А. Таран**

В умовах нестабільного сьогодення з його соціально-економічними негараздами, невпевненістю в завтрашньому дні, зростанням насилля в суспільстві все частіше розвиток дитини супроводжується переживаннями негативних емоцій й передусім високою тривожністю, що дегармонізує становлення особистості.

* Таран А. А., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Шкільні роки – найважливіший етап у житті людини, протягом якого формується особистість. Формування в молодших школярів адекватної позитивної самооцінки у зв'язку з навчальними досягненнями впливає на ставлення до школи й процесу навчання загалом, сприяє становленню інтересів, формуванню життєвої позиції. Проблема самооцінки розглядається багатьма вітчизняними та зарубіжними авторами в руслі філософських, соціально-психологічних і психологічних досліджень.

Інтерес до проблеми формування самооцінки зумовлений тим, що вона є провідним компонентом у структурі самосвідомості особистості. Свій внесок у дослідження проблематики самооцінки зробили Б. Ананьєв, Л. Божович, Л. Виготський, А. Захарова, М. Лісіна, С. Рубінштейн, В. Столін, І. Чеснокова й ін. У зарубіжних психологічних теоріях проблема самооцінки розглядалася А. Адлером, У. Джемсом, К. Роджерсом, М. Розенбергом та ін. Проблема впливу ставлень на самооцінку учня в різних своїх аспектах відображена в працях А. Алексюк, М. Алексеєва, Л. Божович, Л. Виготський, В. Давидов, Д. Ельконін, Г. Костюк, А. Ліпкіна, Д. Максименко, О. Матюшкін, Н. Якіманська та ін.

Метою даного дослідження є теоретичний аналіз взаємозв'язку тривожності та рівня самооцінки в молодшому шкільному віці.

З приходом дитини до школи відбувається перебудова всієї системи ставлення дитини до дійсності. У цей час молодший школяр зберігає багато дитячих якостей – легковажність, безпосередність, погляд на дорослого «знизу вверху». Але в цей період у дитини з'являється інша логіка мислення: навчання для неї – значуща діяльність. У школі вона здобуває не лише знання й уміння, а й певний соціальний статус, змінюються інтереси, цінності, життєвий устрій дитини (Божович Л. І., 2000).

Дослідник Р. Павелків зазначає, що в 7-річному віці осмислене орієнтування у власних переживаннях (Павелків Р. В., 2008). Завдяки цьому виділяють деякі особливості, що характеризують кризу семи років у молодших школярів: переживання набувають сенсу (дитина, яка сердиться, розуміє, що вона сердита), завдяки цьому в дитини виникає таке нове ставлення до себе, яке було неможливим до узагальнення переживань. Крім того, у молодших школярів відбувається зміна провідної психічної саморегуляції від мимовільної до свідомо вольової.

Становлення й розвиток особистості в молодшому шкільному віці охоплює такі фази: адаптація (приспособування до нових соціаль-

них умов), індивідуалізація (вияв своїх індивідуальних можливостей та особливостей) та інтеграція (включення в групу ровесників) (Белобрикіна О. А., 2001). Школяр потрапляє в зовсім нову для нього соціальну групу – групу однокласників. Цією групою керує педагог, який є більш авторитетним для дітей, оскільки, використовуючи арсенал оцінок, впливає на їхні стосунки з іншими дорослими, передусім із батьками, формує ставлення дорослих до дитини та її ставлення до себе як до «іншого».

В роботах психологів зазначено, що фактором розвитку особистості молодшого школяра є не стільки навчальна діяльність, скільки ставлення дорослих до успішності, дисциплінованості, старанності дитини. Як зазначає В. Баранник, внутрішня позиція багатьох старших дошкільників свідчить про їхню готовність до соціальної позиції школяра (Баранник В., 2006).

Становлення внутрішньої позиції школяра відбувається у два етапи. На першому з'являється позитивне ставлення до школи, але спрямування на зміст навчальної діяльності відсутнє. На наступному етапі виникає орієнтація на соціальну, однак не на навчальну діяльність. Остаточо сформована позиція школяра поєднує орієнтацію на соціальні й власне навчальні моменти шкільного життя. Причиною виникнення тривоги завжди є внутрішній конфлікт, суперечність прагнень дитини, коли одне її бажання суперечить іншому, одна потреба заважає іншій. Такий внутрішній стан дитини може бути викликаний суперечливими вимогами до неї, що впливають із різних джерел; неадекватними вимогами, невідповідними можливостям і прагненням дитини; негативними вимогами, які ставлять дитину в принижене, залежне становище. У всіх трьох випадках виникає відчуття «втрати опори»; втрати міцних орієнтирів у житті, невпевненість у навколишньому світі.

В основі внутрішнього конфлікту дитини може лежати зовнішній конфлікт – між батьками, між сім'єю і школою, між однолітками й дорослими. Проте змішувати внутрішній і зовнішній конфлікти абсолютно неприпустимо; суперечності в навколишньому оточенні дитини далеко не завжди стають її внутрішніми суперечностями. Зовсім не кожна дитина стає тривожною. Тривога проникає в душу дитини, лише коли конфлікт пронизує все її життя, перешкоджаючи реалізації її найважливіших потреб.

Однією з найчастіших причин тривожності є завищені вимоги до дитини, негнучка, система виховання, що не враховує власну активність дитини, її інтереси, здібності і схильності. На думку дослідників посиленню в дитині тривожності можуть сприяти також такі фактори, як завищені вимоги з боку батьків і педагогів, оскільки вони викликають ситуацію хронічної неуспішності (Павелків Р. В., 2008). Зіштовхуючись із постійними розбіжностями між своїми реальними можливостями й тим високим рівнем досягнень, якого очікують від неї дорослі, дитина відчуває занепокоєння, що легко переростає в тривожність. Ще один фактор, який сприяє формуванню тривожності, – часті докори, що викликають почуття провини. У цьому випадку дитина постійно боїться виявитися винуватою перед батьками. Отже, невпевнена в собі, схильна до сумнівів і коливань, тривожна дитина також нерішуча, несамостійна, нерідко інфантильна.

У зв'язку з порушенням розвитку самооцінки та появою тривожності в дітей можливе порушення функції пристосування як відповідь на зміни звичного укладу життя. Самооцінка стимулює навчальну активність молодших школярів, їхнє прагнення поліпшувати досягнуті результати.

Д. Шеффер виділяє соціальні фактори, які впливають на самооцінку молодшого школяра: стилі виховання, сензитивність виховання в ранньому дитинстві впливає на те, яку модель «Я» – позитивну чи негативну – сконструює дитина. Крім того, молодші школярі з високою самоповагою мають, як правило, батьків, які вміють підтримати дитину, прислухатися до її думки (Шеффер Д., 2003).

Успіхи в навчанні сприяють розвитку самооцінки молодшого школяра, а самооцінка впливає на рівень успішності через механізми очікувань, домагань, мотивації та впевненості у своїх силах. Низька самооцінка підриває впевненість у своїх силах і формує низький рівень домагань та очікувань, а низька успішність знижує самооцінку. Включення учнів у різні види діяльності має відбуватися на основі поступового ускладнення завдань і забезпечення їх доступність.

Отже, дитяча оцінка себе та своїх умінь є важливим аспектом «Я», що впливає на всі аспекти поведінки дитини та її психологічне благополуччя. Підводячи підсумок теоретичному дослідженню, зазначимо, що тривожність як властивість особистості багато в чому

зумовлює поведження дитини. Перехід до шкільного життя пов'язаний зі зміною провідної діяльності. Навчальна діяльність – цілеспрямована діяльність учнів, результатом якої є розвиток особистості, інтелекту, здібностей, засвоєння знань, оволодіння уміннями та навичками. Навчальна діяльність відіграє важливу роль у формування самооцінки молодшого школяра й зумовлена процесом усвідомлення самого себе як суб'єкта діяльності щодо присвоєння суспільно-історичного досвіду. Низька самооцінка підриває впевненість у своїх силах і формує низький рівень домагань та очікувань, а низька успішність знижує самооцінку. Отже, уміння дитини, знання нею своїх сильних і слабких сторін є підставою для формування самостійності, впевненості в собі, особистісної незалежності, що дає змогу бути більш компетентною особистістю в спілкуванні з однолітками, знизити рівень тривожності. Знання індивідуальних особливостей самооцінки молодших школярів є однією з найважливіших передумов ефективності педагогічного керування їхньою соціально значущою активністю в процесі навчання та виховання.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*Л. В. Ткачук**

Проблема агресії викликає зацікавлення у психологів останні десятиліття через рівень її зростання, а разом з тим, і зростання рівня насилля у світі (*Бесчастний В., 2017*). У даний час агресію розглядають як поведінку, що є протиріччям позитивній сутності людини, або, з іншого боку, вона розглядається як інстинкт, котрий разом із іншими інстинктами слугує для збереження життя людини. У межах еволюційно-генетичного підходу феномен агресії стає умовою життєздатності та можливості до адаптації індивіда (*Балабанова Л. М., Віденєєв І. О., 2016*).

* Ткачук Л. В., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Вивченням даної проблеми займалось багато науковців – психологів такі як: А. Бандура, Р. Вальтерс, О. Білоус, Н. Гребініченко, Т. Костюченко, І. Малишева, Л. Берковіц, К. Міллер, Л. Семенюк, А. Фройд, З. Фройд, Е. Фромм, О. Реан.

Х. Дельгадо визначає агресію як комплексне поняття, яке включає акти ворожості, атаки, руйнування, тобто дії, які шкодять іншій особі або об'єкту (*Delgado H., 1966*). Людська агресивність є поведінковою реакцією, що характеризується проявом сили в спробі завдати шкоди або збиток особистості або суспільству.

В основі агресивної поведінки підлітків найчастіше знаходяться психологічні або соціально-психологічні проблеми, які супроводжують пубертатний період. Серед форм агресії можна виділити такі: фізична агресія, непрямая агресія, вербальна агресія, схильність до роздрагування, негативізм. З форм ворожих реакцій відзначаються: образа, підозрілість (*Вовк Г., 2009*).

Зростання агресивних тенденцій у підлітковому середовищі відображає одну з найгостріших соціальних проблем нашого суспільства (*Мойсеева О. Є., 2015*). Підлітковий вік є небезпечним і водночас більш уразливим до негативного впливу. Тому у роботі з агресивним підлітком потрібно завжди пам'ятати (*Кисіль З. Р., 2015*):

- агресія може мати і біологічне, і соціальне походження;
- агресивність може бути не тільки жорстокою, але й нормальною реакцією у боротьбі за виживання;
- агресивні дії можуть бути ослаблені, або спрямовані в соціально припустимі межі за допомогою позитивного підкріплення позитивної поведінки підлітка.

Мета даної статті: проаналізувати прояви агресії у підлітковому віці.

Для реалізації мети була сформована гіпотеза яка полягала у припущенні про те, що у підлітків з високим рівнем конфліктності переважає фізична агресія та у підлітків із підвищеним почуттям провини рівень позитивної агресивності переважає над рівнем негативної агресивності.

Для підтвердження гіпотези нами було проведено емпіричне дослідження на базі ДВНЗ «Могилі-Подільський монтажно-економічний коледж». У дослідженні прийняли участь 34 особи, середній вік 15 років. Вибірка представлена з осіб жіночої статі – 15 осіб (44 %) та чоловічої статі – 19 осіб (56%), які входили до двох груп.

У ході дослідження, ми використовували опитувальник рівня агресивності Басса - Дарки, який призначений для діагностики агресивних і ворожих реакцій. Також була використана методика «Особистісна агресивність і конфліктність» Є. П. Ільїна і П. А. Ковальова, яка призначена для виявлення схильності суб'єкта до конфліктності і агресивності як особистісних характеристик.

По завершенню дослідження, нами було отримано наступні результати:

1. У підлітків даної вибірки переважає низький рівень вираженості фізичної агресії, середній рівень вираженості показника конфліктності та підвищений рівень вираженості почуття провини, кожен відповідає 41 % вибірки.
2. При високому рівні вираженості показника конфліктності у підлітків даної вибірки переважає дуже високий рівень фізичної агресії, що відповідає 46 % вибірки.
3. У підлітків даної вибірки переважає середній рівень вираженості позитивної агресії та низький рівень вираженості негативної агресії, що відповідають 47 % і 59 % вибірки.
4. У підлітків з рівнем вираженості почуття провини вище середнього, переважає низький рівень як позитивної так і негативної агресії, що відповідають 48 % і 56 % вибірки.
5. У підлітків з високим рівнем конфліктності переважають показники фізичної агресії за рівнем прояву вище середнього: загальне відсоткове значення отриманих показників середнього і низького - 45%, а загальне відсоткове значення отриманих показників підвищеного, високого і дуже високого – 55 %, що на 10 % більше.
6. У підлітків із рівнем почуття провини вище середнього, рівень позитивної агресивності сильніше виражений ніж рівень негативної агресивності: загальне відсоткове значення отриманих показників середнього і високого рівнів прояву позитивної агресії - 52%, а негативної агресії – 44%, що на 8 % менше.

Перша частина гіпотези, за якою у підлітків з високим рівнем конфліктності переважають показники фізичної агресії за рівнем прояву вище середнього, має місце бути при загальному відсотковому значенні отриманих показників середнього і низького - 45 %, а загальному

відсотковому значенні отриманих показників підвищеного, високого і дуже високого – 55 %, На результат дослідження міг вплинути високий рівень прояву показника конфліктності у жіночої частини вибірки, котрій, однак, більш властиві прояви вербальної агресії аніж фізичної. Проте, за ϕ^* критерієм Фішера, немає вірогідної залежності між рівнем конфліктності і показником фізичної агресії.

Друга частина гіпотези, за якою у підлітків із рівнем почуття провини вище середнього, рівень позитивної агресивності сильніше виражений ніж рівень негативної агресивності, має місце бути при загальному відсотковому значенні отриманих показників середнього і високого рівнів прояву позитивної агресії - 52%, а негативної агресії – 44%,. На результат дослідження вплинув вищий рівень відповідальності за власні дії та наміри і совісності у частини вибірки з властивою даним підліткам вираженістю позитивної агресії. Проте, за ϕ^* критерієм Фішера, немає вірогідної залежності між рівнем почуття провини і рівнем позитивної і негативної агресивності.

У перспективі, подальше вивчення проявів агресії у підлітково-му віці дасть змогу оптимізувати міжособистісне спілкування і взаємовідносини в навчальному процесі, а також вплинути на особистісний психічний і емоційний стан підлітків.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ ДЛЯ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ

Я. Д. Цігельман, І. П. Ковальчук***

Як відомо, навчання у вищому навчальному закладі є дуже важливим періодом життя для молоді. Це той час, коли з'являється не лише нова соціальна роль. Це період спілкування з новими людьми,

* Цігельман Я. Д., здобувачка спеціальності «Психологія».

** Ковальчук І. П., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

надбання нових знань, умінь та навичок. Вирішення актуальної проблеми соціальної адаптації студентів-першокурсників можливе на основі застосування соціально-психологічного тренінгу.

Тренінги як форма роботи стають у нагоді, щоб розв'язувати протиріччя адаптації, надавати можливість розвивати особистісні якості студентів. Крім того, у багатьох першокурсників з'являються переживання через несподівану зустріч з новими видами навчальної діяльності, формами контролю, новим соціальним статусом та колективом загалом. Через це адаптація студентів є важливим завданням, розв'язання якого покращує як їхню успішність, так і емоційний стан.

Дослідженням адаптації до навчання займалися такі вітчизняні й зарубіжні психологи, як А. Вігенберг, М. Бедрушек, Г. Овчинникова, Є. Котлярівський, Е. Ямбург, В. Ластовченко, І. Пономаренко, А. Варезнікова та інші.

Соціальну адаптацію прийнято розглядати з двох позицій. Перше розуміння її означає активний вплив особистості на соціальне середовище, коли особистість засвоює сформовані форми взаємодії людей, певні норми та цінності, традиції, можливо, навіть змінює їх. Другий тип визначає конформне та пасивне засвоєння цілей, цінностей соціальної групи. Обидва типи можуть впливати на протікання адаптації кожної окремої особистості, тому це слід враховувати під час складання тренінгових програм (Церковний А. О., 2014).

І. Меньшикова вказує на важливість вдалої адаптації, адже вона сприяє оптимальній реалізації внутрішніх ресурсів та можливостей особистості, її внутрішнє зростання, вираження особистісного потенціалу. Тож процес адаптації студентів безпосередньо призводить до їх особистісного розвитку (Меньшикова І. Н., 2010).

При цьому слід не забувати й про головну мету навчання – професійне становлення. Професійний розвиток, як і індивідуальний, відбувається нерівномірно та має різні етапи: як підйоми, так і падіння, як успіх, так і невдачі. Складні етапи можуть супроводжуватися зниженням професійної продуктивності та апатією, які ще називають макро- та мікрокризами. На думку М. Дубініної, під час професійного становлення можна виділити психологічні кризи, які виникають під час здійснення професійного шляху особистості (Дубинина М. Г., 2005). Ці кризи відображають певні закономірності, які не можна порівняти із закономірностями життєвого

шляху людини. Можна їх позначити: на 1-му курсі – криза очікувань; на 2-му курсі – криза ідентичності; на 3-му курсі – криза самовизначення; на 4-му курсі – криза становлення; на 5-му курсі – криза самопрезентації.

Якщо говорити про самі адаптаційні процеси, то С. Рудакова виділила три їх параметри: рівень актуального розвитку особистості; труднощі навколишнього середовища; рівень особистої активності й цілеспрямованості (Рудакова С. Г., 2005). Перші два параметри відповідають за величину адаптаційного бар'єру, що необхідно подолати. Рівень особистої активності й цілеспрямованості, зокрема, характеризують ресурси людини, за допомогою яких можливе подолання адаптаційних бар'єрів. За недостатності ресурсів виникає дистрес. Отже, для подолання адаптаційних бар'єрів необхідно зменшити сам адаптаційний бар'єр та збільшити адаптаційний потенціал студентів.

Іноді розглядають варіант психолого-педагогічного супроводу студентів, який почали активно використовуватися в останні роки. Е. Зеєр детермінує це явище як надання першокурсникам допомоги в адаптації до нових умов життєдіяльності (Зеєр Э. Ф., 2006). До технології психологічного супроводу автор відносить: діагностику готовності до навчальної та пізнавальної діяльності, мотивів учіння, ціннісних орієнтацій, соціально-психологічних установок; допомогу в розвитку навчальних умінь і регуляції своєї життєдіяльності; психологічну підтримку першокурсників у подоланні труднощів самостійного життя та в установленні комфортних стосунків з однокурсниками та педагогічним колективом; консультування студентів, яким не сподобалась обрана спеціальність; корекцію професійного самовизначення.

Крім того, Е. Зеєр зазначає, що критеріями успішної адаптації першокурсників є адаптація до навчально-пізнавального середовища та особистісне самовизначення; вироблення нового стилю життєдіяльності.

Якщо говорити про соціально-психологічні тренінги, спрямовані на адаптацію першокурсників, то такі тренінги ставлять перед собою наступні завдання: розвиток здібностей пізнання власного «Я» та інших людей; розвиток адекватної самооцінки та самосприйняття; дослідження індивідуальних стилів міжособистісної взаємодії та їх підвищення; діагностика й корекція особистісних якостей, умінь та навичок задля ефективної взаємодії в навчальній групі (Куреева О. І., 2011).

Також тренінги передбачають дотримання певних правил. До них відносять: «Я-висловлювання», конфіденційність, відкритість новому досвіду та щирість, «тут і зараз», не перебивати, без оцінювальне ставлення, активність та уважність, добровільність (Прутченков А. С., 2001).

Таким чином, соціально-психологічний тренінг може використовуватись психологами для ефективної адаптації студентів-першокурсників та для практики психологічного супроводу студентів.

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ

*О. Ю. Шиндировська**

Процес адаптації майбутніх фахівців до освітньої діяльності у вищих закладах освіти є важливим етапом професійної підготовки, оскільки здобувач вищої освіти перебуває у складній ситуації знайомства з новими формами діяльності, спілкування, дозволя, співвідносить власні сподівання з реальністю. Вивчення процесу адаптації здобувачів може відкрити нові перспективи активізації їх особистісних ресурсних можливостей у подоланні труднощів і психологічних бар'єрів у навчанні.

Загальні проблеми соціально-психологічної адаптації особистості представлені у роботах Г. Балла, Л. Виготського, О. Леонтьєва, В. Петровського, А. Фурмана та ін. Проблеми адаптації студентів знайшли своє відображення у наукових працях Л. Балабанової, С. Гапонова, Ю. Колесников, Н. Коломінський, Г. Медведєв, О. Мороз, В. Рубін, В. Штифурак та ін. Психосоціальні чинники адаптації молодшої людини до навчання у вузі та майбутньої професії вивчали В. Гордієнко, В. Духневич, І. Жадан, В. Казміренко, Л. Найдьонова та ін.

Об'єкт дослідження: процес соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти першого року навчання до освітньої діяльності у ЗВО.

* Шиндировська О. Ю., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький Національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Предметом дослідження є особливості та умови процесу соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти першого року навчання до навчання освітньої діяльності у ЗВО.

Мета дослідження: провести аналіз особливостей соціально-психологічної адаптації першокурсників.

Теоретичний аналіз проблеми дозволяє констатувати, що адаптація першокурсників - динамічно складний, багатофакторний процес, пов'язаний із засвоєнням соціального досвіду університетського середовища, включенням особистості до системи міжособистісної взаємодії, залученням до особливостей та цінностей обраної професії (Ляхова І., Учитель О., 2001).

Розрізняють три форми адаптації першокурсників до умов вищого освітнього закладу:

1. Формальна адаптація – стосується пізнавально-інформаційного пристосування здобувачів до нового оточення, до вимог і своїх зобов'язань;
2. Суспільна адаптація – це процес внутрішньої інтеграції груп першокурсників і інтеграція цих груп зі студентським оточенням в цілому;
3. Дидактична адаптація – стосується підготовки здобувачів до нових форм і методів навчальної роботи у вищій школі (Авдеєнко А.С., 2016).

Соціальна адаптація першокурсників поділяється на такі види:

- професійну адаптацію – пристосування до характеру, змісту, умовам і організації навчального процесу, формування навичок самостійності;
- соціально-психологічну адаптацію – пристосування особистості до групи, взаємовідносин в ній, формування власного стилю поведінки (Волнушкіна Г. В., 2016).

В емпіричному соціально-психологічному дослідженні прийняли участь здобувачі вищої освіти Донецького національного університету імені Василя Стуса. Загальна кількість досліджуваних склала 33 респонденти.

Основним психодіагностичним інструментарієм був комплекс методик, а саме: Тест Спілбергера-Ханіна, «Самооцінка психічних станів» (за Г. Айзенком), Методика діагностики соціально-психологічної адаптації К.Роджерса і Р.Даймонда.

За результатами діагностики методкою соціально-психологічної адаптації К.Роджерса та Р.Даймонда, серед досліджуваних можна виділити три групи: успішно адаптовані, із середнім рівнем адаптації і низьким рівнем.

Таблиця 1
Інтегральні показники рівня соціально-психологічної адаптації здобувачів вищої освіти

Шкала	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Адаптивність	72,73%	18,18%	9,09%
Самоприйняття	90,91%	3,03%	6,06%
Прийняття інших	60,61%	30,30%	9,09%
Емоційний комфорт	60,61%	27,27%	12,12%
Інтернальність	81,82%	18,18%	
Домінування	30,30%	60,61%	9,09%

В табл. 1 представлені інтегральні показники на основі яких і можна робити висновок що більша частина респондентів є успішно адаптованими. Це означає, що досліджувані, перебуваючи в процесі адаптації, мають позитивний емоційний фон, пристосовуються до режиму та умов навчання. Адаптовані першокурсники частіше виявляють інтернальність, тобто сприймають події, що відбуваються з ними, як результат власної діяльності. Однак, можемо констатувати наявність і дезадаптованих першокурсників, для яких характерне неприйняття норм та цінностей нового для них соціального середовища, переживання емоційного дискомфорту.

Шкала «Самоприйняття» демонструє, що більшість здобувачів отримали високий результат. Дана шкала постає як результат самооцінки індивіда, що визначає ступінь задоволеності особистості своїми характеристиками. Натомість 6,06 % здобувачам властива низька самооцінка. Показник «Прийняття інших» відображає рівень потреби особистості у спілкуванні та взаємодії з іншими, прийняття та позитивне ставлення до оточення. Низький рівень за показниками цієї шкали виявлено лише у 9,09%, котрі відчувають критичне ставлення до людей, роздратування, очікування негативного ставлення до себе.

За шкалою «Прагнення до домінування» більшість першокурсників демонструють середній рівень вираженості лідерських та домінуючих

якостей. Вони можуть лише в деяких ситуаціях впливати на інших, переконувати їх у своїй думці, нав'язувати свою думку. Незначна частина першокурсників (9,09%) відрізняється низькими показниками, що свідчить про їхню схильність до підпорядкування, м'якості та покірності.

Таблиця 2
Результати за методикою Спілберга-Ханіна

Шкала	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Особистісна тривожність	9,09 %	36,36 %	54,55 %
Ситуативна тривожність	9,09 %	33,33 %	57,58 %

За результатами діагностики, які наведені у табл. 2, бачимо, що у досліджуваних першокурсників переважає низький та середній рівень особистісної та ситуативної тривожності. Це означає, що під час обстеження вони знаходились у спокійному, не напруженому емоційному стані. Для них характерна відсутність великої напруженості, занепокоєння, вони здатні регулювати свій емоційний стан під час складних життєвих ситуацій.

Натомість, по 9,09 % осіб мали високий рівень обох видів тривожності. Це вказує на те, що навіть у ситуації обстеження респонденти знаходились у дуже схвильованому, стурбованому стані. Вони схильні до підвищеного хвилювання у більшості ситуацій, мають підвищену чутливість, недостатньо впевнені у своїх можливостях. У таких зобувачів імовірність порушення діяльності в умовах стресу більша, а отже і процес адаптації проходить важче.

Таблиця 3.
Результати, отримані за методикою
«Самооцінка психічних станів» за Г. Айзенком

Шкала	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Ригідність	18,18 %	45,45 %	36,36 %
Агресивність	15,15 %	57,58 %	27,27 %
Фрустрація	18,18 %	30,30 %	51,52 %
Тривожність	21,21 %	33,33 %	45,45 %

Отримані дані, представлені в табл.3, демонструють, що більшість обтежуваних мають низькі та середні показники по всім шкалам. Менша частина респондентів отримали високі показники, це вказує на те, що процес адаптації у них проходить важко і довго. Такі першокурсники характеризуються напруженістю, почуттям неспокою, низькою самооцінкою.

Зокрема, за шкалою фрустрації майже половина респондентів отримали низький рівень, що свідчить про їх стійкість до невдач, адекватну самооцінку; ще частина отримала середній рівень – фрустрація має місце у їх житті, вони діють під впливом обставин і емоцій. Середній рівень за шкалою агресивності притаманний здобувачам, що характеризується зміною настрою, такі люди намагаються стримувати свою агресію. Низький рівень ригідності виявлено у 36,36 % здобувачів, які легко переключаються з однієї справи на іншу, змінюють щось у житті. Середній рівень виявлено у 45,45 % - це свідчить про вплив настрою цих осіб та їх бажань на поведінкову діяльність людини.

Як показало наше дослідження, у більшості першокурсників процес адаптації проходить вдало. Однак аналіз отриманих даних дозволяє констатувати, що 9,09% здобувачів не використовують свої адаптаційні можливості повною мірою та є групою ризику.

СЕКЦІЯ 2

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ: ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ ДЕТЕРМІНАНТИ

ПОЗИТИВНА «Я-КОНЦЕПЦІЯ» ЯК РЕСУРС ВИБОРУ ЕФЕКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ

*А. Р. Богачук**

Становлення особистості та її взаємодія з навколишнім світом є однією із надзвичайно актуальних питань сьогодення. Проблеми «Я-концепції» у психології присвячені дослідження вітчизняних і зарубіжних авторів серед яких, зокрема Г. Балл, Р. Бернс, О. Бондаренко, О. Бондарчук, М. Боришевський, Е. Галажинський, У. Джемс, А. Іващенко, О. Колишко, І. Кон, С. Максименко, С. Панталеєв, М. Розенберг, Л. Сердюк, В. Столін, Т. Титаренко, Н. Чепелева тощо. Також різні аспекти та структурні компоненти «Я-концепції» досліджували Р. Бернс, І. Булах, В. Джеймс, Ч. Кулі, К. Роджерс, В. Столін та ін.

Поняття «Я-концепція» вітчизняні автори визначають як відносно стабільна, більшою або меншою мірою усвідомлена, така, що пере-

* Богачук А. Р., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

живається як неповторна, система уявлень індивіда про себе, на основі якої він буде свою взаємодію з іншими людьми і ставиться до себе (Захарук Т. В., 2007; Жигайло Н. І., О. В. Шибрук О. В., 2014).

Даючи визначення «Я-концепції», Р. Бернс зазначає, що вона окреслює не просто те, що собою являє індивід, а й що він про себе думає, як розглядає свої можливості в діяльності й розвитку в майбутньому.

Із «Я-концепцією» часто пов'язують особливості вибору копінг-стратегій особистості. Вивчення сутності психологічної адаптації особистості та природи копінг-поведінки було і залишається одним з найактуальніших напрямів наукових досліджень вітчизняних та зарубіжних психологів. На вибір копінг-стратегій впливають як соціальні так і особистісні чинники. Важливим особистісним чинником ефективного вибору копінг-стратегій є «Я-концепція» (Бех І., 2003).

Мета даної роботи полягає у теоретичному аналізі позитивної «Я-концепції» як ресурсу вибору ефективних копінг-стратегій.

Варто погодитись із К. Роджерсом, що «Я-концепція» формується під впливом життєвого досвіду людини, насамперед стосунків у сім'ї, проте досить рано вона сама набуває якості активності й починає впливати на інтерпретацію цього досвіду, на мету особистості, систему її очікувань та прогнозів щодо свого майбутнього, на оцінку своїх досягнень і тим самим на її ставлення до самої себе.

У дослідженнях М. Бітянкової наголошується, що «Я-концепція» особистості включає такі компоненти: пізнавальний, емоційно-оціночний, мотиваційно-поведінковий. Р. Бернс також розглядав «Я-концепцію» як сукупність установок індивіда, спрямованих на самого себе. Проте ці установки, він вважав, можуть мати різні ракурси і модальності. За своїм змістом «Я-концепція» може бути позитивною, негативною, амбівалентною.

У емпіричному дослідженні позитивної Я-концепції та ефективних копінг-стратегій прийняло участь 65 осіб – здобувачі 1 та 2 курсів. За допомогою методики «Ясності «Я-концепції» Кемпбела нам вдалось проаналізувати «ясність уявлення себе» (Self-Concept-Clarity – SCC). «Ясність уявлення себе» відбиває те, наскільки чіткі та визначені уявлення про себя, наскільки вони внутрішньо узгоджені та стабільні.

За результатами методики методики «Ясності «Я-концепції» Кемпбела були отримані наступні результати. Здобувачі вищої освіти

ти, які прийняли участь у дослідженні володіють наступним рівнем «ясності «Я-концепції»: 33 студенти (51%) – середній рівень ближче до високого; 29 студентів (44%) продемонстрували середній рівень; 3 студенти (5%) володіють середнім ближче до низького рівнем ясності Я-концепції. Вкрай високого та низького рівнів «ясності «Я-концепції» серед досліджуваних не виявлено.

За допомогою методики копінг-механізмів Е. Хейма було визначено які копінг механізми обирають студенти під час вирішення важких та стресових ситуацій. У процесі дослідження встановлено, що досліджувані найчастіше користуються наступними копінг-стратегіями: адаптивні - проблемний аналіз, оптимізм а також співпраця; відносно адаптивні – емоційна розрядка та компенсація; неадаптивні – ігнорування, розгубленість, придушення емоцій та уникнення.

За допомогою аналізу взаємозв'язку позитивності (ясності Я-концепції) та вибору копінг стратегій встановлено, що високому рівню ясності Я-концепції та самоусвідомленості відповідають адаптивні копінг стратегії. Адаптивні копінг-стратегії науковці поділяють на когнітивні, емоційні та поведінкові. При позитивній Я-концепції респонденти обирають форми поведінки, що спрямовані на аналіз виниклих труднощів і можливих шляхів виходу з них.

Варто погодитись із думкою І. О. Никоненко, що копінг-стратегія – це внутрішній регулятивний механізм поведінки людини, а сама поведінка не є власне психологічним феноменом, бо містить соціальні та біологічні складові. Долаюча поведінка реалізується завдяки успішним допінг-стратегіям. Отже, копінг-стратегії можуть бути успішними або неуспішними.

Таким чином, «Я-концепція» формується під впливом життєвого досвіду людини, насамперед стосунків у родині, проте досить рано вона сама набуває якості активності й починає впливати на інтерпретацію цього досвіду, на мету особистості, систему її очікувань та прогнозів щодо свого майбутнього, на оцінку своїх досягнень і тим самим на її ставлення до самої себе. За результатами емпіричного дослідження варто зробити висновок, що існує прямий зв'язок між ясністю «Я-концепції» та вибором когнітивних копінг стратегій. Позитивна «Я концепція» забезпечує розвиток гармонійної особистості, яка перебуває в єдності зі світом, людьми і сама з собою а також впливає на вибір ефективних копінг-стратегій.

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНО-ЕМОЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ОСОБИСТОСТІ ЯК РЕСУРС КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ

Болотіна Я.А.*

На сьогоднішній день дослідники різних теоретичних і прикладних напрямків психології зайняті розробкою питань впорається поведінки як галузі вивчення, що знаходиться на стику загальної, соціальної, вікової психології та психології праці, і що розглядає проблеми регуляції і продуктивності поведінки, особистісного розвитку, психічного і фізичного благополуччя в стресових ситуаціях. Ключовим моментом в розумінні копінг-поведінки є усвідомлення того, що не тільки характеристики стресового впливу, а й особливості засобів, для його подолання, які обирає особистість істотно впливають на адаптивність і продуктивність діяльності суб'єкта (*Рассказова Е. И., 2014*).

Вибір способу блокування стресу залежить від багатьох факторів. Серед них характерологічні особливості суб'єкта, його соціальне оточення, когнітивні особливості, ціннісно-мотиваційна сфера особистості. Одним з ключових чинників вибору стратегії подолання виступає успішність соціальної адаптації людини як у повсякденному, так і в професійному житті (*Абдеева С. Б., 2013*).

Ефективність адаптації істотно залежить від того, наскільки суб'єкт адекватно сприймає себе в навколишньому світі, наскільки успішно вибудовує соціальні відносини, наскільки суб'єкт готовий і здатний змінювати свою поведінку відповідно запитам спілкування (*Лазарус Р., 2003*). У свою чергу, соціальна адаптивність як один з компонентів впорається поведінки, що забезпечує успішність знаходження і використання людиною соціальним ресурсів, значною мірою залежить від того, в якій мірі людина здатна розпізнавати власні емоції і емоції інших людей і усвідомлено керувати ними. Іншими словами, соціальний ресурс копінг-поведінки залежить від рівня сформованості у суб'єкта емоційного інтелекту.

* Болотіна Я. А., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Існує кілька моделей емоційного інтелекту. Модель емоційного інтелекту Майєра - Саловея - Карузо (модель здібностей) визнається в психології в якості основної на даний момент. Її, як правило, вживають для опису поняття емоційного інтелекту, хоча також великою популярністю володіє заснована на цій моделі змішана модель Денієла Гоулман. Майєр, Селовея і Карузо виділяють чотири складові емоційного інтелекту (Гоулман Д., 2015):

1. Сприйняття емоцій - здатність розтлумачувати емоції (по міміці, жестах, манерах, зовнішньому вигляду, ході, поведінці, голосу) інших людей, а також ідентифікувати свої власні емоції.
2. Використання емоцій для стимуляції мислення - здатність людини (в основному несвідомо) активувати свій розумовий процес, пробуджувати в собі творчий початок, використовуючи емоції як фактор мотивації і спонукання.
3. Розуміння емоцій - здатність розпізнавати причину появи емоції, визначати зв'язок між думками і емоціями, визначати динаміку переходу від однієї емоції до іншої, прогнозувати розвиток і перебіг емоцій в часі, а також здатність інтерпретувати емоції у взаєминах, розуміти складні (суперечливі, неоднозначні) почуття.
4. Управління емоціями - здатність контролювати, викликати і усвідомлено направляти свої емоції і емоції інших людей для досягнення поставлених перед собою цілей. Сюди також відноситься вміння брати до уваги емоції при побудові логічних ланцюжків, виконанні різних завдань, прийнятті рішень та обрання моделі поведінки.

Модель емоційного інтелекту, створена Денієлом Гоулманом і іменована змішаною моделлю, придбала велику популярність. Змішана модель передбачає, що емоційний інтелект складається з 5 компонентів:

1. *Самопізнання* - здатність ідентифікувати свої афективні переживання, свої спонукання при прийнятті рішень, дізнаватися свої слабкі і сильні сторони, визначати свої цілі і життєві цінності.
2. *Саморегуляція* - здатність контролювати свої емоції, приборкувати імпульси.

3. *Соціальні навички* - уміння вибудовувати відносини з людьми, орієнтація їх в бажаному напрямку.
4. *Емпатія* - здатність враховувати почуття інших людей при прийнятті рішень, а також вміння співпереживати іншим людям.
5. *Мотивація* - здатність прагнути до досягнення мети, спонукання до цього процесу.

Значне різноманіття склалися в психології концепцій і підходів до розгляду питань копінг-поведінки, з одного боку, і представленість великої кількості різних принципів інтерпретації соціально адаптації - з іншого, говорить про складність феномена впоряється поведінки і залежності його від багатьох факторів (Лазарус Р, 2003). Однак в контексті впоряється поведінки емоційний інтелект практично не досліджувався. Встановлення впливу різних умов і компонентів емоційного інтелекту на стратегії подолання та соціальної адаптації може розглядатися як крок у напрямку вирішення цієї проблеми, що і обґрунтовує актуальність нашого дослідження (Гоулман Д., 2015).

Емоційний інтелект пов'язаний зі здатністю людини справлятися зі стресом. Люди стикаються з різними проблемами: визначення та досягнення своїх цілей та потреб; досягнення особистої та соціальної гармонії; розвитку взаємодії з навколишнім середовищем. Необхідний безперервний процес узгодження особистих характеристик особи з зовнішніми умовами. Цей тип вирівнювання досягається та підтримується шляхом активізації потенціалу індивіда у використанні стратегій подолання стресу, завдяки яким він прагне створити баланс між собою та своїми зовнішніми обставинами. Він робить це шляхом модуляції зовнішніх факторів, таких як мобілізація енергії, зміна цілей, прагнень та змін у самому середовищі.

За даними Belanger et al. методи подолання можуть включати ідеї або дії, які використовуються у надзвичайно стресових ситуаціях. Деякі з цих стратегій є позитивними, наприклад, намагання ефективно вирішити проблему. В інших випадках, однак, методи, які використовуються індивідом для боротьби зі стресом, можуть стати спонтанною реакцією під час стресової позиції. Однак звичайні стратегії подолання стають неефективними під час важких стресових ситуацій. Отже, індивід стає емоційно та психологічно виснаженим,

поки не будуть винайдені та відпрацьовані нові методи для досягнення позитивних результатів.

Ефективні стратегії подолання, такі як медитація, спорт, повноцінне харчування, релаксація, гумор та веселі заняття, допомагають зменшити наслідки стресу. Методи боротьби зі стресом змінюються залежно від різних змінних, які включають особистість, емоційну позицію під час впливу стресової ситуації та індивідуальне тлумачення ситуації (Борис та ін., 2003). Коен визначив кілька методів боротьби зі стресом, які перераховані нижче:

1. Раціональне мислення: спроба людини логічно подумати про джерела та причини стресу.
2. Індивідуальна уява: спроба подумати про майбутні перспективи та наслідки поточної ситуації.
3. Гумор: стимулювання позитивних емоцій під час протистояння.

Бактаян та Май вказали, що стратегії подолання є когнітивними та поведінковими зусиллями щодо контролю, зменшення та підтримки вимог, що нав'язуються ззовні (сім'я, друзі, робота чи університет) або зсередини (емоційний конфлікт, встановлення стандартів чи високі очікування). Ці стратегії допомагають пом'якшити тягар цих вимог. Мораді та ін. підтвердили, що рівень EI допомагає прогнозувати корисні стратегії подолання стресу. Кім і Хан, з іншого боку, виявили, що підвищений емоційний контроль та ефективність допомагають учням адаптуватися та практикувати ефективні стратегії при подоланні стресу.

Розуміння взаємозв'язку, що існує між емоційним інтелектом та здоров'ям та самопочуттям людей, викликало значний інтерес. Кращі взаємодії з медичними працівниками призводять до міжособистісного емоційного інтелекту, що збільшує схильність людини звертатися за допомогою та слідувати порадам. Стратегія подолання емоцій регулює емоції, змінюючи сенс стресових ситуацій когнітивно, не змінюючи ситуації, що викликає стрес. Шах і Тінгуджам та Метью та Зейднер припустили, що успішне подолання стресу є основою міцного психічного та фізичного здоров'я, а успішна стратегія подолання допомагає забезпечити збалансовану емоційну реакцію у надзвичайно стресових ситуаціях.

Албешер та Елсаїд зазначили, що внески вимірів EI є важливими для прогнозування методів боротьби зі стресовими подіями. Маринакі та ін. окреслив зв'язок між стратегіями подолання та характе-

ристиками ЕІ в науковому колективі державних університетів Греції. Результати показали різні емоційні характеристики серед респондентів, пов'язані з використанням різноманітних стратегій подолання. Крім того, було виявлено значну кореляцію між характеристиками емоційного інтелекту та стратегіями подолання, які коливалися між високими та низькими балами. Ван та ін. вивчали вплив емоційного інтелекту та самолідерства на боротьбу зі стресом на вибірці з 575 студентів з двох китайських університетів та показали значну залежність між емоційним інтелектом та активними методами боротьби зі стресом. Результати далі вказували на прямий і позитивний вплив самолідерства на методи управління стресом.

Маринакі та ін. досліджували зв'язок між рисами, емоційним інтелектом та стратегіями подолання в академічному колективі, зайнятому в державних університетах. Було використано шкалу подолання, таку як індикатор професійного стресу (OSI), і емоційний інтелект риси оцінювався за допомогою опитувальника емоцій. Результати дослідження показали високий рівень емоційного стресу із значним розмаїттям стратегій подолання стресу, які використовували вчителі. Інше дослідження було проведене Раном та Чонгом, щоб зрозуміти взаємозв'язок між емоційним інтелектом та навичками управління стресом у вибірці з 219 студентів-медсестер Коньянського університету. Висновки показали, що емоційний інтелект позитивно пов'язаний з двома ключовими факторами: навичками вирішення проблем та навичками, необхідними для отримання соціальної підтримки. Крім того, було виявлено, що ефективний контроль та емоційна ефективність допомагають учням у прийнятті корисних стратегій для боротьби зі стресом. Так само, Вейн вивчав зв'язок між емоційним інтелектом та методами боротьби зі стресом у студентів Університету Дельти в Нігерії, і результати показали позитивну кореляцію між емоційним інтелектом та методами боротьби зі стресом. Дослідження також підкреслило, що люди з вищим інтелектом мали більшу здатність протистояти стресу.

Мораді та ін. проаналізували вплив взаємозв'язку між емоційним інтелектом та навичками управління стресом на вибірці з 200 студентів з університету Разі в Ірані. Результати виявили статистично значущу та позитивну кореляцію між емоційним інтелектом та всіма

п'ятьма складовими інвентаризації відповідей (ІСЦ). Крім того, емоційний інтелект виявився ефективним провісником кожного аспекту стратегій боротьби зі стресом. Аль-Асталь визначив взаємозв'язок між емоційним інтелектом та навичками психологічного стресу серед студентів Університету Гази. Результати показали статистично значущу кореляцію між рівнем загального емоційного інтелекту та загальною оцінкою навичок подолання стресу. Дослідження також виявило значну кореляцію між статистичними навичками боротьби зі стресом та рівнем емоційного інтелекту. Генг вказує на позитивну зв'язок між емоційним інтелектом, вдячністю та суб'єктивним благополуччям студентів. Він визначив, що сім'я є ще одним важливим фактором, який стимулює риси емоційного інтелекту серед молоді.

Вищевказана дискусія чітко вказує на прогалину в аналогічних попередніх дослідженнях і показує, що жодне з попередніх досліджень не зосереджувалося на вивченні рівня емоційного інтелекту та стратегій подолання студентів на основі змінних, включених у це дослідження.

СПОВІЛЬНЕНИЙ РОЗВИТОК ЛОБНОЇ ЧАСТКИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

*А. А. Дударенко**

Загальновідомо, що підлітковий вік можна ідентифікувати як маргінальний онтогенетичний період, що передбачає перебіг низки суттєвих морфо-фізіологічних та психічних перебудов: підлітки відрізняються як від представників молодших вікових категорій, так і від дорослих індивідів, зокрема демонструючи на поведінковому рівні схильність до імпульсивності, збудливості, деструктивних реакцій, вразливості, самолюбства, самовідданості, нігілізму та тому подібного.

* Дударенко А. А., здобувач спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Сумбурність даного життєвого етапу, як правило, пояснюється різноманітними концепціями крізь призму соціокультурного контексту, ендокринних зрушень, інтенсивних фізичних трансформацій. Незважаючи на те, що вищевказані явища здійснюють певний конативний вплив, існує думка, згідно з якою ключову роль в межах зазначеної проблеми відіграє сповільнений, як порівняти з іншими мозковими структурами, розвиток лобної частки головного мозку.

Мета даної роботи полягає у висвітленні впливу сповільненого дозрівання лобової частки головного мозку на особливості поведінки у підлітковому віці.

Лобна частка являє собою унікальну ділянку кори головного мозку, становлення якої на площині еволюції відбулося порівняно недавно, адже тільки у приматів відносно повноцінно проявляється багатогранність її сутності, а найбільш складні нейронні зв'язки в межах даної структури спостерігаються у представників людського роду. Спеціалізація лобової частки передбачає оперативне запам'ятовування, вирішення нагальних проблем (організація інформації з її подальшим стратегічним втіленням в діяльності), відтермінування задоволення, довгострокове планування, регуляцію емоцій, стримування імпульсивних тенденцій; зазначений функціональний спектр потребує значних енергетичних затрат, саме тому рівень метаболізму в лобовій корі надзвичайно високий. Слід зазначити, що дана мозкова структура бере вкрай активну участь у формуванні соціальної поведінки, саме тому спостерігається пряма пропорційність між її габаритами у представників певного виду та середньостатистичною кількістю соціальних контактів, характерних для відповідної групи організмів (Сапольски Р., 2016).

Наймолодшим з погляду еволюції елементом лобової частки вважають префронтальну кору (ПФК), яка являє собою своєрідний центральний диспетчерський пункт, пов'язаний із прийняттям рішень. Раціональний аспект людської поведінки ґрунтується на діяльності дорсолатеральної ПФК (длПФК), що забезпечує індивіда здатністю відмовитися від миттєвого задоволення на користь перспективи більшої винагороди; порушення в межах даної структури обумовлюють прояви надмірної агресії та гіперсексуальності. Прагматичність длПФК урівноважується її співпрацею з вентромедіальною ПФК

(вмПФК), що характеризується тісним взаємозв'язком з лімбічною системою та відповідає за вирішення емоційних задач; особи з дефектами вмПФК демонструють доволі незграбні реакції на площині соціальних взаємодій. Отже, діяльність лобної частки передбачає регуляцію та обмеження поведінкових імпульсів (Сапольски Р, 2016).

Варто зауважити, що становлення лобової частки на тлі індивідуального розвитку людини триває найдовше, як порівняти з іншими відділами мозку: дана структура перетворюється на повноцінний функціональний ресурс лишень в зрілому віці; оскільки дозрівання лобної частки є відносно повільним, то воно супроводжується суттєвим впливом середовища, адже чим пізніше дозріває певна ділянка мозку, тим меншою мірою в її формуванні беруть участь гени (дозрівання мозкових структур пов'язане не зі збільшенням їх розміру, а з посиленням їхньої ефективності, що відображається у кількості синапсів, ступені мієлінізації нервових волокон та рівні метаболізму в нервових клітинах).

Доцільність зазначеного явища полягає в корегуванні особливостей функціонування лобної кори конкретним життєвим досвідом, адже протягом подальших онтогенетичних етапів дана ділянка мозку слугуватиме компасом у складному просторі соціальних взаємостосунків. Незважаючи на те, що найбільш інтенсивні трансформації в межах підліткового мозку відбуваються саме в лобовій частці, її діяльність значною мірою спотворена неспроможними до чіткої субординації надлишковими синапсами та сповільнена недорозвченими мієліновими оболонками.

Результати наукових досліджень свідчать про те, що представникам підліткового віку притаманні доволі високі показники схильності до ризику та пошуку нових вражень; існує думка, згідно з якою описаний феномен можна вважати наслідком нездатності лобної частки збалансувати гіпертрофовану активність дофамінергічної системи.

На базі вентральної області покривки, розташованої поруч зі стовбуром головного мозку, функціонує дофамінергічна система, в межах якої розпочинаються два дофамінові шляхи: 1) мезолімбічний (імпульси прямують до прилеглого ядра, мигдалеподібного тіла, гіпокамп та інших елементів лімбічної системи); 2) мезокортикаль-

ний (сигнали бомбардують префронтальну кору). Прагнення до миттєвої винагороди активує дофамінові центри в лімбічній системі (мезолімбічний шлях), а відтермінування задоволення пов'язане зі збудженням дофамінових центрів в ПФК (мезокортикальний шлях). Отже, дофамін не лише обслуговує очікування винагороди, а й підживлює цілеспрямовану поведінку, необхідну для її отримання: мотивація народжується в дофамінергічних нейронах, які прямують до ПФК (Сапольски Р., 2016; Фрит К., 2012).

Деякі вчені постулюють, що представникам підліткового віку властиві специфічні особливості на площині перебігу дофамінових реакцій. Якщо якісні або кількісні властивості винагороди перевершують їхні сподівання, то спостерігається значно інтенсивніша активація дофамінергічних нейронів (мезолімбічний шлях), аніж у дітей або зрілих індивідів. Якщо ж винагорода характеризується меншими параметрами, ніж очікувалось, то вона викликає у підлітків переживання відрази (у дітей та дорослих подібний розвиток подій тільки дещо пригнічує рівень задоволення). Неспроможність лобної частки адекватно оцінити ситуацію та надмірна активність системи винагороди іноді можуть призводити до трагічних наслідків: спуск до знаменитих Каліфорнійських печер завершується стрімким обривом, на дні якого покояться прадавні скелети тих, хто наважився рушити у п'ятому підземного комплексу; усі скелети належали особам підліткового віку (Сапольски Р., 2016).

Незважаючи на існування вищеописаного явища, в багатьох випадках підлітки мають змогу поводитися цілком конструктивно; каталізатором необачних вчинків слугує оточення однолітків, що пригнічує активність ПФК і посилює імпульси в вентральній частці смугастого тіла (мезолімбічний шлях), внаслідок чого представники підліткового віку втрачають можливість раціоналізувати перебіг відповідних соціальних ситуацій і вкрай вразливо на них реагують. Підліток потребує усвідомлення приналежності до певної групи; остракізм уподібнюється в його свідомості до нічного жаху (Сапольски Р., 2016; Шостак В. И., Лытаев С. А., Березанцева М. С., 2009).

Насамкінець варто зауважити, що лобова частка підлітків потерпає не лишень від бомбардування сигналами дофамінергічних нейронів, але й перебуває під тиском лімбічної системи: переживан-

ня емпатії в підлітковому віці дещо відрізняється від переживання емпатії зрілими особами. Підліткова емпатія функціонує за принципом співпереживання; емоційний фон інших людей підлітки схильні уподібнювати до власних феноменологічних збурень, тому їм певною мірою властива зосередженість на внутрішніх процесах.

Отже, можна зробити висновок, згідно з яким середньостатистичний підліток не є спроможним керувати власною поведінкою так, як це може робити середньостатистичний дорослий індивід, оскільки сповільнене становлення лобної частки перешкоджає зазначеній структурі повноцінно врівноважувати активність лімбічної та дофамінергічної систем. Оскільки лобова частка бере значну участь в оцінці особливостей соціальних стимулів та продукуванні адекватної відповіді на них, то повільний темп її формування на площині онтогенезу являє собою доцільне з погляду еволюції явище: діяльність даної мозкової ділянки регламентується більшою мірою життєвим досвідом особистості, а не її генетичною програмою.

СЕСУАЛЬНІ ДИСГАРМОНІЇ (ДИСГАМІЇ) ПОДРУЖНІХ ПАР

І. П. Ковальчук, Я. Д. Цігельман***

До переліку головних функцій подружнього життя відноситься задоволення сексуальних потреб обох партнерів. І рівень задоволення цієї потреби безпосередньо впливає як на характер та стабільність взаємин у парі, так і на гармонізацію особистості кожного з партнерів в цілому. Нажаль, статистика свідчить про те, що багато одружених чоловіків та жінок не задоволені своїм статевим життям та мають проблеми з сексуальним здоров'ям. Дослідження фахівців,

* Ковальчук І. П., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет Імені Василя Стуса (Україна).

** Цігельман Я. Д., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет Імені Василя Стуса (Україна).

зокрема сексологів, психологів, лікарів, соціологів тощо, визначили, що велике значення у виникненні проблем відіграють сексуальні дисгармонії подружніх пар. Тому вивчення причин, проявів та наслідків дисгамій допоможе у визначенні методів психокорекції та психотерапії цього явища.

Сексуальна гармонія подружжя – це соціально-психологічна, психологічна, сексуально-поведінкова і сексуально-фізіологічна взаємна адаптація подружжя, яка характеризується таким рівнем статевого потягу і статевої активності, який відповідає статевій конституції та темпераменту чоловіка і жінки, і призводить до оптимальної сумачії еротичних відчуттів, оргазму і повного психосексуального задоволення. Згідно із словниковою дефініцією, сексуальна дисгармонія подружжя – це порушення узгодженості інтимних взаємин між сексуальними партнерами, що проявляється в зниженні потреби у статевих стосунках, послабленні статевого потягу до свого партнера, зниженні сексуальних можливостей при статевих зносинах (зменшення сили ерекції або її відсутність у чоловіка, зменшення або відсутність статевого потягу у жінки, зниження інтенсивності оргазму або повна його відсутність у партнерів тощо).

У своїх роботах, лікар-сексопатолог Казимир Імелінський, означив, що сексуальна дисгармонія – це комплекс наслідків у вигляді різних сексуальних порушень, що виникають в результаті помилок в підборі партнера.

Аналіз причин виникнення дисгамій дав змогу виокремити такі групи факторів:

1. Фізіологічні: розбіжність біоритмів (один з подружжя може бути «жайворонком», а інший – «совою»); тривалість статевого акту (занадто швидкий або навпаки занадто довгий); несумісність темпераментів у подружжя; сексуально-фізіологічна невідповідність (різниця розмірів статевих органів).
2. Психологічні: порушення в уявленнях про реалізацію та відчуття статевого акту; відсутність взаємної згоди в питаннях спільного життя; відмінності сприйняття сексуального життя і сімейних відносин; розчарування в партнері, що тягне за собою образи, докори, сварки; емоційна незрілість одного або обох членів подружжя (внутрішня нестабільність, не-

-
- вміння відкрито висловлювати почуття, нездатність до діалогу тощо); статеві стосунки на стороні.
3. Поведінкові: незнання техніки статевої близькості; недостатня увага до індивідуальних фізіологічних особливостей партнера; неповна відвертість в обговоренні особистих вподобання партнерів; одноманітність статевого життя; пасивна поведінка жінки чи чоловіка під час статевого акту; недотримання правил особистої гігієни; зловживання алкогольними напоями та/або наркотичними препаратами.
 4. Сексуальні дисфункції: у жінок: неможливість отримати оргазм, фригідність, вагінізм і т. д.; у чоловіків: передчасне або утруднене сім'явиверження, еректильна дисфункція, імпотенція тощо.

Існують різні підходи щодо визначення форм дисгамій. Але, на сьогоднішній день, в літературі немає систематизованої загальноприйнятої класифікації дисгармоній подружніх пар. Проаналізувавши ці підходи, ми виокремили такі основні види:

1. Психологічні дисгармонії подружжя.
2. Фізіологічні дисгармонії подружжя.
3. Технічні(поведінкові) дисгармонії подружжя.
4. Дезінформаційно-оціночний варіант сексуальної дисгармонії.
5. Сексуальна дисгармонія як наслідок статевої дисфункції.

Часто дисгамія є наслідком психологічних розбіжностей між партнерами, хоча подружжя вважають, що головна проблема – сексуальна дисгармонія. До розвитку психологічних сексуальних дисгармоній призводять невідповідність індивідуально-психологічних особливостей членів подружжя, їх емоційна незрілість, часті конфлікти, розчарування у партнері та наростання негативних емоцій до нього і т. д. Часто в основі даного типу дисгармонії може лежати невідповідність між уявленнями партнерів про ідеальний шлюб і тим, як будується їхнє реальне сімейне життя. Розбіжність між ідеалізованими фантазіями і життєвими реаліями призводить до виникнення психологічного дискомфорту і породжує сумніви в правильності вибору партнера.

Фізіологічні дисгармонії пов'язані з недооціненням конституційних відмінностей між партнерами. Вони проявляються у роз-

біжностями і навіть конфліктах, що пов'язані з проявами статевого темпераменту. Наприклад, з приводу частоти статевих зносин або тривалості статевих актів. В такій ситуації у більш активного партнера може виникнути загальне напруження і дискомфорт у зв'язку з необхідністю придушувати статевий потяг. Як наслідок сексуальна незадоволеність нерідко трансформується в наростаючі агресивні почуття по відношенню до сексуального партнера.

Сексуальні дисгармонії, пов'язані з невідповідністю розмірів статевих органів партнерів трапляється вкрай рідко. Найчастіше скарги жінки на занадто великі розміри статевого члена партнера, обумовлені відсутністю у неї достатнього збудження до початку коїтусу. Справжня невідповідність статевих органів найчастіше спостерігається при патологічних станах піхви.

Поведінкові (технічні) дисгармонії пов'язані з відсутністю оптимальних для пари форм статевого спілкування, які давали б можливість отримати обом партнерам задоволення від сексуальних контактів. Статева поведінка при цьому виді дисгармонії не виправдовує взаємних очікувань партнерів. Часто такі дисгармонії зустрічаються на початку статевого життя пари, коли відбувається взаємна притирка. Від технічних дисгамій частіше страждають жінки, в силу численних нюансів розташування, реактивності, чутливості і послідовності включення ерогенних зон, які складають індивідуальний код (стереотип) сексуального збудження. Неврахування цих особливостей може загальмувати розвиток сексуального збудження та призводити до виникнення дискомфортних відчуттів під час коїтусу.

Дезінформаційно-оціночний варіант сексуальної дисгармонії пов'язаний із відсутністю у членів подружжя достатніх знань і правильних уявлень про фізіологічну варіативність, норму і патологію сексуальної функції. Часто це відбувається при недостатній підготовці молодого подружжя до сімейного життя та/або відсутності у них сексуального досвіду, що призводить до неправильної інтерпретації подружжям своїх сексуальних проявів. Причиною індукування даного виду дисгармонії можуть бути твердження і поради від оточуючих осіб і неперевіраних джерел, що сприяють формуванню неправильних психологічних установок і оціночних тенденцій у недостатньо досвідчених осіб. В окремих випадках це може призво-

дити до проєкції на себе надуманих недоліків і пред'явленні до себе неадекватних вимог. Дисгамія спричиняє ослаблення і навіть втрату психосексуальної задоволеності і як наслідок може розвиватися псевдоімпотенція і псевдофригідність.

Дезінформаційно-оціночний варіант сексуальної дисгармонії найчастіше спостерігається у людей з ознаками психічного інфантилізму і патологічної замкнутості.

Порушення нормального функціонування репродуктивної системи одного з членів подружжя часто призводять до розвитку сексуальної дисгармонії в парі. Найчастіше при порушеннях потенції у чоловіка, в парі виникає дисгамія, яка призводить до аноргазмії і поступового зниження лібідо у дружини. Сексуальні дисфункції у жінок, перешкоджаючи досягненню статевого задоволення, часто формують у них негативне ставлення до сексу, а іноді і до свого партнера, що негативним чином позначається на інтимному житті в шлюбі. Оскільки цей варіант порушення гармонії інтимних відносин тісно пов'язаний з патологією – його часто відносять до проявів сексуальної дезадаптації подружньої пари.

Діагностику сексуальних дисгармоній необхідно проводити разом з лікарями, для виключення соматичних патологій. Психодіагностика подружніх пар відбувається комплексно, і включає в себе дослідження індивідуально-психологічних особливостей кожного з партнерів, їх уявлень про сімейне та сексуальне життя, а також ретельний аналіз взаємовідносин подружжя в динаміці.

Психотерапію подружньої дисгармонії рекомендують проводити в декілька етапів:

I. Інформування і роз'яснення з метою підвищення рівня культури відносин подружньої пари.

II. Активна взаємодія з парою із застосуванням різних видів психотерапії з метою зміни установок партнерів.

III. Оптимізація відносин подружжя відповідно до їх уявлень, що змінилися. При цьому може застосовуватися поведінкова психотерапія і сексуальний тренінг.

IV. Підтримуюча психотерапія.

Отже, **сексуальна дисгармонія подружжя** – це порушення узгодженості інтимних відносин між сексуальними партнерами, що може набу-

вати психологічних, фізіологічних, технічних та дезінформаційно-оціночної форм проявів. Дисгамії можуть набувати вторинного характеру як наслідок сексуальної дисфункції. Комплексний підхід діагностики пари з сексуальною дисгармонією допомагає детально вивчити етіологію проблеми, а також визначити найоптимальніший вид психотерапії.

АРТ-ТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДЕСТРУКТИВНИМИ СТАНАМИ ЛЮДИНИ

*І. В. Красильникова**

Людина завжди прагне до спокою та задоволенню. Проте сучасний ритм життя зумовлюється стресовими ситуаціями, переживаннями, що приводить до депресій. Негативні психологічні стани людини характеризуються своїми деструктивними наслідками у всіх сферах психіки та безпосередньо відображаються на поведінці, діяльності, спілкуванні з іншими. Проявами деструктивних станів є конфліктність, протистояння у стосунках, агресія. Це призводить до порушення процесів емоційної саморегуляції, підвищує рівень емоційної збудливості, афективності, невірноваженості, прояву почуттів байдужості та втоми і т.п.

Арт-терапія – екологічний та ефективний метод, який можливо використовувати в роботі з психоемоційними розладами, проявами деструктивних емоційних станів.

Арт-терапія не має протипоказань і характеризується такими ознаками:

- сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви, естетичному досвіду;
- знімає втому, зменшує негативні емоційні стани й прояви;
- створює позитивний емоційний настрій;
- дає змогу опрацювати думки й емоції, які людина звикла пригнічувати, надає можливість трансформувати їх у позитивні;

* Красильникова І. В., практичний психолог, м. Маріуполь, Україна.

-
- полегшує процес комунікації з іншими людьми;
 - сприяє створенню відносин взаємного прийняття та емпатії;
 - дає змогу звернутися до тих реальних проблем, які складно обговорювати;
 - розвиває відчуття внутрішнього контролю;
 - підвищує адаптаційні можливості людини до повсякденного життя;
 - ефективна при корекції різних відхилень і розладів особистості;
 - спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції і зцілення;
 - дає змогу вибудовувати взаємини на основі любові й прихильності, і тим самим, компенсувати їх можливу відсутність у сім'ї (Лебедева Л. Д., 2003).

Арт-терапія м'яко та лагідно і в той же час глибоко виконує особистісне зцілення людини. Колір, форма та інші продукти творчості (малюнки, вироби з пластиліну, піску, тканини, фото тощо) здатні розкрити істинні бажання, її страхи, ставлення людини та світу. Працюючи над техніками арт-терапії людина може дізнатися багато нового про самого себе, свої почуття, внутрішні конфлікти та глибинні бажання. Аналіз отриманого творіння (малюнок, казка, ліплення і т. п.) дає вихід внутрішнім конфліктам, сильним емоціям, внутрішнім почуттям, усуває страх, сприяє зняттю тривоги.

Метою статті є розкриття теоретичних підходів до визначення арт-терапії, аналіз форм проведення арт-терапевтичних занять, обґрунтування можливостей арт-терапевтичної роботи.

Арт-терапія – це терапія засобами мистецтва, яка використовується при психокорекції, як метод чи комплекс методик. Засновником цього напрямку є Адріан Хілл, британський художник, який жив у двадцятому столітті. В кінці тридцятих років в процесі лікування туберкульозу він виявив, що малювання дозволяє йому відчувати себе краще. У 1938 році Адріан почав навчати малювання пацієнтів (переважно поранених військових) і помітив, що творчість дозволяє не тільки відсторонитися від відчуттів, пов'язаних із захворюваннями, але і значно покращує загальне психічне самопочуття.

Сутність арт-терапії подається в терапевтичному та корекційному впливі мистецтва на людину і проявляється у реконструюванні

психотравмуючої ситуації за допомогою художньо-творчої діяльності, виведенні переживань, пов'язаних з нею, у зовнішню форму через продукт художньої діяльності, а також у створенні нових позитивних переживань, народженні креативних потреб та способів їх задоволення.

Основні напрямки та прийоми:

- бібліотерапія – лікувальна дія читанням (В. М. Бехтерев, А. М. Міллер, В. В. Мурашевський, Ю. Б. Некрасова, Є. А. Рау);
- вокалотерапія та музикотерапія – лікування співом та музикою (В. Шашарджан);
- драмотерапія, де як лікувальний фактор використовуються засоби театрального мистецтва та рольової гри (Є. Беякова, А. В. Гнездилов, Я. Морено та ін);
- ізотерапія – малюнок терапія (Г. В. Бурковський, М. Є. Бурно, А. І. Захаров та ін);
- імаготерапія – лікувальна дія через образ, театролізацію (Н. С. Говоров);
- мандалотерапія – лікування малюванням у колі (К. Юнг, Джоан Келлог);
- фототерапія – лікувальна дія завдяки використанню фотографій (Джуди Вайзер, Девід Краусс, А. Копіпін);
- пісочна терапія – лікування роботою з піском та природними матеріалами (К. Г. Юнг, Ш. Бюлер, Д. М. Калф, Т. Д. Зінкевич – Євстегнеєва);
- тілесна та танцювальна терапія, де як лікувальний фактор використовуються ритм, музика, танець (В. В. Козлов, А. Е. Гіршон, Н. І. Веремеєнко);
- лялькотерапія – корекція стану за допомогою ляльок (Л. Войцехович, Л. Гребенщикава, Е. Ермакова)
- глинотерапія та тестотерапія – лікувальна дія завдяки використанню глини, теста (М. В. Кудейко, І. Хананова)
- казкотерапія – лікування казкою (Е. Фромм, Н. Пезешкіан, Е. Берн);
- метафоричні асоціативні зображення – лікування метафоричними асоціативними зображеннями (Мориц Єгетмейер, Офра Аялон, Е. Тарарина, Е. Мілютина, К. Довлатов).

Також арт-терапія ділиться на:

- **Пасивну.** Включає вивчення вже готових творів мистецтва – прослуховування музики, розгляд картин, скульптур – і подальше обговорення.
- **Активну.** Включає безпосередньо створення творів мистецтва: малюнків, виробів, віршів, прози і так далі.

Функції арт-терапії:

- **Катарсична** – що звільняє від негативних станів, що очищає.
- **Регулятивна** – зняття напруги, регуляція психосоматичних процесів, моделювання позитивного психоемоційного стану.
- **Комунікативно-рефлексивна** – що забезпечує корекцію порушень спілкування, формування адекватної міжособистісної поведінки та самооцінки.

Існують різні форми арт-терапії, проте найбільш розповсюдженими є індивідуальна й групова. Важливим в арт-терапії є встановлення психотерапевтичного контакту, який відбувається на перших зустрічах. При цьому як у арт-терапевта, так і в учасника виникають реакції один на одного (не завжди позитивні), що впливатиме на атмосферу арт-терапевтичного процесу. Арт-терапевт детально пояснює мету, особливості, характер і умови арт-терапевтичної роботи. В разі погодження учасником правил арт-терапевтичної роботи складається контракт, що «захищає» і клієнта, і арт-терапевта, формуючи відповідальність обох сторін за прийняті зобов'язання. Арт-терапевт забезпечує належні умови для проведення індивідуальних арт-терапевтичних занять (засоби, оснащення, регулярність проведення сесій). Учасник зобов'язується відвідувати арт-терапевтичні заняття й оплачувати послуги арт-терапевта. Поступово, з кожним заняттям між арт-терапевтом і учасником формуються психотерапевтичні відносини, що відрізняються захищеністю, комфортом, переживанням позитивних емоцій.

Учасник пересувається від дослідження своїх внутрішніх переживань та відчуттів до розгляду себе у просторі, у часі та у відносинах з іншими.

Умови терапевтичного процесу: (по вертикалі від сесії до сесії, по горизонталі – на кожній сесії):

- довіра (відкритість, знайомство, інтерес)
- концентрація (привернення уваги, почуття, емоції);
- співпраця (відкритість взаємодії, обмін досвідом);
- креативність;
- процес спонтанної творчості.

Стадії терапевтичного процесу: відтворення (*згадування подій*), пригадування (*знаю, що...*), реконструкція (емоційна включеність до творчого процесу), повторне переживання (*емоційне вираження минулих подій*), дозвіл (*сила, довіра, подолання*).

У процесі арт-терапії людина спочатку перебуває в ролі художника, потім стає спостерігачем і згодом ініціює відчуття цілісності та гармонійності свого образу «Я» (Пурнис Н., 2008).

Структура заняття. Основні процедури.

1. Налаштування («розігрів»).
2. Актуалізація візуальних, аудіальних, кінестетичних відчуттів.
3. Індивідуальна образотворча робота (розробка теми).
4. Етап вербалізації (активізація вербальної та невербальної комунікації).
5. Колективна робота (театралізація) або робота в парах.
6. Заключний етап. Рефлексивний аналіз.

У арт-терапевтичному процесі неприйнятні команди, вказівки, вимоги, примусу. Учасник арт-терапевтичного заняття може вибирати відповідні для нього види та зміст творчої діяльності, образотворчі матеріали, а також працювати у власному темпі, вправі відмовитися від виконання деяких завдань. Приймаються і заслуговують на схвалення всі продукти творчої образотворчої діяльності незалежно від їх змісту, форми, естетичного вигляду. Прийнято заборону на порівняльні судження, оцінки, критику, покарання. Враховуючи вищевикладене, можна стверджувати, що підхід до арт-терапії спирається на такі положення:

1. Арт-терапія більше спрямована на побудови рішень, ніж на повернення до проблеми.
2. Здебільшого спрямовує людину на «починання», ніж на «завершення».

-
3. У процесі арт-терапевтичної діяльності людина формує орієнтацію на творення, уникаючи позицій «самокопання», і «самообвинувачення».
 4. Арт-терапія здатна запустити в людині процеси самопошуку, самозцілення, саморозвитку.

У роботі з клієнтами я здебільшого спираюся на такі ключові питання:

- Що Ви створили?
- Які почуття наповнювали Вас у процесі створення роботи?
- Чи вдалося Вам отримати від роботи задоволення?
- Які почуття викликає у Вас вона зараз?
- Де ці почуття відгукуються у тілі, на що це схоже?
- Про яку ситуацію у Вашому житті ця робота? Як вона відображає Вашу позицію у цій ситуації?
- Як почувуються різні елементи роботи щодо один одного (за умови, що робота складається з кількох частин)?
- Які частини роботи викликають у вас особливу радість, вам дуже приємно на них дивитися?
- Чи є у Вашій роботі частини (місця), які Вам хотілося б переробити, удосконалити?
- Що ще важливого Ви хотіли б сказати про Ваше творіння?
- Якби ваша робота несла вам якесь послання і могла б звернутися до вас, то що б вона вам сказала?
- Якби Ви могли щось сказати своєму творінню, підтримати його, що б Ви сказали йому?
- Який досвід Ви отримали для себе після створення образу та взаємодії з ним?
- Як цей досвід може бути використаний Вами у житті? Який план?
- Що ви можете зробити вже сьогодні, щоб перейти до реалізації намічених цілей?

Практично будь-яка людина незалежно від віку, культурного досвіду та соціального стану може брати участь у арт-терапевтичному процесі, адже вона не вимагає від неї великих здібностей до образотворчої діяльності чи художніх навичок. Творчість є потужним засобом зближен-

ня людей, своєрідним мостом між психологом та клієнтом. Цей напрямок є засобом вільного самовираження та самопізнання. Вона має «інсайт-орієнтований» характер, передбачає атмосферу довіри, високої терпимості та уваги до внутрішнього світу людини. Найчастіше робота викликає в людей позитивні емоції, допомагає подолати апатію і безініціативність, сформувати активну життєву позицію. Засновано напрямок на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення. Вона відповідає фундаментальним потребам у самоактуалізації: розкритті широкого спектра можливостей людини та утвердженні ним свого індивідуального та неповторного стану у світі.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ

Ю. В. Кушнір, Wojciech Duczmal***

Проблема вивчення психологічного благополуччя особистості є однією з актуальних у філософії, культурології, соціології, економіці, психології та медицині. Поняття «благополуччя» тісно пов'язане з такими категоріями як психічне та психологічне здоров'я, щастя, успішність, рівень та якість життя, добробут, задоволеність життям. Поняття благополуччя включає різні види: соціальне, економічне, психологічне, екзистенційне, духовне. Психологічне благополуччя як предмет психологічного дослідження розглядається в роботах сучасних науковців через якість життя, психічне здоров'я, в контексті системи відносин (С. Білозерська, Ю. Бохонкова, І. Горбаль, В. Гришко, Н. Каргіна, Ю. Кашлюк, О. Коваленко, Л. Сердюк, Л. Яворовська, М. Ящук та ін.)

* Кушнір Ю. В., канд. пед. наук, доцент, Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

** Duczmal Wojciech, PhD., Vice-Rector, Academy of Management and Administration in Opole, Republic of Poland.

Дослідженню психологічного благополуччя присвятив свої наукові роботи Н. Бредберн, який розглядав психологічне благополуччя як різницю між позитивними та негативними емоціями та визначав щастя як баланс між ними (*Bradburn N., 1969*). Важливим, на думку автора, у розумінні сутності поняття «психологічне благополуччя» є суб'єктивне відчуття щастя та задоволеність життям. Психологи Е. Дінер та К. Рифф вважали, що психологічне благополуччя цілком суб'єктивне переживання, яке пов'язано з високим рівнем задоволеністю життям та характерно для людей, які демонструють низький рівень депресивних станів.

На сьогодні теоретично обґрунтовані різні підходи щодо розуміння поняття та структури психологічного благополуччя як явища. Так, з точки зору гедоністичного підходу (Н. Бредберн, Е. Дінер), психологічне благополуччя розглядається як задоволеність або незадоволеність життям. Модель психологічного благополуччя представлена як баланс позитивного та негативного емоційного реагування на події життя (*Васьківська С. В., 2011*).

Представники евдемоністичного підходу (А. Вотерман, А. Кро-нік) впевнені, що психологічне благополуччя та його складові виявляються у формуванні певних особистісних настанов завдяки чому особистість досягає емоційного комфорту та відчуває щастя.

Психофізіологічний підхід розглядає благополуччя через зв'язок з фізичними можливостями людини. Представники гуманістичної психології акцентують увагу на позитивному психологічному функціонуванні особистості. Залежно від того, який підхід береться за основу, дослідники визначають різні компоненти, які складають основу психологічного благополуччя. У зарубіжних джерелах психологічне благополуччя розглядають як динамічну властивість особистості, яка включає суб'єктивні психологічні складові, а також пов'язана з адаптивною (здоровою) поведінкою.

Наприклад, на думку К. Ріфф психологічне благополуччя включає наступні компоненти: самоприйняття, позитивні стосунки з іншими людьми, особистісне зростання, автономність, цілі в житті, управління оточуючим середовищем (*Ryff C., Singer B., 2008*). Відповідно до зазначеної моделі була розроблена методика, яка дозволяє визначити саме ці структурні елементи.

Вчений Е. Дінер вважав, що благополуччя має в своїй структурі три складових: задоволеність життям, позитивний та негативний афект. В подальших дослідженнях було доповнено ще одним структурним компонентом - задоволення в конкретних сферах життєдіяльності, наприклад задоволення здоров'ям.

Крім того, дослідники зазначають когнітивні та афективні компоненти, задоволеність життям приймають за когнітивний компонент, тому, що основою є оціночні судження. Позитивний та негативний афект конкретизують через афективний компонент, який відображає кількість приємних та неприємних відчуттів, які особистість відчуває в житті.

В роботах зарубіжних дослідників зустрічаються висновки щодо суб'єктивного благополуччя, яке пов'язують з рисами характеру: нейротизм, екстраверсія, свідомість. На сьогодні залишається відкритим питання зв'язку суб'єктивного благополуччя та генетичною структурою особистості (*Bradburn N., 1969*).

Серед ідей, які вивчаються психологами зазначена екзистенційна складова, яка є досить важливим суб'єктивним особистісним чинником психологічного благополуччя. У рамках екзистенціального підходу категорія сенсу, вибору, спрямованості міститься потенціал для розуміння того, що становить та власного благополуччя для конкретної особистості (*Мэй Р., 2001*).

Щодо розгляду чинників психологічного благополуччя особистості: емоційного, поведінкового, когнітивного та вольового, варто визначити сфери, на які має бути спрямований розвиваючий вплив (*Каргіна Н. В., 2018*). Серед таких сфер зазначено: когнітивно-поведінкова, емоційно-вольова та особистісно-сміслова сфери.

У когнітивно-поведінковій сфері особистості важливим є пізнання себе, усвідомлення установок, неадекватних по відношенню до власного психологічного благополуччя; зміні поведінкових стереотипів з менш адаптивних на більш ефективні, які можуть підвищити задоволеність актуальним станом в даний момент життя.

В емоційно-вольовій сфері особистості потрібно звернути увагу на усвідомлення негативних емоцій, які пов'язані з справжніми, так і минулими подіями в житті, зниження чутливості та підвищення сензитивності до приємних переживань та відчуттів.

Особистісно-смилова сфера особистості, в рамках розуміння психологічного благополуччя, спрямована на усвідомлення цілей життя, прийняття на себе відповідальності за події, на прийняття себе та інших.

Таким чином, у структурі психологічного благополуччя можна виокремити когнітивний, емоційний, поведінковий компоненти. На думку більшості вчених, саме емоційний компонент є найбільш важливим індикатором психологічного благополуччя. Інтеграція успішності життя та діяльності людини у різних сферах веде до необхідності адаптивної поведінки, що позначається на психологічному благополуччі загалом.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ВНАСЛІДОК ЗМІНИ СОЦІАЛЬНОГО СТАТУСУ ОСОБИСТОСТІ

*Н. С. Лапшова**

Зміна соціального статусу є однією зі значимих цілей для особистості і часто символізує життєвий успіх, є ознакою адекватності докладених зусиль та визнання з боку суспільства. Однак процес зміни соціального статусу супроводжується стресами та видозмінами в поведінці як самої особистості, так і оточуючих, у зміні структури соціальних відносин особистості та зміною її габітусу (Бурдье П., 2002).

Завдання дослідження полягає у виявленні найбільш загальних психологічних чинників, що можуть виступати предикторами зміни соціального статусу та відбиватися на процесі адаптації.

Зміна соціального статусу може бути як висхідною так і низхідною. Втрата соціального статусу практично завжди являє собою дистрес з негативними наслідками, які можуть залежати від структури особистості та наявних психологічних особливостей (Агабабян С. Р., 2002).

* Лапшова Н. С., ст. викладач кафедри психології, Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Можлива та може бути досить легко передбачена низка ситуацій високої соціальної динаміки у групі, до якої входить особистість, за якої зміна соціального статусу та переадаптація відбувається аж надто часто порівняно з попереднім досвідом особистості (*Cheng T. J., Tracy J. L., 2020*). Таку ситуацію можна назвати високою волатильністю соціального статусу і вона пов'язана зі значимими соціальними, політичними та економічними змінами в суспільстві в цілому, або в межах меншої соціальної групи (Десев Любен, 1979). В межах суспільства це ситуації революції, крупних економічних криз, значних та швидких технологічних змін, що ведуть до перерозподілу ринку праці та зникнення професій тощо (*Левін О. Л., 2019*). В межах малої групи, що може виступати об'єктом соціометричного аналізу (соціометричної групи) висока волатильність виникає в численних ситуаціях: зміни керівництва підприємства або компанії, вплив зовнішніх факторів (конфлікт з іншою, більш впливовою мікрогрупою), суттєві зміни в обставинах, що є значимими для інтересів членів мікрогрупи (наприклад, поділ спадщини в сім'ї, звуження ринку продукції малого підприємства, що вимагає реструктуризації колективу тощо) (*Von Rueden C., 2014*).

За умов високої волатильності соціального статусу висхідна зміна соціального статусу може виступати таким же стресогенним фактором, як і нисхідна (*Rubineau B., Lim Y., Neblo M., 2019*). Причиною можуть стати отримання нових рівнів відповідальності, скорочення та розрив узвичаєних соціальних контактів, потреба в швидкому налагодженні нового типу соціометричних відносин всередині вже існуючої групи, до якої входить особистість тощо.

В результаті зміни соціального статусу адаптація може відбуватися одночасно за кількома напрямками. В першу чергу, це адаптація до нового образу власного «я», нових компетенцій та нових очікуваних форм зв'язку з іншими учасниками соціальної групи. Також адаптація відбувається шляхом створення нових типів зв'язків та розриву або корегування устояних зв'язків (*Бондаренко В. А., 2002*).

Адаптація до новонабутого соціального статусу відбувається, перш за все, в межах малої групи та референтної групи особистості (*Mahadevan N., Gregg A. P., Sedikides C., 2021*). Це пов'язано з тим, що підтвердження та закріплення нових форм поведінки, що вимагаються новим статусом, проходить саме в межах спілкування в малих

групах, і мала група підтверджує новий статус особистості для більш широкого суспільного кола, частиною якого є ця мала група. З іншого боку, мала група підтверджує чи не підтверджує досягнення нового статусу і закріплення в ньому для самої особистості, що дозволяє їй впевнено демонструвати новий статус в ширшому колі суспільних взаємин (Морено Я. Л., 2001).

Дослідження проводилося на вибірці з 324 осіб студентів та випускників Вінницького державного педагогічного університету ім. Михайла Коцюбинського (ВДПУ) та Донецького державного університету ім. Василя Стуса (ДонНУ) низки гуманітарних та технічних спеціальностей. За допомогою соціометрії та аутосоціометрії були отримані соціометричні статуси учасників досліджуваних груп в обставинах робочого та дозвільного середовища. Характерні для особистості набори чинників, що визначають набуття соціального статусу визначались для прийнятих в літературі соціометричних типів: знехтуваних, неприйнятих, прийнятих та зірок (Cillessen A. H. N., 2019).

За допомогою визначення корелятивних співвідношень ці соціометричні статуси були співвіднесені з результатами низки психометричних методик визначення психологічного клімату, групової згуртованості, рівня розвитку малої групи, рівня групової мотивації, самооцінки, інтернальності/екстернальності (локусу рольового конфлікту в групі), суб'єктивного соціального благополуччя, результатами діагностики соціально-психологічної активності (Д. Макленда), емоційного інтелекту. На основі отриманих кореляцій були визначені психологічні кореляти соціометричних статусів, характерних для малих груп та проаналізована динаміка їх змін при зміні соціального статусу в малій групі у відповідності з соціально-демографічними та соціометричними характеристиками особистості.

Соціометричний статус особистості в малій групі, що безпосередньо відображується на подальшому визнанні соціального статусу особистості в ширшому суспільному колі визначається трьома основними напрямками: особистісними характеристиками (на 85 відсотків), груповими процесами (на 10 відсотків) та соціальними умовами (на 5 відсотків). Контекст діяльності визначає релевантність психологічних напрямів. Відповідно, адаптація особистості до зміни соціального статусу визначається, перш за все, динамікою особистіс-

них характеристик, що стали причиною зміни соціального статусу, і значно меншою мірою – груповими процесами. Вони відображаються в соціально-демографічних характеристиках особистості в контексті групи. Визначальні чинники адаптації можуть суттєво відрізнятись для представників гуманітарних та технічних напрямків освіти.

Адаптація внаслідок зміни соціального статусу значною мірою залежить від типології особистості відносно процесу набуття соціометричного статусу у малій групі. Така типологія пов'язана з визначеними шляхом експерименту характерними для особистості наборами чинників набуття соціального статусу для окремих соціометричних типів: знехтуваних, неприйнятих, прийнятих та зірок.

ДО ПИТАННЯ ПРО НАСЛІДКИ ВИНЕСЕННЯ КОНФЛІКТНИХ СТОСУНКІВ МІЖ БАТЬКАМИ У СФЕРУ ВИХОВАННЯ ДИТИНИ

*А. П. Мороз**

Одним із найбільш часто призначуваних предметних видів психологічних експертиз є дослідження сприйняття дитиною сімейної ситуації. Експертна практика сьогодення в галузі подібних психологічних досліджень вимагає не лише досконалого знання вікової психології, психодіагностики та нормативних показників розвитку психічних процесів у дитини, але й передбачає розуміння особливостей утворення і функціонування сучасних сімей.

Виконання експертизи такого типу достатньо важкий та часозатратний процес. Це визначається тим, що для відповіді на поставлені перед експертом запитання потрібно провести безпосереднє психологічне обстеження, як мінімум, двох осіб (дитини та когось із батьків). Проте, залежно від обсягу поставлених питань це коло може розширюватися до трьох (дитина, батько та мати, що зустрічається

* Мороз А. П., судовий експерт, Вінницьке відділення Київського НДІ судових експертиз Міністерства юстиції України.

найчастіше), або ж включати прабадьків та інших родичів. Крім того, для розуміння виховної позиції кожного з дорослих, причин та умов її формування, необхідно збирати й аналізувати анамнез розвитку кожної особи в її батьківській сім'ї, а також особливості розвитку та функціонування її власно створеної сім'ї.

Для повноцінної та об'єктивної оцінки виховної позиції батьків *та/або* інших осіб, які беруть участь у вихованні дитини, а також формулювання прогнозу стосовно її впливу на подальше формування особистості дитини, необхідно знати стилі сімейного виховання та психологічні причини відхилення виховної позиції від норми.

Так, під стилем сімейного виховання необхідно розглядати характерне ставлення батьків до дитини, які застосовують певні методи і засоби педагогічного впливу на дитину, що полягають у своєрідній манері словесного вираження та взаємодії загалом. Стиль сімейного виховання визначається типом батьківського ставлення – особливостями сприйняття дитини, її оцінки (*Федоришин Г. М., 2013*). А. Е. Личко та Е. Г. Ейдемілер виділяють наступні стилі сімейного виховання:

- авторитарний, в основі якого лежить тактика диктату;
- демократичний, що полягає у співпраці батьків з дитиною;
- ліберальний, що вирізняється незалежним існуванням дітей і батьків;
- потуральний, коли має місце опіка і безоглядна любов;
- нестійкий, за якого відбуваються непрогнозовані «стрибки» між різними стилями виховання;
- змагальний, при якому батьки порівнюють дитину з іншими і надзвичайно засмучуються, якщо порівняння не на їхню користь;
- розважливий, коли дитині надається можливість набуття досвіду методом особистих проб і помилок;
- запобігливий, за якого батьки ні на хвилину не залишають дитину та приймають усі рішення за неї;
- контролюючий, в основі якого суворий контроль і регламентація волі дитини;
- співчутливий, що виникає, коли у сім'ї недостатні матеріальні блага, відсутність спорідненості між членами родини або відсутність одного із батьків;

- гармонійний, за якого дитина росте в теплій і дружній атмосфері з дотриманням сімейних звичаїв і традицій та відчуває власну значущість.

Разом із тим, не всі стилі виховання позитивно впливають на особистісний розвиток дитини. Причини відхилення у нормальних стилях виховання вельми різні. Однією із них виступає винесення конфлікту між батьками у сферу виховання дитини. Як відомо, конфлікт – це такий тип взаємодії, за якого має місце зіткнення протилежних інтересів, цілей, типів поведінки між людьми; відсутність узгодженості. Конфлікти, як такі, – явище досить поширене навіть у стабільних гармонійних сім'ях. Проте, у випадках, коли конфронтація набуває деструктивного та / або пролонгованого характеру, дитина може ставати своєрідною «жертвою». Це визначається тим, що кожен із подружжя (у тому числі, колишнього) намагається продемонструвати свою перевагу, довести правоту, нерідко використовуючи маніпуляції дитиною (Фурманов І. А., 1998). У даному випадку найбільш поширеним явищем є поєднання домінуючої гіперпротекції (гіперопіки) одного із батьків та потураючої гіперпротекції іншого. Таким чином, кожен із батьків демонстративно, не приховуючи від дитини, висловлює незадоволення іншою стороною, мотивуючи свою позицію ніби-то турботою про дитину. Різниця у поглядах батьків виникає на будь-якому підґрунті та найчастіше виявляється у незадоволенні виховними методами іншої сторони. При цьому, сама виховна позиція кожного з них відходить на другий план, а найбільш важливим виявляється довести власну правоту та вказати опоненту на його помилки і неприйнятні дії (Макушина О. П., Тенькова В. А., 2008).

Враховуючи особливості відкритої конфронтації між батьками, свідком або ж побічним учасником якої стає і дитина, у неї може сформуватися сприйняття себе, як причини виникнення неприязних стосунків між батьками. У такому випадку мають місце самозвинувачення, які через деякий час можуть знайти відображення у самопокараннях, а саме – такий формі девіантної поведінки, як аутоагресивна. Нанесення дитиною собі фізичної шкоди буде розглядатися як своєрідна «розплата» за негатив, який відчувають і висловлюють найбільш важливі для неї люди. У випадку тривалого перебігу та посилення конфронтації між батьками, крайнім проявом такої поведінки у дитини може стати суїцидальна.

Іншим варіантом у процесі розвитку дитини виступає заборона собі проявляти почуття любові до батька, коли вона знаходиться з мамою, і навпаки. Дана реакція на винесення конфлікту у сферу виховання найчастіше має місце за умови розлучення та окремого проживання подружжя. Так, розуміючи конфліктний характер стосунків між батьками, усвідомлюючи їх неприязнь один до одної, дитина, перебуваючи з одним із батьків, намагається своїми діями та словами не викликати негативних реакцій у іншого. Наприклад, коли дитина знаходиться з мамою, вона не дозволяє собі розповідати про те, як напередодні проводила час з батьком, тим більше висловлювати приязнь і теплі почуття до нього, оскільки, у розумінні дитини, це може призвести до засмучення, незадоволення або й відкритої агресії у мами. Відповідно, поступово між дитиною і батьками формується емоційна дистанція.

Таким чином, винесення конфлікту між батьками у сферу виховання дитини виступає не лише підґрунтям для утворення і підтримання негармонійних стилів виховання, але й причиною появи девіантної поведінки у дитини, утворення емоційної дистанції між нею та батьками, а також заборони дитиною собі проявляти любов до батьків. Разом із тим, існує велика імовірність того, що у дитини в майбутньому може неправильно сформуватися модель гармонійних сімейних стосунків за відсутності належного прикладу взаємовідносин між чоловіком і дружиною.

ВИДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА: АБ'ЮЗИНГ ТА ГАЗЛАЙТИНГ

*І. С. Полюга**

Ситуація домашнього насильства це систематично повторювані акти фізичного, економічного, психологічного, сексуального впливу людини на близьких людей, які вчиняються проти їх волі з метою отримання влади і контролю над ними. Слід зазначити, що ситуація

* Полюга І. С., здобувач спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

пережитого сімейного насильства розглядається як травматичний досвід, наслідки якого зачіпають світовідчуття жертви, її мотиваційну, емоційну, когнітивну і поведінкову сфери.

Психологічне, воно ж емоційне, насильство - це форма впливу на емоції чи психіку партнера шляхом залякування, загроз, образ, критики, засудження та інших подібних дій. Для позначення емоційного насильства сьогодні використовують такі терміни, як аб'юзинг та газлайтинг.

Дослідженням аб'юзингу та газлайтингу займаються такі психологи як, Адам М. Томисон и Джо Туччи (1997), Ариель Лив (2017), Джеффри Лоур (1990), Ланди Бенкрофт (2012), Ленор Уолкер (1979), Марія Осборн (2017), Робин Стерн (2007) та інші.

Аб'юзинг походить від англійського слова «abuse», що в перекладі означає «образу», «жорстоке поводження», «тобою зловживали», «насильство», «лаяння», «ненормальне використання».

Усі маніпуляції при аб'юзі спрямовані на те, щоб утримати партнера та поставити його у залежну позицію. Багато жертв аб'юзингу часто плутають аб'юз з поганим настроєм. Значною складовою аб'юзу є наявність поведінкових патернів, тобто повторюваність вчинків. Критерії аб'юзингу включають: лайки; домінування (обмеження контактів жертви, захоплення і занять; ревності (недовіра та звинувачення); надмірне бажання влади та контролю, схильності до маніпуляцій, бажання домінувати та керувати іншими.

Головна небезпека аб'юзу полягає в тому, що жертва довгий час не може ідентифікувати те, що з нею відбувається як «жорстоке поводження». У жертви деструктивних відносин поступово руйнується самооцінка і їй все важче побачити, що проблема не в ній. Травматичний зв'язок між жертвою і аб'юзером, що утворився, дуже міцний, і чим довше тривають стосунки, тим важче його розірвати. Якимось розпочавшись жорстоке поводження має тенденцію поступово набувати все більш серйозних форм (Бенкрофт Л., 2012).

Тепер розглянемо поняття «газлайтинг». Коли ми говоримо про газлайтинг, ми маємо на увазі вищу форму психологічного насильства, коли одна людина маніпулює іншою, намагаючись переконати її у власному неадекватному сприйнятті дійсності. Газлайтинг є частим прийомом аб'юзерів: це спосіб встановити тотальний контроль над іншою людиною, бажання досягти того, щоб їхня жертва втратила зв'язок з навколишнім світом (Johnson M. Z., 2015).

Мета газлайтингу - змінити уявлення людини про реальність, змусити її сумніватися у власній версії того, що відбувається і у своїх спогадах. Газлайтер може змусити партнера заперечувати сказані ним факти, знецінювати емоції партнера чи звинувачувати партнера у його неадекватному сприйнятті того, що відбувається. У книзі психоаналітика Р. Стерна «The Gaslight Effects» представлено ряд ознак, які можуть вказувати на газлайтинг. Наприклад, якщо людина постійно виправдовується перед своїм партнером і виправдовує його перед рідними та близькими, часто вибачається, або просто боїться його чимось роздратувати (Stern R., 2007).

Р. Стерн виділяє три стадії, через які проходить жертва газлайтингу, незалежно від типу відносин: Перша стадія - заперечення: жертва помічає зміни в поведінці аб'юзера, але при цьому вона заперечує те, що відбувається, думаючи, що це просто інцидент, який більше не станеться, і тому не приділяє цьому уваги. На другій стадії жертва починає сумніватися у собі та сприйнятті ситуації. Але вона захищається від газлайтера, сподіваннями на те, що може довести свою точку зору газлайтеру і переконати його. На третій стадії жертва починає вірити у версію подій газлайтера, при цьому, визнаючи свою провину у всьому, що відбувається. Жертва сподівається на схвалення газлайтера, дотримуючись усіх його вказівок. Гайлайтинг має серйозні наслідки: на третій стадії жертва може зіткнутися з депресією і тривожним розладом.

Впоратися з газлайтингом важко ще й тому, що, на відміну від фізичного насильства або прямих загроз, його складніше довести: жертва сумнівається в тому, що правильно розуміє те, що відбувається, її сприйняття спотворено. Вона зникає підлаштовуватися під аб'юзера і може не усвідомлювати, що їй потрібна допомога, прагне догодити аб'юзеру, відповідати його очікуванням, забуваючи про себе та про власний комфорт.

Отже, підсумовуючи вище викладене, стає зрозумілим, що сімейне насильство це не лише, будь-який фізичний вплив, а й психологічний та емоційний, що важче для жертви ідентифікувати як насильство, хоча напруга в сім'ї, у відносинах між партнерами поступово зростатиме, що призведе до активного прояву сімейного насильства. Враховуючи вищевикладене, стає зрозумілим, що важливим в організації надання психологічної допомоги жінкам, які стали жертвами сімейного насилля, є роз'яснення жертвам таких понять як аб'юзинг та газлайтинг, а також їх безпеку у стосунках.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЮ ПОВЕДІНКОЮ

*Потаєва К. С.**

Взаємозв'язок людини з інформаційними платформами, мережами, технічними засобами, мобільним зв'язком активно проникає у всі, без виключення, сфери життя. Одночасно розширюючи здібності особистості, даючи їй нові можливості розвитку, черпання ресурсу і створюючи додаткові бар'єри і небезпеки.

Враховуючи підвищення інформатизації життя суспільства важливим також стає дослідження його впливу на психологічну складову людини, зокрема на самоактуалізацію особистості. Інформаційний простір ініціює нові форми прояву у самоорганізації людини, створює нові сфери самовираження особистості, доповнює її буття. Але в той же час у процесі використання інформаційних технологій можливе виникнення комп'ютерної залежності. На сьогодні одним з найпоширеніших її видів є Інтернет залежність (Голованова Т. М., 2020).

У групі ризику знаходяться особи юнацького віку, оскільки юнаки та дівчата становлять найбільшу за чисельністю спільноту користувачів мережі Інтернет. Сьогоднішні юнаки об'єднують у собі декілька поколінь одразу, тому віртуальний простір для кожного з них носить відмінну інформаційну цінність та загрозу.

Психологічним дослідженням віртуального простору та особливостей взаємодії в ньому займались дослідники О. Арестова, Ю. Бабаєва, І. Бурлаков, Н. Водянова, А. Войскунский, В. Гудімов, К. Янг та інші. Дослідженням Інтернет-залежності приділяли увагу такі дослідники, як Н. Атаманчук, М. Богдан, Н. Бугайова (Бабаєва Ю. Д., Войскунский А. Е., Смылова О. В., 2004).

Говорили про самоактуалізацію як одну з найвищих прагнень в ієрархії людських потреб К. Гольдештейн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл

* Потаєва К. С., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

та інші. Серед радянських дослідників можемо виокремити В. Андрущенко, Г. Батищев, Б. Гершунський, Л. Коган, О. Лосев та інші.

Особливості протікання процесів самоактуалізації у інтернет залежних юнаків на сьогодні залишаються мало дослідженими в психологічному просторі. Тому у даній статті маємо на меті висвітлити результати дослідження психологічних особливостей самоактуалізації осіб юнацького віку з Інтернет залежною поведінкою.

Об'єктом дослідження виступає самоактуалізація осіб в юнацькому віці.

Предметом дослідження - психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку.

Мета дослідження наступна: теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей самоактуалізації осіб юнацького віку з інтернет-залежною поведінкою.

Гіпотеза дослідження: існує зв'язок між психологічними особливостями самоактуалізації та інтернет-залежною поведінкою.

З метою перевірки висунутої гіпотези дослідження і вирішення поставлених завдань нами було використано загальнонаукові теоретичні методи; емпіричні; статистичні. У якості психодіагностичного інструментарію нами було використано: опитувальник «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК), модифікація самоактуалізаційного тесту (САТ), опитувальник діагностики самоактуалізації особистості САМОАЛ та тест «Шкала інтернет-залежності С. Чена.» в адаптації В. Малигіна, К. Феклісова.

Дослідження проводилося на базі Навчально-наукової лабораторії кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса «Центр соціально-психологічної адаптації особистості». Вибірку дослідження склали студенти СО «Бакалавр» та СО «Магістр» філологічного факультету. Загальна кількість досліджуваних 32 здобувача вищої освіти, віком від 18 до 22 років.

Відповідно до результатів дослідження за методикою визначення рівня суб'єктивного контролю (Дж. Роттер) за шкалою загальної інтернальності

37.5 % опитуваних показали низький результат, що свідчить про низький рівень суб'єктивного контролю. Високий показник по цій шкалі показали 62,5 % опитуваних, який відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями. Усі результати можна побачити у графіку (рис. 1.)

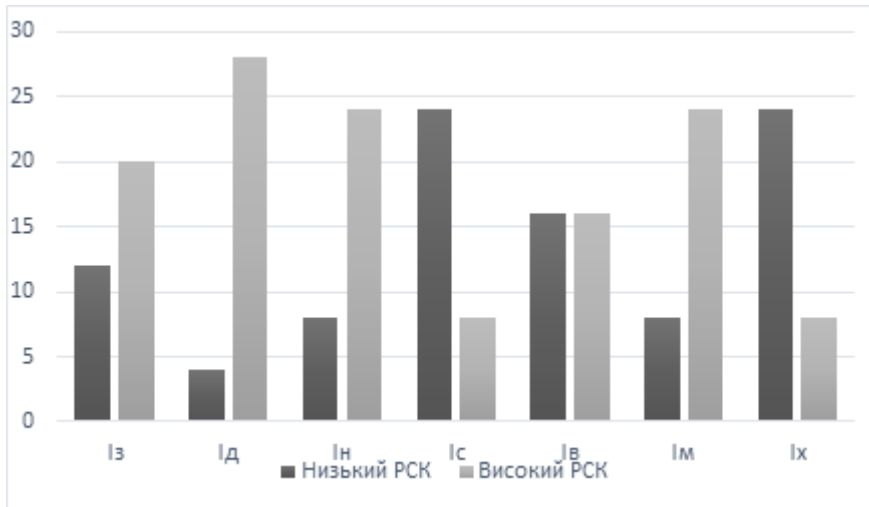


Рис. 1 Розподіл досліджуваних за методикою РСК

Наступним інструментом дослідження рівня самоактуалізації став опитувальник діагностики самоактуалізації особистості САМО-АЛ. Коротко опишемо отримані результати дослідження. Почнемо із загального рівня прагнення особистості до самоактуалізації. Результати за цією шкалою свідчать про те, що більшість осіб мають середній рівень прагнення до самоактуалізації, а саме 75% опитуваних осіб мають бажання розвиватись та вдосконалюватись. Загальну шкалу прагнення до самоактуалізації формує сукупність усіх шкал даної методики, тому при формуванні висновків ми взяли це до уваги.

Аналізуючи наступну методику - Тест «Шкала інтернет-залежності С. Чена.» в адаптації В. Малигіна, К. Феклісова можемо сказати, що 11, 5% опитуваних осіб не мають схильності до Інтернет залежності. Основна маса вибірки схильна до прояву Інтернет залежної поведінки, і частина наших опитуваних (13, 5%) має виражену залежну поведінку. Отже більшість осіб (75%) схильні до прояву залежної поведінки та можуть мати симптоми Інтернет-залежної поведінки: розпач та роздратування, готовність брехати друзям і членам родини, небажання сприймати критику [5] тощо.

Для підтвердження чи спростування висунутої гіпотези нами був використаний метод математичної обробки даних – коефіцієнт

кореляції Пірсона. Коефіцієнт кореляції є симетричним показником: кореляція між змінними X та Y дорівнює кореляції між Y та X (інакше кажучи $r_{XY} = r_{YX}$). У нашому випадку коефіцієнт лінійної кореляції дорівнює -0.0066, що свідчить про відсутній, або слабкий зв'язок між змінними.

Отже, гіпотеза про те, що існує зв'язок між психологічними особливостями самоактуалізації та інтернет-залежною поведінкою не підтвердилась. Це свідчить про те, що рівень самоактуалізації осіб юнацького віку не впливає на наявність чи відсутність Інтернет-залежної поведінки.

НЕБІНАРНА ҐЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ В УКРАЇНСЬКИХ ТА ЗАКОРДОННИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

*В. О. Проніна**

В сучасній українській психології представлено недостатньо психологічних досліджень людей з небінарною ґендерною ідентичністю. Найбільше дана проблематика представлена у теоретичних дослідженнях, тоді як емпіричні дослідження в українському науковому просторі організовуються скоріше вузькоспрямованими ґендерними студіями за ініціативою правозахисних українських та міжнародних організацій, що вказує зі свого боку на велику соціально-практичну значущість таких наукових досліджень. Цікаво, що проблематика небінарної ґендерної ідентичності в українському науковому дискурсі набагато більш активно розробляється в історико-філософських, соціологічних та навіть філологічних дослідженнях (*Марченко В. В., Шинкаренко А. О., 2021*), тому нагальним завданням постає теоретичне обґрунтування проблеми небінарної ґендерної ідентичності в рамках аналізу українських та закордонних фундаментальних психологічних досліджень.

* Проніна В. О., практикуючий психолог, м. Київ.

Гендерні студії, серед яких пізніше виокремилися квір-студії – це міждисциплінарні дослідження, які через поняття гендеру вивчають суспільство, його соціальні процеси, відносини, страти, інші аспекти та феномени (Дейнека А. В., 2018). Гендер розуміється як соціальна характеристика, через яку визначаються поняття «жінка» та «чоловік» (Burn S. M., 1996). Гендер це не просто «соціальна стать», адже це не статичний феномен, це динамічний та відносний конструкт, який осягає в собі більше – його реконструкція залежить від цінностей та світогляду людини, від умов, у яких знаходиться людина, від самого контексту вживання поняття «гендеру» та багатьох інших чинників (Нікогосян А., 2019). Гендерна ідентифікація – це переживання відповідності власному гендерному статусу (Костіна Т. О., 2020).

У сучасних гендерних дослідженнях виокремлюються два підходи до розуміння гендеру: перший постулює важливість належності до одного з двох полюсів бінарної гендерної належності, а другий поміж двох полюсів бінарної гендерної належності описує інші варіанти гендерної належності, які є спектром, а також описує варіанти гендерної належності поза бінарної системи – ці останні варіанти гендерної належності, а також ті, що не залишаються на одному з полюсів бінарної гендерної системи об'єднуються під визначенням небінарної гендерної ідентичності (Костіна Т. О., 2020). Цікаво, що обидва підходи насправді ґрунтуються на стратифікованій бінарній гендерній системі і обидва тяжіють до стирання умовностей гендерних ролей та гендерної рівності, але є важлива різниця у цих підходах. Британська дослідниця R. Reilly-Cooper критично проаналізувала поняття небінарності, виступаючи проти визначення гендеру як спектру, але все ж таки наголосила на відносність гендерної ідентифікації, провівши аналогію з відносним сприйняттям людського зросту у будь-якій групі, і що небінарність зумовлює існування бінарності (Reilly-Cooper R., 2016). Дійсно, відносність як властивість гендеру може стати вирішенням проблеми конструювання гендерної ідентичності та одним з факторів гендерної рівності, розуміючи світоглядні особливості особистості, її цінності, ту систему, якою вона користується для конструювання власної гендерної ідентичності.

Головна різниця цих двох підходів до розуміння гендеру полягає у тому, що ця проблематика знаходиться не у особистісному вакуумі, а у динамічному соціально-політичному контексті, ґрунтуючись відповід-

но на двох світоглядних напрямках (Дейнека А. В., 2018). Перший напрямок констатує гендерну небінарність будь-якої людини, розглядаючи категорію небінарності в умовах виключно бінарного континууму, де на його кінцях знаходяться ті малочисельні особи, які є представниками бінарної гендерної ідентичності, по суті нормалізуючи небінарність переважної більшості популяції, що робить гендерну конфігурацію унікальною у кожного, але стирає жіночий гендер, призводячи до ігнорування дискримінації відносно жінок (Reilly-Cooper R., 2016). Другий напрямок визнає існування не тільки бінарного гендерного континууму, але і небінарного, який може зовсім не пересікатися з бінарним, що створює можливість не оперувати вже сформованими соціальними поглядами на гендер, а реконструювати їх, формуючи нові та гендерні ідентичності, що дозволяє своєю присутністю та видимістю досягти прийняття суспільством різноманіття та гендерної рівності (Костіна Т. О., 2020). Отже, один світоглядний напрямок розглядає небінарну гендерну ідентифікацію як відмову від ідентифікації з жіночим або чоловічим гендером, а другий – як можливість виходу з бінарної гендерної системи взагалі, що породжує дискусії між радикальними феміністками та квір-спільнотою, проте обидві соціально-політичні течії виступають за гендерну рівність (Shields S. A., Dicicco E. C., 2011).

Ця світоглядна та ціннісна різниця розгортається у широкому соціально-психологічному контексті та стає актуальною та вкрай важливою дослідницькою проблемою для фундаментальної академічної та практичної психології. Необхідно розуміти та описувати всі особистісні та поведінкові феномени, пов'язані з гендерною ідентифікацією; визначати небінарні прояви, властиві особам з жіночою та чоловічою гендерною ідентичністю, та диференціювати їх від небінарності осіб, що визначають свою гендерну ідентичність у небінарному спектрі; диференціювати агендерність від уникання будь-яких гендерних стереотипів; вивчити формування небінарної гендерної ідентичності, тоді як само існування небінарної гендерної ідентичності зумовлює існування бінарної гендерної ідентичності, де не може існувати «чистої» жіночої та чоловічої гендерних ідентичностей; як досвід трансгендерного переходу та зворотнього трансгендерного переходу вписується у той чи інший теоретичний підхід до розуміння гендеру.

Окремою і наріжною проблемою для теоретичної психології є об'єктивне, точне та недискримінаційне визначення термінів та по-

нять сучасної ґендерної психології. Українські дослідники та дослідниці вельми активно розробляють проблематику ґендерної рівності та боротьбу з дискримінацією жінок, вивчають ґендерні стереотипи (Дикіна Л. В., 2020) та вживання фемінітивів (Остапчук С. С., 2020), багато досліджень зосереджені навколо концепту статево-ґендерної бінарної системи (Глушенко К. О., Кознець О. В., 2021). Суттєва частина цих досліджень датується останніми роками, що наочно відображає актуальність ґендерної проблематики та є наслідком відповідних соціально-політичних процесів. Тим часом закордонні дослідники соціальної психології активно розробляють напрямком вивчення проблематики трансґендерних персон, серед яких виокремлюють і небінарних персон (Fiani C. N., Han H. J., 2019), вивчаються психологічні аспекти квір-етики (Nicholas L., 2019).

Отже, спираючись на передові закордонні дослідження сучасні українські ґендерні дослідження мають великий обрій як фундаментального теоретичного так і методологічного зросту у проблематиці ґендерних досліджень загалом та у дослідженні небінарної ґендерної ідентичності зокрема, що в подальшому стане запорукою підвищення кваліфікації українських практичних психологів та психотерапевтів.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК КОМУНІКАТИВНИХ ЯКОСТЕЙ І СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

*І. С. Рубльова**

У контексті глобальних світоглядних трансформацій, які відбуваються сьогодні у всіх сферах життя людини, особливої актуальності набувають смисложиттєві питання, пов'язані з вихованням в особистості певного ставлення до навколишньої дійсності, способів взаємодії з нею, знаходження свого місця у просторі культур. Про-

* Рубльова І. С., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

блема ставлення людини до світу постає як проблема визначення сенсу людського існування. Тому, розгляд даної проблематики повинен включати в себе розгляд питання про сенс життя. В психолого-філософській традиції у рамках смисложиттєвої проблематики існували три основні парадигми: «сенс життя – в самому житті людини»; «сенс життя – поза життям людини»; «сенс життя – в самореалізації людини» (Solodka A. K., 2013).

Моделі взаємодії людини і світу в їх смисложиттєвій перспективі виражаються в діалоговій стратегії. Ця світоглядна настанова не лише сприяє формуванню нових уявлень про місце і роль людини у світі, а й прокладає шлях до розуміння раціональності як особливої форми діалогу людини зі світом. Це живий діалог, взаємодія, комунікація, які виступають новим типом раціональності, пов'язаним з виробленням сучасної картини світу. Діалог необхідно розглядати як явище, що виходить за рамки комунікативно-пізнавальної діяльності. Стосунки «людина і буття», «людина і людина» взаємозв'язані і взаємообумовлені. Ставлення людини до людини є ключовим. Саме тому ми вважаємо, що комунікативні якості особистості та смисложиттєві орієнтації взаємопов'язані.

Мета дослідження: на основі аналізу наукових праць висвітлити зв'язок комунікативних якостей та смисложиттєвих орієнтацій особистості.

Слід зазначити, що чіткого визначення поняття «смысл життя» в науці не існує. Зокрема вітчизняні психологи не розрізняють поняття «сенс життя», «смыслові утворення» та «смыслові орієнтації». Наприклад, О. М. Леонтьєв ототожнює ці два поняття та зазначає, що: смисложиттєві орієнтації як складні соціально-психологічні утворення породжуються реальними значимими взаємовідносинами суб'єкта та буття, вони релевантні по відношенню до всього життєвого шляху особистості, задають вектор та межі самореалізації особистості, як суб'єкта життєвого шляху через структурну організацію життєвих цілей.

Смыслові орієнтації являють собою основний стрижень переконань людини, її принципів, цілей, який є імпульсом, поштовхом всієї життєдіяльності, незалежно від світоглядних установок. Смыслові вибір – це стратегічна лінія, що проходить крізь все

життя людини, що підкорює її вчинки і поведінку, а відхилення від неї або її втрата можуть призвести до внутрішніх конфліктів індивіда, моральної, а то й фізичної загибелі.

Смисложиттєві орієнтації не вичерпуються однією, навіть дуже важливою, ідеєю, життєвою метою, а являють собою структурну ієрархію «великих» і «малих» смислів. Д. Ю. Чернов запропонував розглядати смисложиттєві орієнтації як багаторівневу психічну систему з шістьма підсистемами: осмисленість життя, емоційна насиченість життя або процес, визначеність майбутнього або мети життя, задоволеність самореалізацією або результат, віра в керованість життя або локус контролю – Життя, здатність керувати подіями власного життя або локус контролю – Я».

Смисложиттєва орієнтація особистості реалізується в життєдіяльності індивіда через складну систему опосередкування і виступає механізмом, за допомогою якого людина вбудовується в зовнішнє мінливе середовище, залучається до динамічних процесів знаходження свого місця в культурному просторі. Соціалізація і міжособистісна взаємодія – основні чинники формування смисложиттєвої орієнтації особистості. Змістовний аспект смисложиттєвої орієнтації особистості формується в процесі соціалізації, яка розглядається, передусім, як процес конструювання картини світу за допомогою оперування смисловою інформацією, що транслюється у вигляді комунікації.

У працях науковців простежуються різні погляди на проблему якостей особистості, що забезпечують продуктивність комунікації. У психологічній літературі комунікативні якості розглядаються як сукупність властивостей особистості, що характеризує її ставлення до людей і забезпечує можливість установалення й підтримки контакту та взаєморозуміння між ними.

Дослідник Є. Ільїн такими рисами вважає екстравертність (спрямованість особи на світ зовнішніх об'єктів), емпатійність (емоційна особливість людини, що дозволяє їй перейматися переживаннями іншої особи, тимчасово ототожнюючи себе з нею), толерантність (терпимість, поблажливість, установка на шанобливе відношення та сприйняття поведінки, переконань, національних традицій і цінностей інших людей, які відрізняються від власних), мобільність (швид-

ке пристосування людини до зміни ситуації, здатність змінювати установки і судження).

У свою чергу А. Кібанов зазначає, що високий рівень комунікативної культури вимагає наявності ввічливості, коректності, тактовності, скромності, емпатії, доброзичливості, ініціативності (Кібанов А. Я., 2002). Необхідними для забезпечення ефективності комунікації вчений також вважає автентичність як здатність бути собою в процесі комунікації з іншими; конкретність – здатність чітко висловлювати свою думку і готовність відповідати на питання однозначно; безпосередність, що передбачає уміння говорити і діяти напругу; відкритість, тобто готовність відкривати іншим свій внутрішній світ; сприйняття почуттів – уміння виражати свої почуття і сприймати емоції оточуючих; самопізнання, тобто осмислення власної поведінки, сприйняття інформації від людей про їх відношення до своєї поведінки.

Комунікативні якості впливають на процес і характер спілкування. Спілкуючись, людина розкриває себе, свої індивідуальні особливості, риси характеру. Але, у міру розвитку, в тому числі і розвитку комунікативних якостей, спілкування саме по собі набуває для людини особливу цінність, переходячи на особистісний рівень. Особистісне спілкування формує людину як особистість, дає йому можливість придбати певні риси характеру, інтереси, звички, схильності, засвоїти норми моральної поведінки, визначити цілі життя і вибрати засоби їх реалізації. Крім цього, досвід спілкування, набутий людиною при цьому, переосмислюється їм і впливає на розвиток комунікативних якостей. Таким чином, смисложиттєві орієнтації і розвиток комунікативних якостей є тісно взаємопов'язаними процесами.

Таким чином, смисложиттєва орієнтація являє собою основний стрижень переконань людини, її принципів, цілей, який є імпульсом, поштовхом всієї життєдіяльності, незалежно від світоглядних установок. Стосунки «людина і буття», «людина і людина» взаємозв'язані і взаємообумовлені. Ставлення людини до людини є ключовим для ефективною взаємодії.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРУДНОЩІВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗІ СХИЛЬНІСТЮ МОЛОДІ ДО ІНТЕРНЕТ- ЗАЛЕЖНОСТІ

*Ж. В. Сидоренко**, *Tadeusz Pokusa***

Сучасна молодь формується в умовах інформаційного суспільства, що значною мірою позначається на особливостях емоційної сфери, міжособистісного спілкування молодих людей, адже використання інформаційних технологій, і зокрема Інтернету, створюють альтернативу традиційним способам взаємодії людей. Зокрема, соціальні мережі стають не лише елементом культури, але й новим полем для соціалізації. Дослідниками з'ясовано, що залежні та передзалежні, тобто схильні до мережевої залежності користувачі становлять 37% загальної кількості досліджуваних (*Малеєва Н. С., 2017*). В зв'язку з цим виникає потреба звернутись до шляхів відновлення людської цілісності, зокрема, до вивчення емоційного інтелекту як здатності переживати, виражати та розуміти свої почуття та почуття інших людей, проявляти емпатію.

Проблема Інтернет-залежності як явища досліджується в контексті гендерних особливостей (Г. Віддер, Р. Вільямс, С. Макі, С. Фаренга), особистісної ідентичності схильних до кіберзалежності (Х. І. Турецька), специфіки життєвого планування Інтернет-залежної молоді (В. В. Посохова), особливостей ігрової залежності (В. В. Зайцев, О. В. Литвиненко, Т. О. Мотрук, С. І. Степанова), залежності від соціальних мереж як виду Інтернет-адикції (М. Гріффітс, О. Є. Поліванова, М. Шоттон, К. Янг, С. Г. Яновська, Н. С. Малеєва).

Феномен «емоційний інтелект» знайшов своє відображення в працях Д. Гоулмена, Дж. Майера, П. Саловой, Д. Карузо І. М. Андреевої, Д. В. Люсіна, О. Я. Чебикіна.

Їх дослідження переконують, що успіх у значній мірі залежить

* Сидоренко Ж. В., канд. психол. наук, доцент, Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

** Pokusa Tadeusz, Dr., Vice-Rector, Academy of Management and Administration in Opole, Republic of Poland.

від розумного володіння емоціями. Саме емоційний інтелект визначає характер і рівень сприйняття людиною світу, подій, окремих людей, а також реакцію на все, що в свою чергу впливає на ефективність її дій. У широкому сенсі до емоційного інтелекту відносять здібності до впізнання, розуміння емоцій та управління ними; маються на увазі як власні емоції суб'єкта, так і емоції інших людей (Андреєва І. М., 2011).

Мета: Теоретично розглянути взаємозв'язок проблем розвитку емоційного інтелекту з виникненням Інтернет-залежності в студентської молоді.

Однією зі значущих сфер активності студентської молоді є міжособистісне спілкування. Оскільки вік студентів переважно співпадає зі старшим юнацьким віком, можна стверджувати що спілкуванню студентів притаманна вибірковість, інтимність; саме через спілкування молоді люди знаходять можливість самоствердження і самовираження. У розширенні сфери спілкування реалізується потреба переживати нові враження, набувати новий досвід, відчувати себе у новій ролі (Волков В. С., 2006). О.Я. Чебикін та І. Г. Павлова характеризують віковий етап 18-23 роки підвищенням всіх компонентів емоційної зрілості при збереженні провідної ролі емпатії в організації адекватного емоційного реагування, що передбачає також розвиток емоційного інтелекту.

Згідно з концепцією Г. Гарднера (*Gardner H., 1993*), у структурі емоційного інтелекту необхідно розглядати внутрішньо-особистісний (спрямований на власні емоції) та міжособистісний (спрямований на емоції інших людей) компоненти. Перший характеризується такими складовими як самосвідомість, рефлексія, самооцінка, самоконтроль, мотивація досягнень. Другий компонент включає емпатію, толерантність, комунікабельність, конгруентність та діалогічність.

Інтернет-простір, соцмережі стають новим, а інколи й альтернативним засобом для задоволення потреби у міжособистісному спілкуванні, особливо, коли йдеться про молодь з труднощами в емоційній сфері.

А. Мінаков розглядає Інтернет як новий шар реальності, що характеризується набагато меншою жорсткістю бар'єрів і обмежень та допускає набагато більший ступінь свободи для своїх « мешканців ». Через певну міфологічність Інтернет нагадує чарівну казку, у якій « користувач » має надприродні можливості, на відміну від реального життя (*Турецька Х., 2012*).

Термін «Інтернет - залежність» ввів А. Голдберг у 1995 році для опису патологічного потягу до використання Інтернет.

Інтернет-залежність трактується як форма адиктивної поведінки, пов'язана з неконтрольованим використанням Інтернету і нав'язливим бажанням повернутись у віртуальний простір, що проявляється у вигляді порушень на психофізичному, індивідуально-психологічному рівнях та на рівні соціальних установок (*Корягіна Т.М., 2019*)

В більшості випадків комп'ютерна, Інтернет- або ігрова залежність виникають на фоні потайної або явної незадоволеності навколишнім світом і неможливості самовираження, при наявності страху бути тим, кого не зрозуміють (*Shapiro N. A., Goldsmit T. D., Kek P. E., 2000*).

Встановлено, що у студентів, які використовують комп'ютер як засіб розважання від 6 і більше годин підвищується депресивність та знижується саморегуляція, врівноваженість (*Чебикін О. Я., Кримова Н. О., 2012*).

В дослідженні Е. Губенко акцентується увага на труднощі міжособистісного спілкування Інтернет-адиктів. Виявлено що адикти характеризуються нижчим рівнем впевненості в собі та сміливості у соціальних контактах (Губенко Е.).

Дж. Волакм та К. Мітчел встановили, що дівчата з високим рівнем тривожності або у конфліктних стосунках з батьками з більшою ймовірністю встановлювали близькі стосунки з іншими Інтернет - користувачами. Це також стосується хлопців з відсутністю взаєморозуміння в родині або підвищеним рівнем тривожності (*J. Wolakm, K. Mitchell, D. Finkelhor, 2010*).

Повсякденна комунікативна діяльність користувачів соцмереж впливає на ефективність взаємодії учасників мережевої комунікації і, як наслідок, зміни в комунікативній взаємодії можуть спостерігатися як у віртуальному, так і в реальному світі, а також негативно позначатися на психологічному благополуччі молодих людей, схильних до мережевої залежності.

Н. С. Малеевою виявлено особливості повсякденних комунікативних інтернет-практик молоді із різним рівнем захопленості соціальними мережами та визначено їх специфіку залежної від соціальних мереж молоді.

Дослідниця встановила, що для інтернет-адиктів пріоритетними комунікативними інтернет-практиками є пошук інформації і висловлення власних думок щодо неї та самоутвердження як демон-

страція активності, бажання бути в центрі уваги. При цьому, інтернет-залежним молодим людям характерні коментування в різкій формі, що провокують інших на вираження агресії, що сприяє виникненню ситуації флуду, флейму, тролінгу, сперечань та конфліктів. Крім того, інтернет-залежні користувачі використовують уникання – обмежують доступ до свого акаунту сторонніх користувачів та уникають відповідальності у разі подальшої участі в конфліктних ситуаціях. Для них характерне ситуативне, нетривале встановлення контактів; особливостями їхніх практик є закритий формат, підвищена агресія, відчуженість, захисний та компенсаторний характер; знецінення реальності, проблем, комунікації та проведення часу в реальному світі та, водночас посилення цінності і значимості віртуального життя (Малєєва Н. С., 2017).

Отже, орієнтуючись на критерії емоційного інтелекту Г. Гарднера, ми бачимо, що для інтернет-залежної молоді, зокрема, студентів виявляються такі прояви низького рівня емоційного інтелекту на внутрішньо-особистісному рівні як проблеми з самооцінкою та самоконтролем, домінування негативних емоцій, підвищений рівень агресії, тривожність. Водночас, на міжособистісному рівні це демонструється як низька толерантність, відчуженість, нездатність до створення стійких контактів.

КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19 МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПІЇ

*О. С. Слободянюк**

Сучасне життя особистості в умовах пандемії COVID-19 супроводжується всеохоплюючими карантинними обмеженнями, що веде до значної кількості негативних наслідків таких як погіршення

* Слободянюк О. С., здобувач спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна)

фінансово-економічного становища, соціально-політичних негараздів, втрати відчуття безпеки, стабільності. Натомість вимушене перебування у невизначеності та непередбачуваності змін стимулює зростання незахищеності, невпевненості у власному майбутньому, провокуючи зниження життєстійкості, погіршення самопочуття, виникненню відчуття тривожності, зниженню адаптаційних можливостей особистості, розвитку та ускладненню хронічних захворювань, зниженню рівня психологічного здоров'я.

Метою дослідження є корекція тривожності студентської молоді методом арт-терапії в умовах пандемії COVID-19.

Вивченням тривожності займалися багато дослідників та вчених не тільки у психології та психіатрії, але й в біохімії, фізіології, філософії та соціології, але остаточного розкриття і розуміння єдиного визначення даного явища так і немає.

У радянській психології В.Н.Мясищев першим розглядав тривожність як проблему внутрішнього конфлікту, як особливе поєднання об'єктивних та суб'єктивних факторів, яке порушує значущі стосунки особистості і те, що сприяє стійкому переживанню емоційної напруги, інтенсивність якої визначається суб'єктивною значущістю для особистості порушених відносин (*Мясищев В.Н., 1998*).

Багато вчених паралельно аналізують тривожність із страхом як психічним станом. При цьому, при переживанні страху увага індивіда спрямована на ззовні, а при тривожності – в середину, людина фіксується на своєму внутрішньому стані (*Астапов В.М., 2001*).

Так, згідно з теорією диференційних емоцій, страх – фундаментальна емоція, а тривожність – стійкий комплекс, що утворюється в результаті поєднання з однією або декількома фундаментальними емоціями (наприклад, зі стражданням, гнівом, провинною, соромом та інтересом) (*Хорні К., 1997*).

У руслі вивчення проблем тривожності розглядається і повна відсутність тривоги як явище, що перешкоджає нормальній адаптації, а також, як і стійка тривожність, заважає нормальному розвитку і продуктивній діяльності (*Волошок О. В., 2001*).

Одним із засобів психічної гармонізації та розвитку особистості, зниження її тривожності є арт-терапія. Арт-терапія має очевидні переваги перед іншими, заснованими включно на вербальній комунікації, формами психотерапевтичної роботи (*Сорока О.В., 2008*).

Механізм її психологічного корекційного впливу полягає в тому, що мистецтво дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травмуючу ситуацію і знайти її розв'язання через пере-структурування цієї ситуації за допомогою творчих здібностей клієнта (Перевозна Т. О., 2020).

Для підтвердження гіпотези, що методи арт-терапії є ефективними засобами корекції порушень психологічного здоров'я студентської молоді в умовах пандемії коронавірусу було проведене емпіричне дослідження, що включало констатуючий та формуючий експеримент. В ході останнього була розроблена психокорекційна програма з використанням арт-методів, спрямованих на зниження підвищеного рівня тривожності в опитаних нами студентів.

Загальна кількість досліджуваних склала 71 студент, віком 20 ± 2 роки. Дослідження проводилось у груповій та дистанційній формах. Із загальної вибірки було сформовано групу з 26 учасників з підвищеним рівнем тривожності для проходження тренінгу з метою покращення стану їхнього психологічного здоров'я.

Для зниження рівня тривожності учасників ми намагались акцентувати увагу на здатності створювати образ позитивного майбутнього, розвивати довірливі взаємовідносини, створювати сприятливий емоційний клімат. Були використані арт-терапевтичні техніки, що поєднують в собі методи ізотерапії, бібліотерапії та музикотерапії:

1. відображення (малюнок) своєї особистості до початку коронавірусної інфекції COVID-19 осмислення та корекція негативних станів через роботу з малюнком;
2. написання листа самому собі «з майбутнього»;
3. відображення себе вже у теперішньому часі;

Також у ході психокорекційної програми були запропоновані релаксаційні вправи та регулювання внутрішнього стану за допомогою музикотерапії, зокрема, під час занять включали музику Моцарта, оскільки вона має універсальну дію на емоційний і фізичний стан людини, підвищує загальний тонус організму і підвищує працездатність.

По закінченню проведення психокорекційної програми та порівнюючи показники ситуативної та реактивної тривожності за шкалою тривожності Ч.Спілберга в адаптації Ю.Л.Ханіна, ми отримали наступні результати: на 21% знизився показник високого рівня особистісної

тривожності, на 11% підвищився середнього, а також у 10% опитаних став низький рівень особистісної тривожності, що свідчить про пониження у досліджуваних відчуття напруги, занепокоєння, заклопотаності, нервових переживань у конкретних ситуаціях, про досягнення позитивного результату та підвищення стійкості особистісної саморегуляції.

Дані зміни представлено у вигляді порівняльної гістограми на *рис.1*. При інтерпретації результатів, одержаних за підшкалою ситуативної тривожності (*рис.2*) нами також було відзначено:

- що у 4% опитаних рівень особистісної тривожності після проведення психокорекційної програми із середнього змінився на низький;
- середній рівень особистісної тривожності став у 69% опитаних, що на 15% більше у порівнянні із попередніми результатами. Тобто збільшилася кількість особистостей які відчувають себе комфортно, можуть зберігати емоційну рівновагу, працездатність переважно в ситуаціях, до яких вони вже встигли адаптуватися. Хоча при додаткових труднощах можлива поява тривоги, занепокоєння, відчуття напруження, емоційного дискомфорту;
- також відповідно знизився відсоток досліджуваних із високим рівнем особистісної тривожності з 46% до 27 %, тобто хоча більшість ситуацій, в яких опиняється респондент, сприймається як загрозові для її престижу, самооцінки, фізичного здоров'я, висока емоційна чутливість поєднується з підвищеною вразливістю, образливістю, що значно ускладнює спілкування, створює безліч комунікативних бар'єрів. Проте кількість таких особистостей зменшилась.

Проаналізувавши отримані результати нами була підтверджена гіпотеза, що методи арт-терапії є ефективними засобами корекції порушень психологічного здоров'я студентської молоді в умовах пандемії коронавірусу COVID-19.

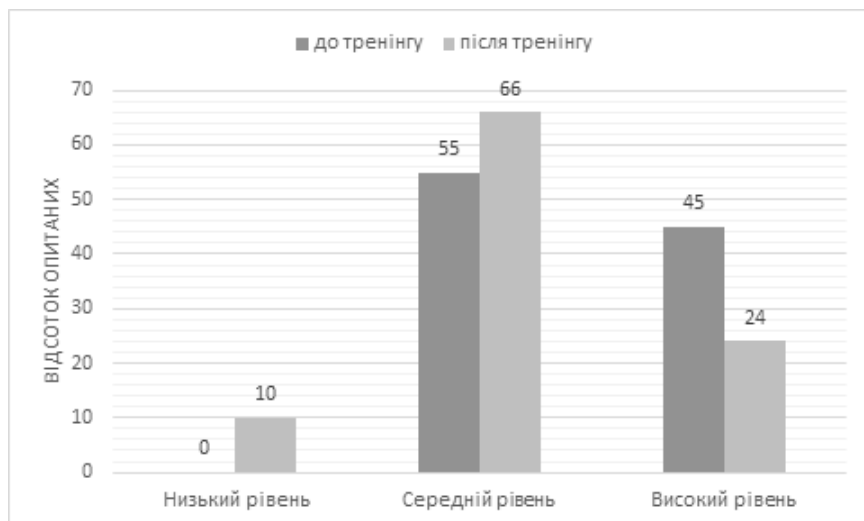
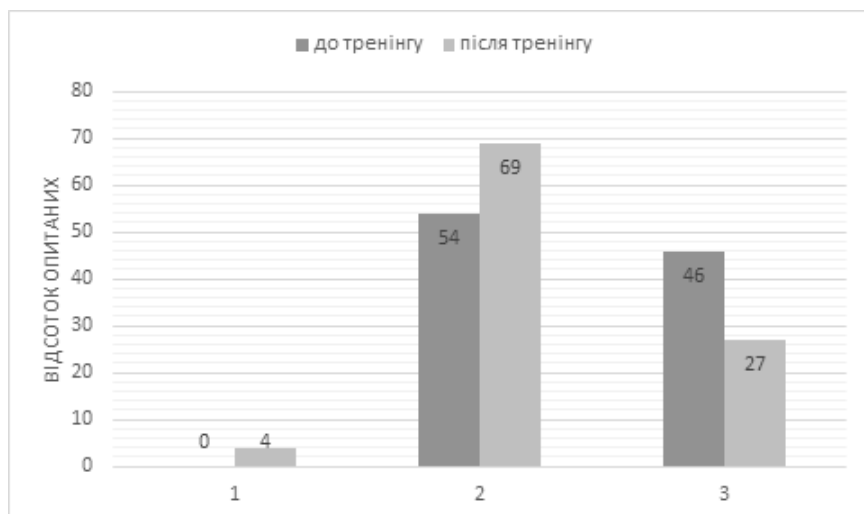


Рис.1. Порівняльна шкала особистісної тривожності.



FORMATION OF ADEQUATE PARENTAL BEHAVIOR IN PERSONS RELEASED FROM THE PLACES OF IMPRISONMENT

A.I. Sukhanova, O. V. Kovoleva***

At the present stage of development, Ukraine has embarked on the path of European integration, proclaiming the priority value of human rights and freedoms and taking on the obligation to respect them. Undoubtedly, the level of development of democracy in the state is determined by several indicators, among which the humanity of treatment of citizens who are deprived of liberty is important.

An analysis of the literature shows that researchers focus on the study of the identity of the offender as a subject of criminal behavior. In addition, a large number of works in the field of penitentiary psychology is devoted to the study of those psychological features of the convict's personality that determine his attitude to the regime, to work, criminal executive officers, his propensity to commit illegal acts, leadership among convicts and more.

The urgency of this problem is determined by the contradiction between the need to return person, who is serving sentences to a full life in society, the need to reproduce their skills of family interaction, as well as insufficient theoretical, methodological and methodological development of this problem.

The object of the study is the psychological factors of resocialization of convicts.

The subject of the study is the parental behavior of person, who is released from prison.

The purpose of the study is to develop, theoretically substantiate and

* Sukhanova A. I., undergraduate student, speciality Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

** Kovoleva O. V., Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

experimentally test the psychological content and methods of correction of parental behavior in person, who is released from prison.

Achieving this goal involves solving the following tasks: to determine the methodology, psychological content and methods of correction of parental behavior in person, who is released from prison, based on a theoretical analysis of modern psychological and legal literature; to study the psychological features of convicts, to identify the features and problems of their family relationships, as well as the reasons that determine them.

To implement the tasks and test the hypothesis in the work we used the following theoretical and empirical research methods: system-theoretical analysis of the problem based on the study of psychological and legal literature; psychological training, psycho-correctional techniques; methods of observation, conversation, questionnaire; a set of psychodiagnostic methods for studying the convict's personality. Methods of mathematical statistics were used in processing the results.

The methodological basis of the study are: Provisions related to the theory of unity of psyche and activity and the theory of activity mediation of personality development S.D. Maksymenka; the principle of a systematic approach in psychology; research in the field of penitentiary psychology on the problems of studying the personality of convicts and their re-socialization.

Today it is emphasized that the system of execution of criminal punishments should become open, less formalized, and most importantly – focused on solving the main task: the correction of convicts and their full inclusion in society after serving the sentence. Any positive experience of working with convicts should be put into practice now, and not when there is a certain post-reform situation in the execution of punishment. In conditions of imprisonment, in isolation from society, the personality of the convict undergoes significant changes, as a result of which the values that provide individual, as if extra-social, existence acquire the greatest significance for him. And the values that reflect the activity and social essence of man, recede into the background. This fact is confirmed by numerous studies of both foreign and domestic scientists (*Москаленко А.П., Кобзін Д.О., 2000*).

Imprisonment often intensifies an already existing depressed state, which is the result of disbelief in one's own strength, in the ability to have a normal life again. In some convicts, the state of depression from the realization of their

own guilt before the society and the family has already developed by the time they arrive in the labor colony. Such convicts do not violate the regime, try to comply with the rules and requirements of the staff.

A typical condition in a place of imprisonment is longing for home, freedom, loved ones, which is outwardly expressed in alienation and numbness. Under the influence of sadness may develop irritability and increased excitability.

Of practical importance is the study of the psychologist of the penitentiary institution V.V. Biletsky. Giving the results of the study of the personality of convicts, he notes that in the initial stages of serving the sentence the vast majority of accentuations of the character of convicts significantly exceeds the maximum allowable threshold of the conditional norm. This brings each specific accentuation of character to the "pre-pathological" state. The most pronounced are such types of accentuations as exaltation, emotionality, hyperthymicity, excitability and cyclothymia, which indicate a high permanent affective and emotional activity of convicts.

According to V.V. Biletsky, convicts at both the initial and final stages of serving a sentence are characterized by a low threshold of anxiety – insufficiently motivated and inadequate anxiety, distrust, inferiority complex, focusing on their own shortcomings.

Experimental work was carried out in: Melitopol Correctional Colony in Zaporizhia region within the project on the formation of adequate parental behavior in person, who is released from prison. The participants were men who have minor children and have repeatedly served their sentences in prisons. Two groups of 12 people were created, in each of which the training lasted 90 hours and consisted of three stages, each of which lasted 30 hours without taking into account the time for diagnosis.

A comparison of the test results of the training participants and the control group revealed significant differences between them in all indicators related to family relationships. The group of convicts who participated in the training more than in the control group showed concern for the family, the desire for a constructive partnership; there is less emotional distance from the child and family conflicts. At the same time, both groups show some degree of indifference, weak differentiation in marital relations related to moral and emotional support, insufficient family integration, due to the physical inability of the subjects to participate fully in family life, creating an environment for personal development, their past experience and personal characteristics.

During the training, participants developed skills to work on themselves, many convicts developed a need for psychological knowledge, they mastered some psycho-corrective techniques, were able to use them independently. Almost all participants noted that it became easier for them to communicate on a trusting level, which was observed in external behavior. Many have reduced internal tensions, increased the degree of emotional involvement in the communication situation, decreased contradictions and conflicts in relationships with others. Participants noted that the training increased their self-esteem, acceptance of themselves and others, and an understanding of the meaning of life.

It should be noted that in general, all convicts who participated in the training received some results. At the same time, some convicts noted that at the end of the training these results are felt at the level of feelings. They had a lot of to think about and realize that the results will appear only after some time.

There were also participants who felt the results to a lesser extent than others, which was observed externally. However, if earlier they considered the training procedure and its organization to be the reasons for this, then at the end of the third stage they realized that it was due to their personal characteristics. They were disturbed by extraneous thoughts connected with the peculiarities of life in the colony; own irritability, isolation, complication and fear of trusting relations that did not allow to take an active part; insufficient sense of freedom due to the specific features of the contingent and conditions of the strict regime colony.

The training included psychological relaxation and correction of mental states of most participants. According to them, during the training they felt emotional comfort, relaxation, some had the feeling that they were at home. These changes in the participants were so obvious that it was noticed by other convicts. One of the participants gained four kilograms during the second stage of the training, which he himself attributes to the favorable psychological atmosphere at the training. In general, the analysis of training results shows its practical significance and necessity. At the same time, this form of work is necessary not only for people with families, children, but also for convicts – young people under the age of 25. The participants of the training noticed that there were many young people in the colony who did not spend more than three months at large. All their lives and values are connected with crime and prison. Accordingly, they are not adapted to a normal life, they do not know what to strive for, and such training would be very useful for them. However, trainings should not be sporadic, but regular and well-organized. Only in this case the results will be effective.

СЕКЦІЯ 3 СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ВІДМІННОСТІ У ПРОЯВІ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦІЇ СЕРЕД РІЗНИХ ГРУП МОЛОДІ З ІНВАЛІДНІСТЮ

*Т. М. Бочкова**

Молодь з інвалідністю є вразливою категорією для стресових впливів середовища, тому особливу актуальність набуває формування саморегуляції як механізму, здатного зменшити вплив стресорів на особистість. Дослідники І. Д. Бех, М. Й. Боришевський, С. Д. Максименко, Л. А. Мойсеєнко, О. О. Прохоров, О. О. Сергієнко та інші в своїх працях зазначають, що особистість з розвиненою саморегуляцією може досягти більшого успіху в різних сферах життя.

Теоретико-методологічну основу даного дослідження склали праці О. О. Конопкіна, В. І. Моросанової, А. Бандури, І. С. Кона, В. О. Ядова, В. І. Селіванова, О. П. Саннікової, П. М. Якобсона, А. А. Файзуллаєва, С. В. Чорнобровкіної, К. О. Абульханової-Славської та інших. На основі теоретичного аналізу досліджень визначено 3 основні види психологічної саморегуляції особистості: емоційно-вольовий, мотиваційний та пове-

* Бочкова Т. М., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

дінковий. Саморегуляція визначається як здатність до управління своїм психоемоційним станом, який досягається шляхом впливу людини на самого себе за допомогою слів, уявних образів, управління м'язовим тонусом і диханням. Особливо актуальним розвиток даної якості є для осіб з інвалідністю.

З цією метою нами було організовано дослідження, метою якого є перевірка відмінностей у прояві особливостей саморегуляції серед різних груп молоді з інвалідністю. Сутністю даного дослідження є аналіз визначених вище видів саморегуляції та пошук відмінностей у вибірці осіб з інвалідністю різної статі та локусу контролю. Параметр «локус контролю» попередньо визначено за методикою «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера. Локус контролю визначається як схильність особистості пояснювати результати своїх дій впливом зовнішніх факторів (екстернальний або зовнішній локус контролю) або впливом власних здібностей, зусиль чи бажань (інтернальний або внутрішній локус контролю). Параметр також має назву інтернальність-екстернальність або рівень суб'єктивного контролю.

У дослідженні взяли участь 24 особи з інвалідністю, серед яких 13 жінок та 11 чоловіків. Учасники – молодь віком 18-30 років, що перебуває на візках. Дане дослідження використовуватиметься для аналізу декількох характеристик саморегуляції молоді з інвалідністю та для обґрунтування поділу вибірок на наступних етапах дослідження.

Групи було розподілено за статтю та локусом контролю. Сформовано 4 групи піддослідних: жінки з інтернальністю (група 1, 6 осіб), чоловіки з інтернальністю (група 2, 7 осіб), жінки з екстернальністю (група 3, 7 осіб) та чоловіки з екстернальністю (група 4, 4 особи).

Використано метод незакінчених речень, який інтерпретується за двома визначеними нами в процесі підготовки до дослідження типами реакцій на 23 стимули (речення). Перший тип – загальна спрямованість особистості на внутрішню, діяльнісну чи соціальну сфери життя. Другий тип – потреба особистості у розвитку навичок емоційно-вольової, мотиваційної або когнітивної саморегуляції. Результати дослідження інтерпретуватимуться як схильність груп певним чином реагувати на нейтральні стимули методики.

Сформульовано наступну гіпотезу дослідження: групи піддослідних з різним локусом контролю та статтю мають відмінності у вираже-

ності реакцій на стимули. Для статистичного аналізу відмінностей у виборах груп використано *U* – критерій Манна-Уїтні.

Результати емпіричного дослідження подані у таблиці 1. Також тут зазначено статистичну значущість відмінностей (показник *p*) за критерієм Манна-Уїтні.

Таблиця 1
Результати аналізу порівняння реакцій між групами на нейтральні стимули методики незакінчених речень за критерієм Манна-Уїтні

Тип реакцій 1	Групи 1-2	Групи 1-3	Групи 1-4	Групи 2-3	Групи 2-4	Групи 3-4
Внутрішня	0,628	0,022	0,038	0,053	0,073	0,648
Діяльнісна	0,035	1,000	0,610	0,004	0,012	0,648
Соціальна	0,101	0,002	0,019	0,001	0,006	0,648
Тип реакцій 2	Групи 1-2	Групи 1-3	Групи 1-4	Групи 2-3	Групи 2-4	Групи 3-4
Емоційно-вольова	0,234	0,022	0,010	0,007	0,006	0,412
Мотиваційна	0,138	0,001	0,010	0,001	0,024	0,788
Когнітивна	0,008	0,001	0,114	0,007	0,230	0,164

Аналізуються відмінності за типом реакцій 2, які стосуються видів психічної саморегуляції. Згідно з результатами, відмінності у більшості спостерігаються у групах з різним рівнем локусу контролю. Визначено відмінності за параметром «потреба у емоційно-вольовій саморегуляції» між групами інтернальних жінок і екстернальних жінок (рівень статистичної значущості $p \geq 0,05$) та між групами інтернальних жінок і інтернальних чоловіків (рівень статистичної значущості $p \geq 0,01$). Відмінності між групами інтернальних чоловіків з екстернальними жінками та чоловіками мають високу статистичну значущість ($p \leq 0,01$).

«Потреба у мотиваційній саморегуляції» статистично відрізняється у порівнянні інтернальних жінок з екстернальними жінками та чоловіками ($p \geq 0,05$ рівень статистичної значущості), а також у порівнянні інтернальних чоловіків з екстернальними жінками ($p \leq 0,01$) та екстернальними чоловіками ($p \leq 0,05$). Між собою групи інтерналів та

екстерналів не мають відмінностей. «Потреба у когнітивній саморегуляції» має значущі відмінності ($p \leq 0,01$) між групами інтервальних осіб та між групами інтервальних чоловіків і екстервальних жінок ($p \leq 0,05$).

Для уточнення отриманих результатів окремо перевірено відмінності між групами осіб з інтервальністю та екстервальністю за U – критерієм Манна-Уїтні без розподілу за статтю. Всі параметри проявили статистично підтверджені відмінності. Перевірка відмінностей у двох групах, розподілених за статтю, повністю відкинула припущення про наявність гендерних відмінностей, адже не було підтвердження відмінностей за жодним з параметрів між групами чоловіків та жінок.

Таким чином, нами визначено відмінності у результатах осіб з інвалідністю, які розподілені за локусом контролю. Розподілення за статтю не виявило статистично значущих відмінностей між групами чоловіків та жінок у прояві особливостей саморегуляції. Аналіз відмінностей у групах піддослідних дає нам змогу зазначити статистично обґрунтований розподіл осіб за локусом контролю. Параметр виявився значущим та використовуватиметься нами у подальших дослідженнях особливостей саморегуляції у осіб з інвалідністю для більш ефективної корекційної роботи.

PSYCHOLOGICAL READINESS OF PERSONS WITH DISABILITIES FOR WORK

*Victoriia Overchuk**, *Aleksander Ostenda***

The employment of people with disabilities remains an essential issue for most countries. To a large extent, the European orientation of modern Ukrainian politics draws additional attention to the needs of minorities and social groups that are in a non-competitive position. The government has taken some steps

* Overchuk V., Doctor of Economics, Candidate of Psychological Sciences, Professor of Psychology Department of Vasyl' Stus Donetsk National University.

** Ostenda Aleksander, PhD., prof. WST, Rector, University of Technology, Katowice, Republic of Poland.

to improve legislation and state support. Still, the general political situation and the level of economic and social development of the country hinder the solution to this problem. The training programs for persons with disabilities and their further employment in specialized enterprises or enterprises with specially equipped jobs have shown their effectiveness, but, unfortunately, the scope of coverage of persons with disabilities in such programs remains insufficient.

Entrepreneurship is an opportunity that allows a person with a disability to develop professionally and provide for their material needs. It also allows you to take a better position in society while having a flexible working day that meets the capabilities and conditions of this particular person, will enable you to work from home or specially equipped for their own needs office or workshop, and have, no less important, professional independence.

An important area of work to increase the employment of people with disabilities is to encourage such people to start their own business. In Ukraine, the state supports such initiatives. Thus, in Ukraine, an unemployed person who wants to start his own business can be provided with one-time assistance for organizing business activities. The State Employment Service does not differentiate between people with disabilities but implements some measures aimed at supporting people who want to start their own business.

These measures include, but are not limited to:

- informing the unemployed about the possibility of receiving financial assistance to start their own business;
- provision of individual career guidance services;
- involvement of the unemployed in counselling seminars;
- help in developing a business plan;
- assistance in the process of registration of documents and registration of own enterprise.

The number of people with disabilities who have received such assistance in the last three years is low.

At the same time, the problem of self-employment of people with disabilities needs in-depth analysis not only in terms of the number of people who received assistance in starting their own business but also in some other characteristics/indicators used in research by foreign scientists (*Pilkova A., Jančovičová Z., Kovačičová Z., 2016*):

- perception of the existence of opportunities for persons with disabilities;

-
- perception of their abilities;
 - fear of failure;
 - intentions to start their own business;
 - attitude to entrepreneurship;
 - the number of newly established enterprises (or the number of recently registered entrepreneurs);
 - the number of mature enterprises (number of entrepreneurs);
 - number of enterprises at the stage of origin/business plan;
 - the number of enterprises/entrepreneurs that have ceased their activities.

Indeed, it is necessary to pay attention to the fact that not all entrepreneurs continue their activities for an extended period. In January-October 2019, the number of entrepreneurs who ceased their activities was 3,160 and 1,131 more than the number of people who received unemployment benefits once (registered as entrepreneurs). Unfortunately, there is no data on persons with disabilities who have written the cessation of business activities.

There are several reasons why people with disabilities are in no hurry to start their own business. Some problems do not disappear when changing the form of employment of a person with a disability - whether this person works under a contract for another company, or independently develops their own business.

First of all, this applies to the stereotype of a passive person with a disability, which has long been established in society. For the most part, there is a plaintively passive attitude towards such a category of people as people who are physically and psychologically unprepared to work in the public sphere of production. It was facilitated, in particular, by the long-term silence from society about the accurate scale of disability issues and the implicit social isolation of most of these people. For the most part, these people were left alone with their problems and hardly crossed the threshold of their place of residence. All care was reduced to the provision of financial assistance and some of them - vocational education and jobs in state-owned enterprises and organizations.

Secondly, people with disabilities in terms of motivation to work are a very diverse group: some of them have this motivation is relatively high, some - no, some - no at all. There is no direct relationship between the level of motivation to work and the degree or nature of the disability. Some

people with disabilities have a lack of motivation to work - and this is one of the main obstacles to their self-employment.

And in this case, it is correct to speak not about low, namely about insufficiently high motivation, after all these people, in comparison with others need to overcome more obstacles, to make more efforts to establish own business and to work. Consequently, the motivation to work in them should be higher than in others.

We provide an indicative list of interrelated motives (meanings) of self-employment that may be important for a person with a disability:

1. Improvement of material condition;
2. Opportunity to feel their significance, communication with colleagues at work, a sense of belonging to the workforce;
3. The possibility of self-realization, enjoyment of work;
4. A sense of usefulness to other people;
5. Changing the social status of a person with a disability - obtaining grounds for social recognition, self-esteem;
6. Opportunity for career and material growth;
7. The possibility of establishing close relationships, starting a family;
8. Opportunity to diversify life, make it meaningful, full, etc.

In our opinion, in work on motivating people with disabilities to work, it is necessary to start the process of activating the existing motivation of a person in an irrelevant, «passive» state. It is a necessity to direct the flow of his thoughts in the right direction; it is necessary to create such conditions independently, decided on their significance for themselves. One of the main techniques that complement the identification of motives for self-employment is to discuss with a person with a disability the relevance of his current professional choice to life perspective. Suppose a young person realizes that his decision to start his own business is one of the components of his «life project». In that case, it is more likely to hope for activity in finding opportunities for self-employment and successful implementation of plans.

Also, in our opinion, it is necessary to dwell on the case when the motivation for self-employment is too high. When for a person starting a business becomes a «matter of life or death», it leads to excessive tension and stress, because every failure or difficulty in implementing plans, she is very disappointed. As a result, such a person may despair altogether, give

up his intentions to work. Therefore, this category of people needs to pay more attention to the psychological support of self-employment.

Thirdly, one area of motivational work may be to address the fears of people with disabilities. Such people may not be active in starting their own business because they are afraid of some aspects of future employment: the rejection of the social environment, inability to cope with work tasks, fear of deteriorating health, fear of losing a pension (assistance), and so on.

Fourthly, it is the attitude towards a person with a disability in society. Such a person can fall victim to stereotypes anywhere if negative stereotypes about people with disabilities are firmly established in the community.

Fifthly, the level of development of social contacts can be a problem (Renko M., Harris S. P., Caldwell, K., 2015). Social connections are essential when looking for a job in the speciality, and the development of their own business. Quite often, contacts with a person with a disability are closed to family, medical staff, and possibly some other people with disabilities. The situation is deteriorating in places where the infrastructure does not take into account the needs of people with disabilities, and such people have a reduced level of mobility as a result.

Finally, as analyzed in the previous section, the underdevelopment of institutions that would support people with disabilities at the start-up stage also hurts the number of businesses started by people with disabilities.

Institutional support is a significant factor in the development of entrepreneurship among people with disabilities. Studies around the world show that people with disabilities tend to have lower incomes and may even live on the brink of poverty. This situation can be caused by various factors, among which it is especially important that people with disabilities may not be able to master a high-paying profession due to lack of access to appropriate vocational education. Lack of sufficient financial and material resources, in turn, can affect the ability of a person with a disability to start their own business. As some scholars have rightly pointed out, people with disabilities, although assisted in starting their own business, do not take into account the need to adapt the workplace to the needs of people with disabilities, which may require significantly more financial investment than the amount of assistance (Bohuslavskaya, S. I., Potapenko, L. V., 2013). Therefore, an important step should be the differentiation between people with disabilities and other people in providing state assistance to start their own business.

At the same time, the problem of psychological readiness of a person with a disability to start his own business remains no less important than financial. Several factors affect the existence of this problem:

- 1. Insufficient level of socialization of individuals with disabilities. Only now is the state's policy on inclusive education and barrier-free cities gaining momentum. At the same time, progress has not yet affected all educational institutions, as well as not all settlements in Ukraine, have been able to adapt infrastructure to the needs of people with disabilities. Therefore, many such people are forced to spend most of their time at home, study at home and sometimes even master the profession. Such people especially need support so that they have confidence in their abilities and can go from the idea of entrepreneurship to its implementation and further support of such activities.
- 2. Limited list of professions taught to persons with disabilities in the State Employment Service and rehabilitation centres. On the one hand, the occupations on the list that teach people with disabilities are in demand. However, on the other hand, as mentioned earlier, many other professions are in need that can be mastered by people with disabilities, and that can be more convenient for such people and can allow them to start their own business.
- 3. Fear of failure studied helplessness. Throughout life, a person with a disability may become accustomed to criticism, to doubts about their own ability to do and achieve something, and the source of such suspicions may be loved ones. It affects the decision as to whether to start one's own business: the fear of failure, the belief that it will not work out, and as a result, a person with a disability prefers a small amount of social assistance instead of trying to have a full professional life.

Thus, we believe that one of the promising areas of social policy for the employment of people with disabilities is to promote self-employment. This practice is actively used in many countries around the world. In Ukraine, a person with a disability who has expressed a desire to start his or her own business can receive a one-time allowance from the employment service. At the same time, available statistics show a low percentage of people with

disabilities who have benefited from such support. Problems remain lack of previous experience, insecurity, lack of motivation for self-employment for people with disabilities, the ultimate goal of which is significant employment and economic growth. Several socio-psychological causes cause social tension, poverty, insecurity, material and moral degradation of persons with disabilities and their families.

PSYCHOLOGICAL READINESS OF FUTURE TEACHERS TO IMPLEMENTATION OF INCLUSIVE SUPPORT FOR PARTICIPANTS OF THE EDUCATIONAL PROCESS

P. M. Fotinyuk, O. V. Kovoleva***

After graduating from a higher education institution, a young specialist usually needs a lot of time to adapt to the conditions of professional activity. Despite the fact that adaptation to working conditions in specific places takes place on the basis of the basic baggage of knowledge and skills acquired in the higher education institution, one of the main roles is played by the presence of a young teacher's personal readiness for professional activity. The successful formation of professionalism of the individual and the activities of future professionals is based on their willingness to work. The leading component of readiness for professional activity is personal readiness, which is understood by scientists as a complex psychological formation, as a combination of functional, operational and personal components.

The basis of professional education of future teachers is systematic training in relevant disciplines. The professionalism of the individual implies the objectivity of the teacher in the perception and analysis of complex pedagogical situations; the ability to determine the range of tasks

* Fotinyuk P. M., undergraduate student, speciality Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

** Kovoleva O. V., Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor of Psychology, Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

available to him; willingness to apply his professional experience in accordance with new circumstances and situations. This is possible with the effective inclusion in the process of training the internal activities of future teachers. Problems of professional suitability, professional competence, professional identity in various types of work are studied in detail in their doctoral dissertations by N. Belikov, O. Bezpalko, R. Vainola, N. Glukhanyuk, S. Fedotov, E. Pryazhnikova, L. Schneider, and others. However, the full task of revealing the psychological mechanisms of formation and development of readiness for professional activity of the subject of labor has not yet found its solution.

In addition to the growing number of children with special needs, there is a tendency to qualitatively change of the structure of the defect, the complex nature of the violation in each individual child. Inclusive education is based on an ideology that excludes any discrimination against children, which ensures equal treatment for all people, but creates special conditions for children with special needs. The education of children with special needs is based on the principles of pedagogy, the effectiveness of which is confirmed and from the use of which all children benefit. It assumes that diversity between people is a natural phenomenon. Due to limitations in communication, self-care, movement, the development of these children largely depends on meeting their needs by other people, and this is a multifaceted process of socio-pedagogical integration and the process of inclusion, in particular. Education of children with special needs is one of the most important tasks for the country. This is the need to create a truly inclusive environment where everyone can feel the need for their existence. Society has a duty to enable every child, regardless of their needs and other circumstances, to realize their full potential, benefit society and become a full member. At the same time, our present is a change of value orientations in education, a definition of the diversity of each child, due to a change in the educational paradigm to a humanistic "education for all, school for all" (Гуревич К. М., 2010).

The object of our research is the psychological readiness of future teachers.

The subject of the study is the psychological readiness of future teachers to provide inclusive support.

The purpose of the research: to determine, develop and theoretically substantiate and experimentally test the block of psychological readiness of future teachers in the system of inclusive education.

Research objectives: to analyze the state of the researched problem in pedagogical theory and practice; to find out the essence of key research concepts; substantiate and check the psychological readiness of future teachers to provide inclusive support.

Psychological readiness – revealing the essence of the properties and state of personality. Readiness is not only a property or feature of an individual, it is a concentrated indicator of the activity of the essence of a person, a measure of his professional ability (*Моляко В. О., 1989*).

Psychological readiness includes on the one hand a stock of professional knowledge, skills and abilities; on the other – personality traits: beliefs, pedagogical abilities, interests, professional memory, thinking, attention, pedagogical orientation of thought, ability to work, emotionality, moral potential of the individual, which will ensure the successful performance of professional functions. Qualities and psychological properties of personality, mental features and moral qualities, which are the basis of the future teacher's attitude to awareness of the functions of pedagogical work, the correlation of their abilities with opportunities – the characteristics of psychological readiness. The essence of psychological readiness: moral and psychological qualities and capabilities of the individual; the relationship of consciousness and behavior, subjectivity and objectivity of consciousness (*Дьяченко М. И., Кандыбович Л. А., 2015*).

Among the professional and ethical qualities are professional responsibility, pedagogical demands, ability to communicate.

Professional responsibility is manifested in selfless and deep devotion to pedagogical work. Orientation aspect is an important characteristic of psychological readiness for professional activity, and therefore the whole educational process in higher education should be built so that all forms of work contribute to the formation of students' responsibility, professional ethics, ability to bring reasonable requirements to the logical end, to correlate them with capabilities of those to whom they are addressed.

Practice shows that most first- and third-year students, studying a subject, preparing for tests, exams, are limited only by fixing the learned material, but do not compare the acquired knowledge with their future professional activities. Therefore, when studying the subject it is necessary to organize the work so as to show the application of the material being studied in the future profession. To solve the tasks during the study, various methods were used, adequate to the subject of research: theoretical methods (analysis of philosophical,

psychological, psychological and pedagogical literature; theoretical analysis of monographs, dissertations, abstracts, articles and other scientific publications that reflect the state of the problem psychological readiness for a professional career); empirical methods (observation, questionnaire, conversation, testing); data processing methods (ranking, factor analysis, methods of mathematical and statistical processing); correction methods (group training sessions, individual consultations). The following methods were used: "Diagnosis of social empathy"; "Diagnosis of motivation for success and fear of failure"; "Diagnosis of the effectiveness of pedagogical communications (modified version of the questionnaire A.A. Leontiev)"; "Diagnosis of acceptance of others (on the Feyana scale)"; "Self-assessment of the level of ontogenetic reflection".

The study was conducted on the basis of Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University. The total number of participants in the experiment was 100 students. At the stage of the ascertaining experiment, diagnostic methods were carried out with students of I, III, IV courses of the educational-scientific institute of social-pedagogical and art education, who study according to the educational programs "Preschool education. Speech Therapy" and "Primary Education. Foreign Language".

Given the global trends in education, in order to ensure the constitutional rights and state guarantees of children with special needs for quality education in a secondary school, today in Ukraine introduced inclusive education, which is one of the conditions for their effective social adaptation and integration into society.

Inclusion is a new philosophy of education, the introduction of its principles into education is not an easy task, which requires a radical restructuring of the educational process and the consciousness of all its participants. But the result of this important work can be not only the expansion of opportunities for education and socialization of children with special needs, but also the recovery of society as a whole (*Super D. E., 1983*).

During the implementation of inclusive education, special attention should be paid to the following aspects: preparation of Ukrainian society for the tolerant perception of children with special needs; interaction with such children and their immediate environment, in order to form in them the appropriate identification; defining the boundaries of the legislative space for the implementation of the educational process within an inclusive society; raising

the professional level of specialists involved in inclusive activities; formation of a positive image of inclusive education.

Our research on this topic allowed us to conclude that the transition to inclusive education, as the most modern form of socio-pedagogical rehabilitation of children with special needs – should be a priority in the development of national education.

Thus, the core of readiness are mental processes and properties. They are the foundation of personality qualities. Qualities and psychological properties of personality, mental characteristics and moral qualities, which are the basis of the future teacher's formation to awareness of the functions of pedagogical work, professional position, optimal ways of working, correlation of their abilities with opportunities – characteristics of psychological readiness.

СЕКЦІЯ 4

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ЕКСПРЕС-ДОСЛІДЖЕННЯ УСПІШНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ В НОВИХ УМОВАХ ПРАЦІ

*І. М. Візнюк**

Розмиті межі професійної підготовки, відсутність достатньої кількості технологій вирішення професійних проблем, невизначеність способів оцінювання персоналу призводить до нерівномірного розподілу праці фахівців, що знижує їх працездатність і прагнення до самоактуалізації. Удосконалення системи стимулювання персоналу в соціальних установах є актуальним, оскільки в соціальному обслуговуванні населення є безліч недоліків. Одним із результативних рішень проблеми може бути раціональне використання кадрового потенціалу. Нині не втратили своєї актуальності такі проблеми в системі соціальної роботи як високий ступінь психологічного виснаження, низька оплачуваність послуг фахівців, важкі умови праці, фізичне навантаження, наслідком чого є плінність кадрів, малодосвідченість молодих фахівців, низький рівень професіоналізму тощо.

Процеси кадрової організації вимагають раціонального й чітко спланованого управління, розробки стимулів для вдосконалення. Точна орга-

* Візнюк І. М., професор кафедри психології та соціальної роботи, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського.

нізація цих процедур підвищує професійні можливості співробітників установи, зменшує число звільнень і підвищує престиж організації. Заробітна плата та інші форми заохочення виконують важливу соціальну і морально-виховну функцію, оскільки співробітники вбачають у них головний критерій справедливості оцінки їх навичок і вмій у подальшій роботі.

Питанням нормативно-правового забезпечення надання соціальних послуг присвячували свої праці такі науковці, як С. Вакуленко, І. Давидюк, О. Лановенко, Н. Рунова, Н. Соколов, Л. Шумна та ін. Проте саме досліджень, присвячених психологічній характеристиці умов та особливостей професійної задіяності соціальних працівників, дуже мало, що й визначає тематичність цієї статті.

Метою статті є обґрунтування стимулюючої системи ефективності праці фахівців соціальної сфери в умовах підвищення їх працездатності.

Експериментальною основою дослідження був Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Опитування проводилося впродовж 2021 року за допомогою використання авторської анкети, інтерв'ювання та методу експертної оцінки. Кількість учасників опитування – 90 осіб.

Професіоналізація соціальної роботи передбачає наявність особливої професійної групи, формування якої в Україні продовжує набирати обертів, це такі дистанційні форми навчання як підвищення кваліфікації, перепідготовка спеціалістів, організація електронного освітнього середовища. Проте нині склалася така ситуація, коли соціальні послуги, що надаються відповідно до чинного законодавства, отримує велика кількість категорій осіб, які цього фактично не потребують. Саме такий стан справ потребує оптимізації державного регулювання індивідуального підходу надання соціальних послуг, виокремлення саме тих осіб, які опинилися в складних життєвих обставинах і потребують сторонньої допомоги.

Соціальний працівник в умовах сьогодення – це медіатор або провідник усіх каналів комунікації між підопічними, які потребують соціальних послуг. Зміни щодо його діяльності можливі за рахунок переорганізації професійної соціальної роботи: потрібні підвищення ефективності використання ресурсів, розширення професії за рахунок включення суміжних областей, розширення спектру соціальних послуг тощо.

Сутність мотивації фахівців соціальної сфери полягає в організації системи потреб персоналу, забезпеченні повного й ефективного використання трудових ресурсів (інструментарію) для швидкого вирішення поставлених соціально-психологічних завдань. Змінити ставлення людей до роботи в законодавчому порядку не можливо, адже це природний довготривалий процес ламання колективних стереотипів і установок. Можливість щодо змін у визначеній ситуації варто вбачати в розвитку супутніх причин їх гальмування. Виходячи з цього, доцільно виділити та розробити способи стимулювання і мотивації трудової діяльності.

Варто виділити матеріальне стимулювання трудової діяльності та нематеріальне стимулювання персоналу. Поставлені проблеми аналізу системи підбору персоналу мають на увазі виділення способів підвищення ефективності роботи всіх співробітників соціальної сфери (*Візнюк І. М., Шахов В. І., Паламарчук О. М., Галузяк В. М. та ін., 2018*). Стимулювання трудової діяльності працівників соціальних установ передбачає створення механізму, при якому активна трудова діяльність, що дає спеціальні, заздалегідь закріплені результати, стає необхідною і достатньою умовою задоволення важливих і соціально обумовлених потреб працівника соціальної установи, формування у нього стимулу праці.

У трудовому законодавстві розмір матеріального заохочення визначається із урахуванням результатів роботи працівника, тривалості його безперервного стажу роботи в установі. Документ про виплату премій затверджується адміністрацією організації й узгоджується із виборним профспілковим органом (якщо він є), а самі вони видаються після підрахунку результатів господарської діяльності. Премія вважається винагородою, у випадку перевиконання працівником плану, відмінністю в організаторських здібностях і вміннях, у підвищеній ініціативності. Зокрема, особисту премію доречно виплачувати один раз на рік, як стимул, інакше вона значитиметься аналогом заробітної плати і позбудеться своєї винятковості. Звідси впливає висновок про те, що преміювання мотивує працівників більше, ніж щомісячні виплати заробітної плати.

Система грошових виплат покликана забезпечити в більшості працівників відповідний рівень доходу за умови якісного виконання своїх обов'язків і точного виконання плану. Задоволеність матері-

альним становищем, його справедливим розподілом стимулює ініціативу, формує у співробітників почуття відповідальності, збільшує кадровий склад закладу.

Нематеріальне стимулювання персоналу відображає позитивний настрій колективу, його усталеність норм виробництва, успішність та ефективність праці. Нематеріальні пільги можуть мати важливе значення в просуванні співробітників по кар'єрних сходах, у формуванні ставлення співробітника до організації. У багатьох випадках такі пільги ефективніше матеріальних. Люди вважають за краще працювати на роботодавця, який піклується про службовців.

Одним з головних чинників є стимулювання працівників вільним часом. Його конкретними складовими є скорочений робочий день або тривала відпустка; ковзний або гнучкий графік, які роблять режим роботи більш зручним для людини, що дозволяє займатися іншими справами; надання відгулів за перевиконання плану, що поки не отримало на сьогоднішньому ринку праці потрібного поширення.

Морально-психологічні методи стимулювання будуть містити в собі такі основні компоненти як створення умов, за яких працівники відчували б професійну гордість за те, що краще за інших можуть впоратися з поставленими перед ними завданнями, причетність до них, власну відповідальність за їх результати. Присутність виклику, суперництва, забезпечення можливостей кожному на своєму робочому місці показати свої найкращі якості, виразити себе в праці, в її результатах, мати докази того, що він може зробити важливі для компанії дії. Наприклад, працівники, що відзначилися, отримують право підписувати документи, у розробці яких вони брали участь, що дає їм можливість відчувати свою значимість.

У відповідності з Трудовим Кодексом зразкове виконання трудових обов'язків, підвищення продуктивності праці, тривала і бездоганна робота, новаторство в праці та інші досягнення винагороджуються оголошенням подяки, цінним подарунком, почесною грамотою, занесення в Книгу пошани і на Дошку пошани. Правилами внутрішнього розпорядку можуть бути передбачені й інші заохочення, наприклад, почесні звання своєї організації.

За особливі трудові заслуги працівників представляють до заохочення, нагородження орденами і медалями, почесними грамо-

тами, нагрудними знаками, присвоєння почесних звань і кращих за даною професією.

Важливо відзначити те, що морально стимулює так само атмосфера взаємної поваги, довіри, заохочення розумного ризику і терпимості до помилок і невдач; уважне ставлення з боку керівництва і колег по роботі.

Отож у будь-якій установі важливе організаційне стимулювання. Воно включає в себе, перш за все, залучення працівників до участі в організаційному процесі, яке передбачає їх значимість, вони мають право голосу при вирішенні низки проблем, зокрема, соціального характеру. Важливу роль відіграє стимулювання персоналу до придбання нових знань і умінь, що робить працівників більш незалежними, самостійними, що надає їм упевненість у майбутньому. Стимулювання накопиченням змісту праці полягає у віддачі співробітникам більш повної, важливої, цікавої, особистісно-значущої роботи, що відповідає їх інтересам та здібностям, а в перспективі на майбутнє – кар'єрний ріст, що дозволяє проявити власні творчі здібності, здійснювати контроль над ресурсами й умовами особистісної праці, можливість бути лідером.

Для успішного соціального розвитку суспільства уже в умовах сьогодення необхідно зосередити увагу на вирішенні проблем забезпечення соціальних гарантій, соціального захисту, створення умов для соціальної адаптації у безпосередньому життєвому полі дітей та учнівської молоді: сім'ї, соціальному оточенні, громаді. Домінанту сучасної соціально-педагогічної парадигми складає інтеграція зусиль, засобів і можливостей різних державних та неурядових організацій на всіх рівнях, в тому числі й на рівні територіальної громади, з метою проведення соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю, залучення самих суб'єктів до вирішення власних проблем, сприяння їх активній участі в суспільному житті, що й лежить в основі подальших перспектив.

ОРГАНІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ З ДІТЬМИ ТА МОЛОДДЮ У ТЕРИТОРІАЛЬНІЙ ГРОМАДІ

*С. С. Долинний**

Вдосконалення професійності роботи соціальних служб України передбачає наявність сформованих особливо професійно підготовлених фахівців, підготовка яких нині є досить актуальною в потребі їх компетентнісного використання у сфері послуг. Значною мірою в їх підготовку нині включають дистанційні форми навчання такі як: онлайн курси підвищення кваліфікації, перепідготовка спеціалістів дотичних галузей. Проблема організації електронного освітнього простору для простішого та кращого доступу до освітніх курсів займає, у даному переліку, одне з ключових місць.

Сучасний соціальний працівник повинен виконувати функцію медіатора, так званого провідника всіх існуючих каналів комунікації між державою та особами, які потребують соціальної опіки та підтримки. У фаховій соціальній роботі нині відбуваються кардинальні зрушення, а саме в цілях і змісті ґрунтовної діяльності щодо професійного надання соціальних послуг. Існує значна потреба в підвищенні ефективності використання компетентних ресурсів, охоплення професії соціального працівника за рахунок підключення фахівців із суміжних областей, покращення якості та охоплення всіх, потребуючих, категорій соціальних послуг.

Проблемою організації соціальної, педагогічної, психологічної роботи з різними прошарками населення займалися такі науковці як Н. Бондаренко, І. Грига, Н. Соколов, І. Візнюк, О. Паламарчук та ін. Однак проблема соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальних громадах залишається маловивченою і потребує більш детального дослідження.

Метою статті є дослідження організації соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальній громаді.

* Долинний С. С., асистент кафедри психології та соціальної роботи, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського.

Експериментальною базою дослідження були соціальні працівники Джуринської територіальної громади. Соціально-психологічне анкетування та інтерв'ювання проводилося впродовж 2021 року за допомогою використання авторської методики щодо вивчення основних потреб життєзабезпечення досліджуваної групи осіб. Кількість учасників, що входили у вибірку становила – 50 осіб.

В результаті впливу складних соціально-економічних умов у суспільстві ітенсивно зростає попит на соціальні послуги, особливо серед вразливих незахищених верств населення. Виникає питання щодо докорінної реформи в сфері соціально-педагогічних послуг, яка повинна відбуватися на основі аналізу фактичних недоліків та переваг вже існуючої системи, головним чином у визначенні проблемних ланок ефективності уже наявних досягнутих результатів. Основою надання соціальних послуг має слугувати психологічна допомога особистості, що потрапила у складну життєву ситуацію. Надзвичайно актуальним є отримання актуальних емпіричних даних саме від отримувачів соціальних послуг, серед яких є діти та молодь у новоствореній територіальній громаді.

Кардинальність змін за останні десятиліття в ключових сферах існування молоді не дають можливості точно визначити роль і місце молоді в житті соціуму. Діти як особлива соціально-демографічна група, що характеризується активністю та ініціативністю, знаходяться на початку шляху соціальної адаптації та пошуку свого місця в житті щодо формування ціннісних орієнтацій. Має місце соціально-психологічна невизначеність молоді, в результаті чого основною метою роботи соціального працівника є допомога молодій людині в перспективі підвищення її статусу активного суб'єкта суспільного життя (*Візнюк І. М., 2021*).

Молодь, в силу негативного соціального впливу та нестабільного психологічного характеру, в першу чергу, може стати жертвою соціалізації, не зумівши перебороти труднощі життєвих ситуацій. Процес соціалізації характеризується такими проблемами як недостатнє працевзабезпечення, збільшення вживання алкогольних і наркотичних продуктів, наслідування злочинної поведінки тощо. В цих надскладних умовах розвитку особистості правильна фахова та чітко злагоджена робота соціального працівника з молоддю в сфері суспільної діяльності набуває особливої актуальності.

Для координації і вироблення основних напрямків молодіжної роботи необхідно вдосконалювати структуру управління молодіж-ною роботою від державного до муніципального рівня.

Рівень місцевого самоврядування має розглядатися всіма суб'єк-тами соціальної роботи з молоддю в якості основного для її здійснен-ня. Саме на цьому рівні відбувається безпосередня взаємодія її ос-новних суб'єктів (покровителів) і самої молоді. На муніципальному рівні має бути створена сучасна інфраструктура соціальної роботи з молоддю, система координації і взаємодії громадських об'єднань, а також організацій і служб, що беруть участь у формуванні та здійс-ненні соціальної роботи з приводу її підтримки (*Візнюк І. М., 2021*).

В основі соціального забезпечення й покровительства молоді відзначимо такі організаційно-управлінські принципи, які орієнто-вані на практичне втілення соціально-політичних принципів у сфері послуг:

- принцип територіальності (розташування закладів і надан-ня ними соціальних послуг дітям і молоді);
- принцип максимізації ресурсів місцевої громади (визна-чення пріоритетних соціальних проблем дітей та молоді місцевої громади з метою їх відповідного фінансування та утримання);
- принцип активізації мешканців громади (залучення різних представників громади в інтересах дітей і учнівської моло-ді щодо створення ініціативних груп, координаційних рад, громадських комісій тощо);
- вивчення якісних параметрів життєдіяльності дітей та уч-нівської молоді як соціальних груп місцевої громади (орга-нізація та проведення соціально-психологічних досліджень з метою визначення особливостей життєдіяльності, пріори-тетних проблем та потреб дітей та учнівської молоді в кож-ній громаді);
- оптимальне врахування інтересів, потреб, можливостей та проблем дітей та молоді в соціокультурній адаптації та са-мореалізації в умовах громади (організація соціально-пе-дагогічної роботи на основі запитів і можливостей дітей та молоді місцевої громади);

- принцип міжвідомчої взаємодії (координація зусиль різних організацій, що функціонують у територіальній громаді та вирішують близькі за змістом соціально-педагогічні завдання в інтересах дітей і молоді);
- принцип партнерства (включення в соціально-педагогічну роботу представників різних організацій, соціальних та професійних груп, які можуть сприяти вирішенню соціальних проблем дітей і учнівської молоді місцевої громади) тощо.

Комплексне поєднання всіх цих компонентів є передумовою ефективності соціально-педагогічної роботи з дітьми та учнівською молоддю у територіальній громаді. Спрямування територіальної громади з позицій сервісного підходу, обумовлює необхідність детальної характеристики соціальних послуг, які надаються в них дітям та учнівській молоді, що відображено в перспективі подальших досліджень.

Таким чином, організація соціально-педагогічної роботи з дітьми та молоддю у територіальній громаді – це специфічний вид професійної діяльності, спрямований на покращення якості життя молодих людей щодо надання допомоги і підтримки в кризових ситуаціях. Соціальна робота з повинна будуватися в основному на стимулюванні активності самих молодих людей та дітей, створенні умов для допомоги вирішення проблем, що стоять в процесі соціалізації. Молодь потребує адресної і системної інвестиційної політики, котра передбачатиме вкладення ресурсів у молодь через соціальні організації й стимулювання до праці. Прийняття нових підходів до соціальної роботи з молоддю для забезпечення її результативності повинні носити системний, довгостроковий і стабільний характер.

ОСОБЛИВОСТІ ВИЯВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ПОВЕДІНЦІ ТА ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

О. І. Колесник*

В сучасній психології вивчення професійної діяльності людини займає одне з центральних місць. Об'єктивні особливості змісту та умов професійної діяльності військовослужбовців зумовлюють її стресовий вплив на психічний стан, спричиняють розвиток у них професійного (емоційного, психічного) вигорання (Гузенко І., 2017). Феномен «емоційного вигорання» військовослужбовців по теперішній час залишається недостатньо дослідженим у науковій літературі. Так, нема одностайної думки щодо рівнів індексу психічного «вигорання» та рівнів деперсоналізації у військовослужбовців, механізму редукції особистих досягнень, власне стадії та симптомів емоційного вигорання (Пріб Г. А., 2019). Тому дослідження емоційного вигорання військовослужбовців в особливих умовах функціонування Збройних Сил України є актуальним та практично значимим.

Професія військовослужбовця нерідко буває нестабільною, а швидкої і простої процедури припинення службових відносин, як в цивільних організаціях, фактично не існує. І тоді, при сформованих несприятливих умовах роботи для індивіда починається процес зміни його особистісних якостей. У таких випадках при проведенні психологічної діагностики можуть відзначатися низькі показники нервово-психічної стійкості і вольової регуляції поведінки, а також високі показники емоційного вигорання.

Мета – теоретико-емпіричним шляхом встановити психологічні особливості прояву емоційного вигорання у військовослужбовців.

З метою вирішення поставленої мети ми використовували: теоретичні методи (проблемно-логічний метод, індукція, абстрагування, узагальнення, систематизація), метод психологічної діагностики та метод математичної обробки даних (описова статистика). Метод психологіч-

* Колесник О. І., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

ної діагностики містив: методику «Діагностика професійного вигорання» (К. Маслач та С. Джексон), методику «Визначення психічного вигорання» О. О. Рукавішнікова.

У проведеному дослідженні прийняли участь 26 осіб рядового, сержантського та офіцерського складу Збройних Сил України. Переважну більшість респондентів склали військовослужбовці з вищою освітою (83%), 90% досліджуваних перебувають у шлюбних відносинах. Вікова категорія респондентів від 26 до 51 року.

З метою дослідження психологічних особливостей прояву емоційного вигорання у військовослужбовців нами були застосовані наступні методики дослідження.

За допомогою методики К. Маслач та С. Джексон в адаптації Н. Є. Водоп'янової ми мали змогу зрозуміти поточний стан респондента щодо його емоційного виснаження, деперсоналізації та редукції особистих досягнень. Результати дослідження військовослужбовців щодо рівнів сформованості компонентів емоційного вигорання представлені на Рис. 1.

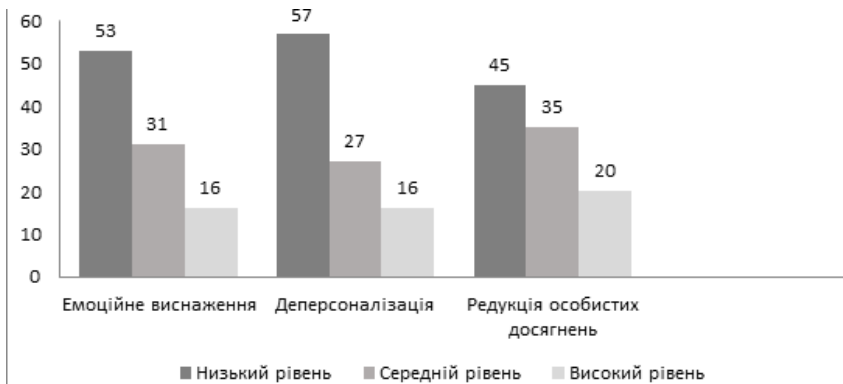


Рис. 1. Рівні сформованості компонентів емоційного вигорання у військовослужбовців за методикою К. Маслач та С. Джексон

Варто зазначити, що найбільш вираженою ознакою для досліджуваних є «редукція особистих досягнень». У військовослужбовців було виявлено такі результати: 45% мають низькі результати, 20% – високі результати та ще 35% – середні результати. Даний показник характеризується позитивним ставленням до роботи, товаришів по службі, отриманням задоволення від професійної діяльності. Отож,

у тих, в кого дана характеристика має високий рівень, може спостерігатися зниження почуття компетентності у своїй роботі, виникнення почуття провини за власні негативні прояви або почуття, незадоволення собою, негативне ставлення до себе та службової діяльності, поява почуття власної неспроможності, байдужості до роботи. Не виключене зниження рівня мотивації до роботи, що виявляється у зменшенні ентузіазму й ініціативності.

Рівень «емоційного виснаження» у військовослужбовців має такі показники: 53% - низький рівень, 31% - середній рівень, 16% - високий рівень. Наявність високого рівня даного показника свідчить про втому, розчарування в професійній діяльності, прояв негативних емоцій, незадоволеність, бажання абстрагуватися та втекти від дійсності.

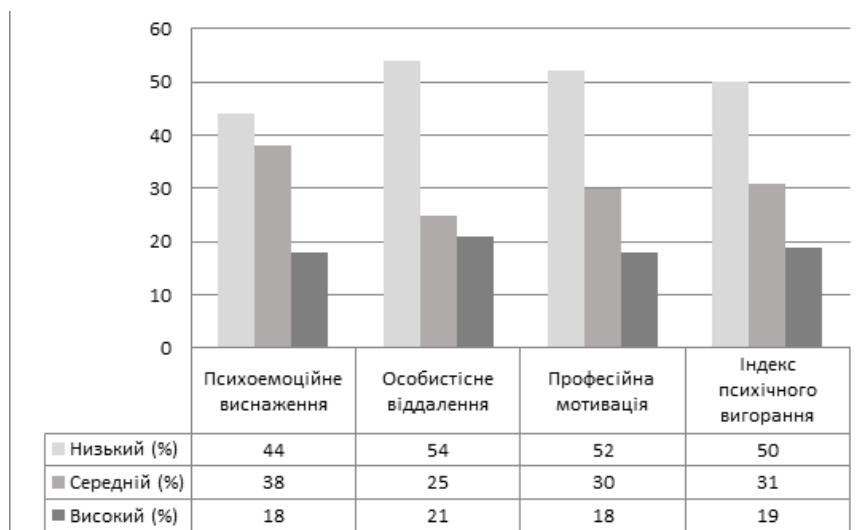


Рис. 2. Рівні сформованості симптомів психічного вигорання у військовослужбовців за методикою О. О. Рукавішнікова.

Показник «деперсоналізація» має більш позитивну тенденцію: 57% досліджуваних мають низький рівень, 27% - середній, 16% - високий рівень. Деперсоналізація виявляється у схильності негативно оцінювати свої професійні досягнення, недооцінюванні себе та власних успіхів, негативному ставленні до роботи та можливих перспектив, формальності контактів із колегами на роботі тощо.

Методика «Визначення психічного вигорання» (О. О. Рукавішніков) дозволила нам дослідити прояв психічного вигорання за такими показниками: психоемоційне виснаження, особистісне віддалення, професійна мотивація. Результати дослідження були поділені на три рівні: високий, середній, низький (рис. 2).

Аналіз отриманих результатів засвідчив, що у кожного військовослужбовця прослідковуються певні симптоми психічного вигорання.

Найбільш високі показники отримані по шкалі «особистісне віддалення»: 21% досліджуваних мають високий рівень сформованості даного симптому психічного вигорання, 25% - середній, 52% - низький рівень. Внаслідок цього респонденти здатні до зменшення кількості соціальних контактів, підвищеної дратівливості, емоційної нестійкості. В професійній діяльності військовослужбовця наявність даного симптому проявляється як небажання працювати, байдужість до кар'єрного зростання.

Симптом «професійна мотивація» має більш позитивні показники: 18% військовослужбовців характеризує високий рівень сформованості симптому, 30% - середній, 54% - низький рівень. Рівень даного симптому свідчить про наявність мотивації та ентузіазму, тобто продуктивності праці, позитивного ставлення, оптимізму та оцінки отриманих результатів. Чим вищий показник сформованості даного симптому, тим більш присутня незадоволеність професійною діяльністю, заниженою самооцінкою, незадоволеність результатами роботи, зниження ефективності та продуктивності.

Симптом «психоемоційне виснаження» у респондентів має такі показники: високий рівень характерний для 18% досліджуваних, 38% військовослужбовців мають середній рівень, і 44% - низький рівень прояву даного симптому. Отож, у військовослужбовців з наявним симптомом «психоемоційне виснаження» може спостерігатися хронічна фізична та емоційна втомленість, байдужість, дратівливість. У професійній діяльності проявляється як відсутність бажання працювати на результат, мінімізація контактів з товаришами по службі.

Проведене дослідження вказує на специфіку діяльності, що здійснюється під час виконання обов'язків військовослужбовцями Збройних Сил України. Висока напруженість, небезпека для здоров'я

під час службових відряджень в зону бойових дій, ризик, обмеженість ресурсів та психічна нестабільність роботи передбачає наявність у військових сформованих механізмів реагування на вищеперелічені чинники. Вирішення питань, пов'язаних із негативним впливом службової діяльності на емоційний стан військовослужбовців під час виконання професійних обов'язків, потребує пошуку дієвих засобів, що допоможуть зберегти психологічне здоров'я особового складу і своєчасно запобігти проявам емоційного вигорання.

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ

*С. В. Овчарук**

Нині Україна стала на шлях серйозних реформ, що докорінно змінюють пріоритети в державній політиці. Особливої актуальності набуває професійна діяльність державних службовців як складник розвитку державної служби, від якої залежить не лише формування довіри громадян до владних інститутів, а й якісно новий рівень відповідальності держави перед громадянами щодо реалізації їхніх інтересів. Важливим елементом ефективності державної служби є попередження розвитку професійної деформації державних службовців, що відбувається під впливом сучасних соціально-економічних, психологічних умов їхньої праці. Особливості підготовки державних службовців, удосконалення змісту і методів підготовки кадрів висвітлені у працях Г. Атаманчука, В. Бодрова, В. Загорського, А. Колодій, А. Ліпенцева, А. Лобанова, В. Нанівської, П. Надолішнього, А. Наумова, А. Пригожина, А. Тофлера, П. Шевчука та інших.

Об'єктом дослідження є психологічні детермінанти професійної деформації держслужбовців.

* Овчарук С. В., здобувач спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

Предметом дослідження є подолання професійної деформації та профілактика виникнення ознак деформації особистості у працівників державної сфери.

Метою роботи є дослідження психологічних детермінант професійної деформації держслужбовців, визначення психологічних проблем в професійній діяльності державних службовців, та розробка методологічних підходів до діагностування професійних деструкцій державного службовця й пошук шляхів їх усунення.

ОПИС ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ МЕТОДИК.

1. **Опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій»** – SACS (С. Хобфолл). Дана методика дозволяє виміряти основні копінг-стратегії, за допомогою яких людина справляється зі стресовою ситуацією. Згідно з теоретичною концепцією С.Хобфолла, копінг є стійкою тенденцією, стратегією поведінки. Автор виокремлює активні та пасивні копінги, просоціальні та антисоціальні, прямі та опосередковані.

Методика містить 54 запитання, що стосуються поведінки людини в різних ситуаціях. Досліджуваний повинен їх оцінити за шкалою від 1 до 5.

Методика дозволяє діагностувати такі шкали: 1) асертивні дії; 2) вступ в соціальний контакт; 3) пошук соціальної підтримки; 4) обережні дії; 5) імпульсивні дії; 6) уникнення; 7) маніпулятивні (непрямі) дії; 8) асоціальні дії; 9) агресивні дії.

2. **«Діагностика рівня емоційного вигорання» В. В. Бойка**. Дана методика була розроблена В.В. Бойком на основі теоретичної концепції розвитку стресу та його стадій. Як вказує автор методики, емоційне вигорання проходить три стадії розвитку: напруження, резистенція та виснаження. Кожна з цих стадій має характерні 4 симптоми, одні з них можуть бути більш вираженими – інші – менше чи взагалі не сформуватися. Тест містить 84 питання, на які респонденти мають відповісти Так чи Ні. Аналіз результатів за методикою дозволяє встановити, яка фаза емоційного вигорання сформована, а яка знаходиться в стадії формування чи взагалі відсутня. А також можна діагностувати домінуючі симптоми в кожній фазі емоційного вигорання.

3. **Тест «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса**. Методика «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса призначена для діагностики копінгів, тобто способів

подолання труднощів у різних сферах психічної діяльності. Вона була стандартизована та валідизована Крюковою Т. Л. та Куфтяк Е. В. на вибірці з 1600 випробуваних - як психічно здорових, так і хворих. На думку автора, людина повинна прикладати зусилля, щоб впоратися зі складною життєвою ситуацією і для цього вона може або долати труднощі, або їх уникати чи ігнорувати, або ж терпіти їх негативний вплив. І в залежності від власних індивідуальних особливостей індивід буде застосовувати ті чи інші копінг-стратегії. Ми можемо або намагатися змінити ситуацію, або пристосуватися до неї, якщо змінити не в наших силах. Методика складається з 50 запитань, кожне з яких описує ту чи іншу поведінку в складній ситуації. Респондент має вказати, як часто він застосовує цю манеру поведінки: від 0 (ніколи) до 3 (часто).

Опитувальник містить в собі наступні шкали: конфронтація, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, стратегія втечі-уникнення, планування вирішення проблеми та позитивної переоцінки. Кожна зі шкал може бути виражена на наступних рівнях: адаптивному, адаптаційному пограничному та дезадаптивному.

4. Методика PSM-25 (психологічний стрес). Методика PSM-25 або Шкала PSM-25 Лемура-Тесьє-Філліон (LemyrTessier-Fillion) призначена для діагностики психологічного стресу. На відміну від багатьох інших методик, що діагностують швидше фізіологічні та патологічні (граничні) прояви стресу, цей тест націлений на психологічний аспект переживання стресового стану, на психічну напругу.

Адаптація тесту та його переклад здійснена Н.Водопьяновою на вибірці вчителів, студентів та комерційного персоналу, в кількості 500 осіб. Методика призначена для респондентів віком від 18 до 35 років. Автор наводить дані про достатньо високу надійність та валідність адаптованої методики. Респондентам пропонується оцінити твердження, що описують психічний стан, за 8-бальною шкалою (від 1 – ніколи до 8 – постійно). В результаті можна отримати більше 155 балів, що означатиме високий рівень стресу, від 154 до 100 балів – середній, менше 100 балів – низький.

5. Методика визначення стресостійкості й соціальної адаптації Холмса й Раге. Методика була розроблена американськими вченими, Холмсом та Раге, які проаналізували вплив стресу на виникнення соматичних захворювань. Автори проаналізували історії життя та хвороб

5 тисяч осіб і встановили, що перед захворюванням більшість людей переживали серйозні потрясіння, причому як радісні, так і сумні. Сама методика являє собою перелік стресогенних подій, кожна з яких автори оцінили в певну кількість балів. Респонденту пропонується позначити ті події, які відбулися в його житті протягом останнього року, причому, якщо подія відбувалася двічі, треба її рахувати так само два рази. Підраховується сума балів за всі події. Якщо вона становить менше 150 балів – це вказує на досить високу стресостійкість; 150-199 – середню; 200-299 – погранична, а 300 та більше – низька, яка вказує на високу вірогідність соматичних та психічних захворювань.

Виходячи із сказаного, стає очевидною необхідність своєчасної зовнішньої підтримки, яка б зміцнювала особистісні ресурси, сприяла соціально адаптивному, ефективному функціонуванню працівників в професійній діяльності.

Тому виникає необхідність вивчати не лише психосоціальні і особистісні чинники професійної адаптації і професійної працездатності працівників державної служби, але і реалізовувати в рамках психологічних служб практично орієнтовані програми, які націлені на збереження і активізацію компенсаторних, захисних, регуляторних механізмів, що забезпечують працездатність, ефективність і розвиток особистості держслужбовця.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПРОГРАМІСТІВ

П. Ю. Рум'янцева

*Професія програміста пов'язана з постійним оперуванням абстрактними поняттями, створенням нових рішень та алгоритмів для вирішення задач. ІТ спеціалісти користуються аналітичним мисленням для ефективної роботи. Також паралельно з трудовою діяльністю програмісту потрібно постійно розвиватись та отримувати нову ін-

* Рум'янцева П. Ю., здобувачка спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса (Україна).

формацію, саме тому робочий день триває всі 24 години. Людина такої спеціалізації схильна до швидкого професійного вигорання та, як наслідок до професійної деформації. Нами було проведено емпіричне дослідження і ми отримали наступні результати:

За методикою діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойко маємо розподіл досліджуваних за трьома фазами емоційного вигорання: напруження, резистенція, виснаження.

Стан досліджуваних, які за результатами мають більшу кількість балів у фазі «напруження», проявляється у переживанні психотравмуючих обставин, незадоволеністю собою, «загнаність у кут», тривога і депресія. У такому стані знаходиться 66% досліджуваних. У фазі «резистенції» за результатами 34% досліджуваних і їхній стан характеризується такими симптомами: неадекватне вибіркоче емоційне реагування, емоційно-моральна дезорієнтація, розширення сфери економії емоцій, редукція професійних обов'язків. Особливо вираженим є показник неадекватне вибіркоче емоційне реагування. За загальними результатами до третьої фази «виснаження» досліджувані не набрали відповідну кількість балів. Стан осіб, які знаходяться на цій стадії емоційного вигорання обумовлений емоційним дефіцитом, емоційним відчуженням, особистісним відчуженням (деперсоналізацією), психосоматичними та психовегетативними порушеннями. Але варто відзначити, що у фазі «виснаження» у досліджуваних домінував такий показник як емоційне відчуження.

Загальні результати середніх балів симптомів досліджуваних представлені на *рис. 1*.

На діаграмі можна побачити, що сформованими є такі симптоми: незадоволеність собою, що відноситься до фази «напруження» та неадекватне вибіркоче емоційне реагування – фаза «резистенції». На етапі формування такі симптоми як: «загнаність у кут», тривога і депресія, емоційно-моральна дезорієнтація, емоційне відчуження. Вважаємо, що на несформовані результати можемо не звертати уваги, так як вони не діагностують ризик переходу на наступну стадію емоційного вигорання.

У підсумку можемо зазначити, що незадоволеність собою та неадекватне вибіркоче емоційне реагування формують такі симптоми: «загнаність у кут», тривога і депресія, емоційне відчуження. Що однозначно має вплив на ефективність та якість соціальної взаємодії та самооцінку працівників, що призводить до конфліктів та непорозумінь.

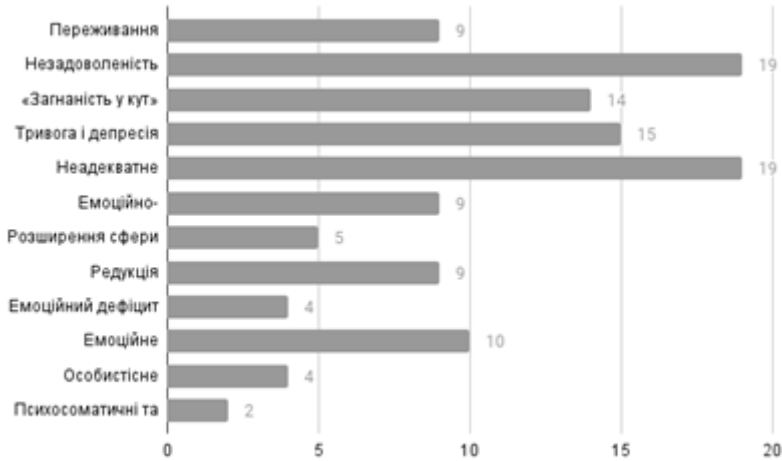


Рис. 1. Середні показники результатів прояву симптомів у досліджуваних.

Відповідно до опитувальника вигорання Маслач, який має бланк запитань для інженерно-технічних працівників, отримали наступні результати (див. табл.1).

Таблиця 1
Розподіл результатів за шкалами професійного вигорання

Шкала	Рівень вираженості	Кількість досліджуваних (у відсотках)
Емоційне виснаження	Низький	50%
	Середній	41%
	високий	9%
Деперсоналізація	Низький	74%
	Середній	21%
	Високий	5%
Редукція особистих досягнень	Низький	21%
	Середній	66%
		13%

Результати вказують на те, що більш вираженою проблемою є редукція особистісних досягнень, досліджувані мають низький рівень оптимізму та оцінку своєї професійної діяльності, також в такому стані складно вирішувати виникаючі проблеми.

Підсумувавши результати шкал, ми визначили загальний показник рівнів професійного вигорання. Маємо наступні показники: високий рівень вигорання – 13%, більшу частину займають працівники зі стажем роботи від 3 і до 5 років; середній рівень – у 41% і більшість мають стаж роботи від 1 до 3 років; низький рівень вигорання мають спеціалісти, які працюють більше 5-6 років.

У підсумку можна зазначити, що у осіб зі стажем роботи від 3 до 5 років виражений високий рівень вигорання, який характеризується такими факторами: емоційне виснаження та редукція особистих досягнень. У осіб з стажем роботи від 1 року і до 3 років також вираженою є редукція особистих досягнень та емоційне виснаження, що може бути зумовленим недостатнім досвідом та наднормовою роботою. А у досліджуваних з низьким рівнем професійного вигорання спостерігається середня вираженість редукції особистих досягнень, а всі інші шкали на низькому рівні.

За результатами опитувальника «Шкала суб'єктивного благополуччя» (М. В. Соколова), який оцінює емоційний компонент суб'єктивного благополуччя людини в діапазоні від оптимізму, бадьорості і впевненості в собі до пригніченості, дратівливості і відчуття самотності, маємо наступні показники загального рівня благополуччя. 63% респондентів оцінили свій стан до високого рівня благополуччя за такими шкалами: напруженість і чутливість, психоемоційна симптоматика, зміни настрою, значимість соціального оточення, самооцінка здоров'я, задоволеність повсякденною діяльністю. 33% респондентів потрапили до середнього рівня через такі показники шкал: низькі показники шкал зміни настрою та задоволеністю повсякденною діяльністю. Група з низьким рівнем оцінки благополуччя характеризується високим рівнем шкали напруженість і чутливість, низькою оцінкою здоров'я, частою зміною настрою та залежністю від соціального оточення.

Опитувальник психологічних захистів (Індекс життєвого стилю, розроблений Р. Плутчик) був обраний для виявлення дезадапто-

ваних особистостей, так як люди з професійною деформацією мають схильність до застосування більшої кількості захисних механізмів. Ми порівняли опитувальник психологічних захистів з показниками рівня професійного вигорання. Нами не була встановлена залежність між особливістю вибору захисних механізмів та рівнем професійного вигорання, але встановлений зв'язок між рівнем професійного вигорання та кількістю захисних механізмів. У респондентів з високим рівнем професійного вигорання кількість захисних механізмів більша ніж у тих, в кого рівень професійного вигорання низький.

Методика визначення типу особистості і ймовірності особистісних розладів (Олдхем-Морріс) була обрана для визначення типу особистості та її акцентуацій. Очевидно, що досліджувані мають різні комбінації типів акцентуацій, але нам вдалось встановити деякі закономірності. Було встановлено, що серед досліджуваних групи з низьким рівнем професійного вигорання частіше зустрічається відданий та чуттєвий типи особистості. Серед групи досліджуваних з середнім рівнем професійного вигорання більше балів мають добросовісний та пильнуючий тип особистості. Серед групи досліджуваних з високим рівнем професійного вигорання частіше зустрічається самовпевнений та альтруїстичний типи особистості.

Таким чином, у процесі емпіричного дослідження було встановлено, що рівень емоційного та професійного вигорання детермінує суб'єктивне благополуччя. Виявлено, що високий рівень вигорання – 13%, більшу частину займають працівники зі стажем роботи від 3 і до 5 років; середній рівень – у 41% і більшість мають стаж роботи від 1 до 3 років; низький рівень вигорання мають спеціалісти, які працюють більше 5-6 років. Можемо зазначити, що у осіб зі стажем роботи від 3 до 5 років виражений високий рівень вигорання, який характеризується такими факторами: емоційне виснаження та редукція особистих досягнень. У осіб з стажем роботи від 1 року і до 3 років також вираженою є редукція особистих досягнень та емоційне виснаження, що може бути зумовленим недостатнім досвідом та наднормовою роботою. А у досліджуваних з низьким рівнем професійного вигорання спостерігається середня вираженість редукції особистих досягнень, а всі інші шкали на низькому рівні. Нами був встановлений зв'язок між рівнем професійного вигорання та кіль-

кість захисних механізмів. У респондентів з високим рівнем професійного вигорання кількість захисних механізмів більша ніж у тих, в кого рівень професійного вигорання низький. Було встановлено, що серед досліджуваних групи з низьким рівнем професійного вигорання частіше зустрічається відданий та чуттєвий типи особистості, у групи середнього рівня професійного вигорання – добросовісний та пильнуючий тип особистості, у досліджуваних з високим рівнем професійного вигорання частіше зустрічається самовпевнений та альтруїстичний типи особистості.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

*Т.О. Шевчук **

Діяльність педагога має ряд специфічних особливостей, що дають можливість віднести її до потенційно афектогенних. Високий рівень психічної напруженості праці педагогів обумовлюється її специфікою - особливостями основних трьох структурних компонентів: особистості педагога, педагогічного спілкування, педагогічної діяльності. В процесі діяльності більшість педагогів проходить певні «кризи» емоційного становлення. Широке поширення дистанційних форм навчання сьогодні спричинене пандемією коронавірусної хвороби може бути каталізатором емоційного вигорання у вчителів. Тому доцільно дослідити вплив дистанційного навчання на такий феномен як емоційне вигорання у вчителів.

В.В. Бойко розглядає емоційне вигорання з позиції теорії стресу і загального адаптаційного синдрому. Відповідно до його визначення, емоційне вигорання – вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі часткового або повного виключення

* Шевчук Т. О., здобувач спеціальності «Психологія», Донецький національний університет імені Василя Стуса.

емоцій у відповідь на психотравмуючі впливи. Глибинний розгляд проблеми (в екзистенційному контексті) належить Н. В. Гришиній, Е. В. Єрмаковій і ін. В основі лежать роботи таких відомих учених, як Л. С. Виготський, А. А. Ухтомський, Д. А. Леонтьєв. Автори розглядають емоційного вигорання у вигляді порушення ціннісно-сислової сфери людини.

Щодо дистанційного навчання існує думка (Л. Пироженко), що реалізація такого формату навчання можлива в сфері професійної підготовки та підвищення кваліфікації, вищої освіти і старшої школи, причому при поглибленому вивченні ряду дисциплін, проте не зовсім ефективна для учнів початкової школи.

Серед важливих недоліків дистанційної форми освіти в Україні варто також виділити недостатній безпосередній контакт між вчителем та школярем через надзвичайну професійну завантаженість вітчизняних педагогів. Як показує зарубіжний досвід, учні можуть отримувати відповіді на свої листи вже через кілька годин, оскільки педагогів в країнах зі значним досвідом впровадження дистанційної освіти набагато більше, ніж учнів. На жаль, в Україні склалася протилежна ситуація - бажаючих отримати дистанційну освіту у нас багато, а досвідчених педагогів, знайомих з новітніми технологіями дистанційного спілкування, обмаль (*Лєфтеров В., 2020*)

У зв'язку з вище сказаним нами було проведене емпіричне дослідження за декількома методиками, а саме «Опитувальник вигорання» К. Маслач під час дистанційного навчання (*Маслач К., 2015*) та методика В. Бойка «Діагностика емоційних бар'єрів у спілкуванні» (Бойко В., 2005).

Дослідження проводилось на базі Іллінецької загальноосвітньої школи I-III ступенів №1 м. Іллінці. Вибірку склали 20 педагогів. Щодо гендерних особливостей респондентів, то 60% з них – жінки, а 40% - чоловіки. Середній вік - 45 років.

Розглянемо результати досліджень детальніше.

За методикою «Опитувальник вигорання» К. Маслач під час дистанційного навчання в досліджуваних зафіксовано наступні показники рівня емоційного виснаження: у 10% досліджуваних зафіксовано низький рівень емоційного виснаження; 40% опитаних продемонстрували середній рівень емоційного виснаження, а високий

рівень зафіксовано у 50% педагогів. Отримані результати представлені на *рис. 1.1*

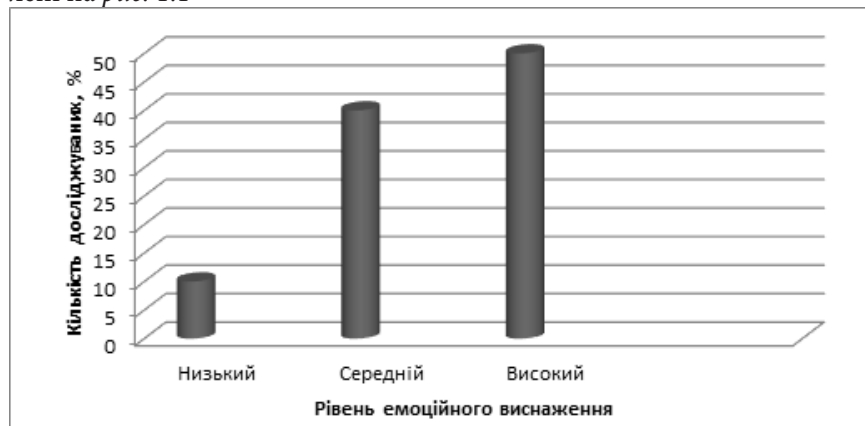


Рис. 1. Рівень емоційного виснаження в педагогів.

Наступним показником є рівень деперсоналізації. Так, в 25% досліджуваних зафіксовано низький рівень деперсоналізації, в 30% досліджуваних виявлено середній рівень. Високий рівень деперсоналізації продемонстрували 45% досліджуваних. Отримані результати представлені на *рис. 1.2*.

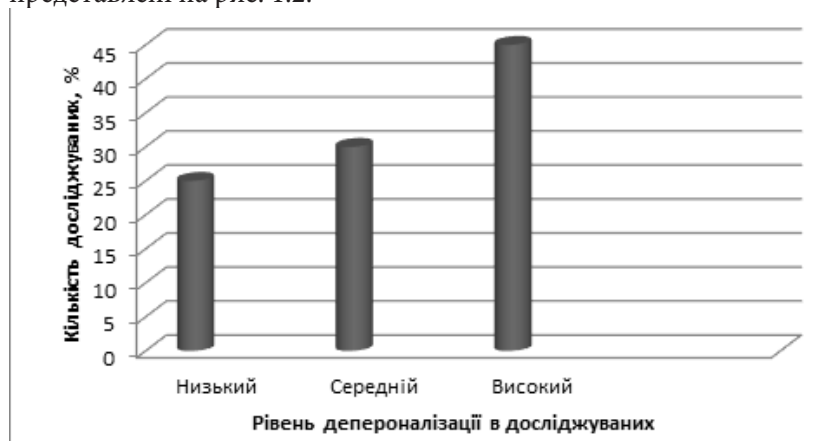


Рис. 2. Рівень деперсоналізації в педагогів.

Отже, показники деперсоналізації також підвищилися, біль-

шість опитаних педагогів мають високий та середній показники цього параметру емоційного вигорання.

Розглянемо результати досліджуваних щодо показників рівня редукції професійних досягнень. Так, 20% досліджуваних продемонстрували низький рівень редукції професійних досягнень. У 40% досліджуваних виявлено середній рівень редукції професійних досягнень. Високий рівень зафіксовано у 40% респондентів. Отримані результати представлені на *рис. 1.3*.

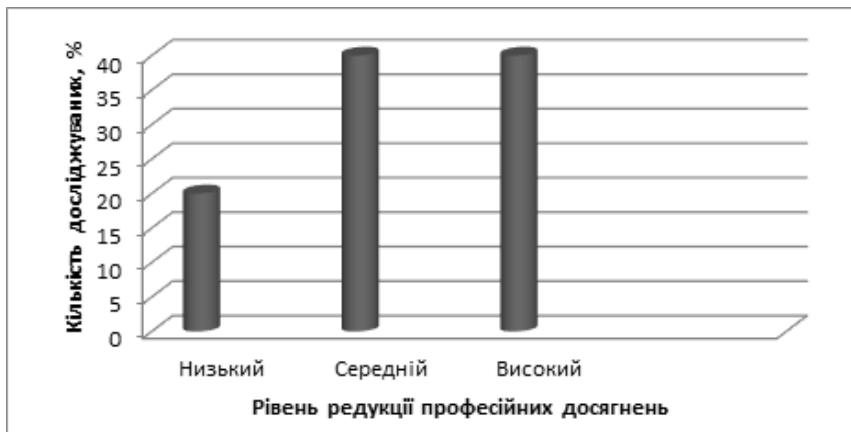


Рис. 3. Рівень редукції професійних досягнень педагогів.

Як бачимо, показники цього компоненту емоційного вигорання також змістилася у негативну сторону: збільшилася частка вчителів, які демонструють високий показник редукції. Зазначимо, що така тенденція свідчить про часткове або повне незадоволення своєю роботою, зокрема, досягненнями та професійною компетенцією.

Проаналізуємо дані щодо бар'єрів у встановленні емоційних контактів (методика В. Бойко). Було встановлено розподіл домінуючих бар'єрів. Так, невміння керувати емоціями як домінуючий бар'єр проявляється в 20% досліджуваних (4 опитаних). Неадекватний прояв емоцій як домінуючий бар'єр виявлений 20% опитаних (4 респондентів). 35% досліджуваних продемонстрували домінуючий тип негнучкість, невиразність емоцій (7 опитаних). Домінування негативних емоцій як основний тип поведінки у конфлікті обрали 15% досліджуваних (3 респондентів). Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі як основний домінуючий

бар'єр емоційного спілкування зафіксовано у 10% досліджуваних (2 опитаних). Отримані результати представлено на діаграмі (рис.1.5)

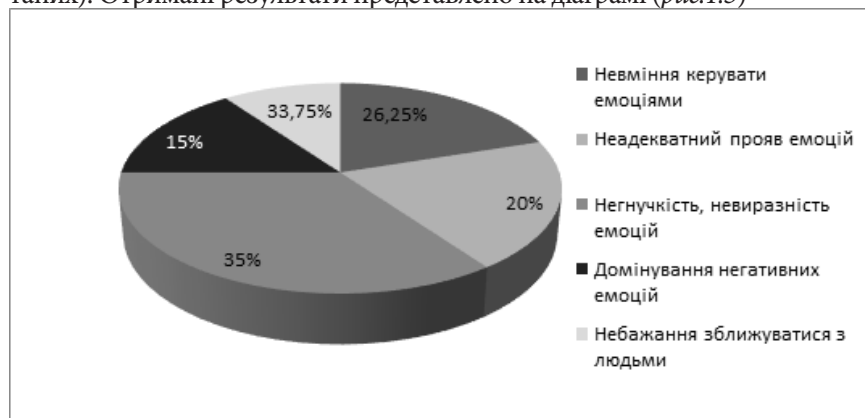


Рис. 4. Домінуючі бар'єри у міжособистісному спілкуванні.

Отже, нами було проведено емпіричне дослідження для визначення рівня емоційного вигорання педагогів, що працюють в умовах дистанційного навчання у зв'язку із пандемією коронавірусної хвороби та встановлено, що показники емоційного вигорання, деперсоналізації, рівень редукції професійних досягнень значно підвищились у порівнянні із періодом аудиторних занять. Збільшилось використання різних бар'єрів у спілкування. На жаль, значній кількості педагогічних працівників притаманне неадекватне емоційне реагування, зменшення взаємодії з колегами, припинення професійних обов'язків, бажання побути на самоті, розширення сфери економії емоцій. Найбільш вираженою ознакою для досліджуваних є редукція особистих досягнень.

Організатори
І МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

Міністерство освіти і науки України

Донецький національний університет
імені Василя Стуса

University Of Technology
Katowice, Republic Of Poland

Charles University
Prague, Czech Republic

Academy of Management
and Administration
In Opole, Republic of Poland

Український науково-методичний центр
практичної психології і соціальної роботи

University of Belgrade
Belgrade, Serbia

Вінниця, 2021

Зміст

СЕКЦІЯ 1 ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ РІЗНИХ РОКІВ НАВЧАННЯ <i>Афанасьєва Н. Є., Śliwa Slawomir</i>	5
МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕНТ- АНАЛІЗУ В ДОСЛІДЖЕННІ НЕПРАВДИВИХ ПОВІДОМЛЕНЬ <i>К. М. Васюк, Magdalena Wierzbik-Strońska</i>	9
FORMATION OF CONCEPTION OF HEALTH AS A PERSONAL VALUE IN PRIMARY SCHOOL AGE PUPILS <i>О. V. Kovoleva, A. V. Ovdienko</i>	14
СУЧАСНИЙ СТАН СФОРМОВАНОСТІ ЕКОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ <i>Маляр О. І.</i>	18

ACTUALIZATION OF INTELLECTUAL-
PERSONAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS-
PSYCHOLOGISTS AS SUBJECTS OF SELF-DEVELOPMENT IN
THE PROCESS OF UNIVERSITY TRAINING

Merkotan A. M., Kovalova O. V...... 22

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ
КОГНІТИВНО-ОРІЄНТОВАНИХ ТРЕНІНГІВ

Морозенко В. О., Ткаченко І. А. 26

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТВОРЧОСТІ
В МОЛОДШОМУ ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

К. С. Поліщук..... 30

ВПЛИВ БУЛІНГУ В СПІВВІДНОШЕНІ
З НЕГАТИВНИМИ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ
НА СТАТУСНУ ПОЗИЦІЮ УЧНІВ В ГРУПІ

Ю. С. Поліщук..... 34

ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ
У КОНФЛІКТНІЙ СИТУАЦІЇ ПІДЛІТКІВ
З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ

В. В. Рекуляк..... 39

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ
МОТИВАЦІЇ УЧНІВ РІЗНОГО ВІКУ

О. О. Суханова..... 44

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИХОВАННЯ ТОЛЕРАНТНОСТІ
У СТАРШОКЛАСНИКІВ

А. В. Сухоліта 47

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРИВОЖНОСТІ
ТА САМООЦІНКИ В МОЛОДШОМУ
ШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

А. А. Таран 50

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ <i>Л. В. Ткачук</i>	54
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ВИКОРИСТАННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ ДЛЯ АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ <i>Я. Д. Цігельман, І. П. Ковальчук</i>	57
ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ДО ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ <i>О. Ю. Шиндировська</i>	60

СЕКЦІЯ 2
ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ
СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ:
ОСОБИСТІСНІ ТА СИТУАТИВНІ
ДЕТЕРМІНАНТИ

ПОЗИТИВНА «Я-КОНЦЕПЦІЯ» ЯК РЕСУРС ВИБОРУ ЕФЕКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ <i>А. Р. Богачук</i>	65
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНО-ЕМОЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ОСОБИСТОСТІ ЯК РЕСУРС КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ <i>Болотіна Я.А.</i>	68
СПОВІЛЬНЕНИЙ РОЗВИТОК ЛОБНОЇ ЧАСТКИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ <i>А. А. Дударенко</i>	73

СЕКСУАЛЬНІ ДИСГАРМОНІЇ (ДИСГАМІЇ)

ПОДРУЖНІХ ПАР

І. П. Ковальчук, Я. Д. Цігельман 77

АРТ-ТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДЕСТРУКТИВНИМИ

СТАНАМИ ЛЮДИНИ

І. В. Красильникова..... 82

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

В СУЧАСНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ:

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ

Ю. В. Кушнір, Wojciech Duczmal..... 88

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ

АДАПТАЦІЇ ВНАСЛІДОК ЗМІНИ СОЦІАЛЬНОГО

СТАТУСУ ОСОБИСТОСТІ

Н. С. Лапишова 91

ДО ПИТАННЯ ПРО НАСЛІДКИ ВИНЕСЕННЯ

КОНФЛІКТНИХ СТОСУНКІВ МІЖ БАТЬКАМИ У СФЕРУ

ВИХОВАННЯ ДИТИНИ

А. П. Мороз 94

ВИДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА:

АБ'ЮЗИНГ ТА ГАЗЛАЙТИНГ

І. С. Полюга 97

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ

САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

З ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЮ ПОВЕДІНКОЮ

Потаєва К. С. 100

НЕБІНАРНА ҐЕНДЕРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ В УКРАЇНСЬКИХ

ТА ЗАКОРДОННИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

В. О. Проніна 103

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК КОМУНІКАТИВНИХ ЯКОСТЕЙ
І СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ
I. С. Рубльова 106

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТРУДНОЩІВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО
ІНТЕЛЕКТУ ЗІ СХИЛЬНІСТЮ
МОЛОДІ ДО ІНТЕРНЕТ- ЗАЛЕЖНОСТІ
Ж. В. Сидоренко, Tadeusz Pokusa..... 110

КОРЕКЦІЯ ТРИВОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ
В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19 МЕТОДОМ
АРТ-ТЕРАПІЇ
О. С. Слободянюк 113

FORMATION OF ADEQUATE PARENTAL
BEHAVIOR IN PERSONS RELEASED FROM
THE PLACES OF IMPRISONMENT
A.I. Sukhanova, O. V. Kovoleva 118

СЕКЦІЯ 3
СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ
В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ

ВІДМІННОСТІ У ПРОЯВІ ОСОБЛИВОСТЕЙ
САМОРЕГУЛЯЦІЇ СЕРЕД РІЗНИХ ГРУП МОЛОДІ
З ІНВАЛІДНІСТЮ
Т. М. Бочкова 122

PSYCHOLOGICAL READINESS OF PERSONS
WITH DISABILITIES FOR WORK
Victoriia Overchuk, Aleksander Ostenda..... 125

PSYCHOLOGICAL READINESS OF FUTURE
TEACHERS TO IMPLEMENTATION
OF INCLUSIVE SUPPORT FOR PARTICIPANTS
OF THE EDUCATIONAL PROCESS

P. M. Fotinyuk, O. V. Kovoleva..... 131

СЕКЦІЯ 4
ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ЕКСПРЕС-ДОСЛІДЖЕННЯ УСПІШНОСТІ
СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ
В НОВИХ УМОВАХ ПРАЦІ

I. M. Візнюк..... 136

ОРГАНІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ
РОБОТИ З ДІТЬМИ ТА МОЛОДДЮ
У ТЕРИТОРІАЛЬНІЙ ГРОМАДІ

С. С. Долинний..... 141

ОСОБЛИВОСТІ ВИЯВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО
ВИГОРАННЯ У ПОВЕДІНЦІ ТА ПРОФЕСІЙНІЙ
ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

О. І. Колесник..... 145

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ
ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ

С. В. Овчарук..... 149

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ
ДЕФОРМАЦІЇ ПРОГРАМІСТІВ

П. Ю. Рум'янцева..... 152

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ <i>Т.О. Шевчук</i>	157
--	-----

Наукове видання

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РЕАЛІЗАЦІЇ
АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ
ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ
ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Матеріали

І Міжнародної науково-практичної конференції

19 листопада 2021 року

Головний редактор:

В. А. Оверчук

д-р економ. наук, к. психол. н., доцент

Відповідальний за випуск:

Н. Є. Афанасьєва

д-р. психол. наук, професор

Технічний редактор:

П. Т. Кушнір

Верстання та дизайн

Т. Н. Березовська

Підписано до друку 03.12.2021 р.

Формат книги 60x84/16. Папір офсетний 80 gms.

Основний шрифт Minion Pro. Умов. друк. арк. 9,995.

Тираж 50 книг. Замовлення № 568.

Надруковано у Центрі оперативної поліграфії
«ДОКУМЕНТ ПРИНТ»

м. Вінниця, вул. Академіка Янгеля, 4, 1-й поверх.

Замовлення книг по телефону або Viber

+380 67 390 20 88 docuprint.co.ua

ЦЕНТР ОПЕРАТИВНОЇ ПОЛІГРАФІЇ
"ДОКУМЕНТ ПРИНТ"

ЗДІЙСНЮЄ ТЕРМІНОВИЙ ДРУК
ПОЛІГРАФІЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ

НАУКОВІ МОНОГРАФІЇ
НАВЧАЛЬНА ЛІТЕРАТУРА
МЕТОДИЧНІ ВИДАННЯ

ЗБІРНИКИ МАТЕРІАЛІВ
НАУКОВИХ КОНФЕРЕНЦІЇ
ТА СЕМІНАРІВ

ЖУРНАЛИ

ХУДОЖНЯ ЛІТЕРАТУРА

ДИСЕРТАЦІЇ ТА АВТОРЕФЕРАТИ

ВСІ ВИДИ ПАЛІТУРНИХ РОБІТ

ДОДРУКАРСЬКА ПІДГОТОВКА МАКЕТІВ

ВЕРСТАННЯ КНИГ

Наш сайт
docuprint.co.ua

Viber or Telegram
+380 67 390 820 88

Он-лайн замовлення

Fast Print
Оперативний друк у Вінниці