

МАТЕРІАЛИ ІІІ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

**«СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ:  
ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА»**

(5-6 травня 2017 року)

Чернігів  
2017

УДК 159.9(063)  
ББК 88.0я43  
С 91

**Сучасна психологія: теорія і практика.** Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (м. Чернігів, 5-6 травня 2017 року). – Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2016. – 104 с.  
ISBN 978-966-916-285-4

У збірнику представлені матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасна психологія: теорія і практика». Розглядаються загальні питання психології, історії психології, соціальної психології, психофізіології, психології соціальної роботи, медичної психології, педагогічної та вікової психології, психології діяльності в особливих умовах та інші.

Збірник призначено для науковців, викладачів, аспірантів та студентів, які цікавляться психологічними науками та соціологією, а також для широкого кола читачів.

УДК 159.9(063)  
ББК 88.0я43

ISBN 978-966-916-285-4

© Колектив авторів, 2017  
© Видавничий дім «Гельветика», 2017

## ЗМІСТ

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

|   |    |
|---|----|
| <b>Вершок Г.В.</b><br>МОРАЛЬНО-ЕТИЧНІ НОРМИ В ЕКОЛОГІЧНІЙ СВІДОМОСТІ<br>МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ .....   | 5  |
| <b>Вінтюк Ю.В.</b><br>МІРКУВАННЯ З ПРИВОДУ ВИКЛАДАННЯ ТЕМИ<br>«ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ» СТУДЕНТАМ<br>СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПСИХОЛОГІЯ».....           | 8  |
| <b>Галяга А.С.</b><br>СКЛАДНОСТІ СПІЛКУВАННЯ ПІДЛІТКІВ З БАТЬКАМИ .....   | 13 |
| <b>Данілова О.О., Паначук А.Ю.</b><br>БАГАТОФАКТОРНИЙ ПІДХІД У КОРЕКЦІЇ БОЛЬОВИХ СИНДРОМІВ<br>У ХВОРИХ З ДИСКОГЕННИМ ДОРСОПАТІЯМИ ..... | 16 |
| <b>Івачевська О.В.</b><br>РОДИНА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ<br>РЕПРОДУКТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ МОЛОДИХ ЖІНОК .....                                   | 20 |
| <b>Ковальчук Л.І., Мудрик А.Б.</b><br>ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ<br>МІЖ УРГЕНТНОЮ АДИКЦІЄЮ ТА ОЗНАКАМИ РОБОТОГОЛІЗМУ .....      | 24 |
| <b>Кононенко К.А.</b><br>РОЛЬ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОГО ВАКУУМА<br>И ПЕРЕЖИВАННЯ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОЇ СВОБОДИ<br>В ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....     | 27 |
| <b>Селіванова А.М.</b><br>СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ<br>МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ .....   | 31 |
| <b>Цибуркова В.Ю.</b><br>СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ТОЛЕРАНТНОСТІ<br>У ПСИХОЛОГІЇ: СПРОБА ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ .....                        | 33 |

### МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

|  |    |
|--|----|
| <b>Березко І.В.</b><br>СПЕЦИФИКА ПРОЦЕССОВ САМОПОНИМАНИЯ<br>И КОПИНГ-СТРАТЕГИИ У ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ..... | 38 |
| <b>Кирилюк А.В.</b><br>СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВИЯВЛЕННЯ ПРИЧИН<br>РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ .....              | 42 |
| <b>Пасічняк Н.І.</b><br>ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕПРЕСИВНИХ РОЗЛАДІВ .....                                  | 46 |

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

|   |    |
|---|----|
| <b>Бакун О.М.</b><br>СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА РОБОТА<br>ІЗ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ У ПІДЛІТКІВ ..... | 51 |
|---|----|

|   |    |
|---|----|
| <b>Скарбовая А.В.</b><br>САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ И САМОРЕКЛАМА<br>КАК ВИД САМОПРЕЗЕНТАЦИИ ..... | 55 |
|---|----|

### ЮРИДИЧНА ТА ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

|  |    |
|--|----|
| <b>Baliuta V.V.</b><br>HOW DOES REFERENCE GROUP RADICALIZE<br>YOUTH POLITICAL BEHAVIOUR..... | 59 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| <b>Позняк Т.Р.</b><br>ПСИХОЛОГІЯ ПЕРЕХРЕСНОГО ДОПИТУ ..... | 62 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| <b>Свиридовська Н.В.</b><br>ОСОБЛИВОСТІ ПОЛІТИЧНОЇ СВІДОМОСТІ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ<br>В РОЗРІЗІ МЕТАКОГНІТИВНИХ ХАРАКТЕРИСТИК..... | 65 |
|---|----|

### ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

|  |    |
|--|----|
| <b>Вербина Ю.В.</b><br>ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ КУЛЬТУРИ<br>У СУЧАСНОГО СТУДЕНТА ..... | 69 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| <b>Калюжна І.П.</b><br>ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ<br>ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ..... | 72 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| <b>Клочек Л.В.</b><br>ЦІННІСНИЙ ПІДХІД ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ СПРАВЕДЛИВОСТІ<br>У ПЕДАГОГІЧНІЙ ВЗАЄМОДІЇ ..... | 75 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| <b>Лисун Л.В.</b><br>ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ<br>РОЗВИТКУ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ДИТИНИ З ДОРΟΣЛИМ ..... | 79 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| <b>Савчук І.В.</b><br>ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ<br>ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ЯКА ПЕРЕЖИВАЄ ДЕПРЕСИВНИЙ СТАН..... | 83 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| <b>Шостак І.Р.</b><br>ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ<br>ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ВИСОКИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ ..... | 87 |
|--|----|

### СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

|  |    |
|--|----|
| <b>Васенина А.С.</b><br>ИССЛЕДОВАНИЕ ВОСПРИЯТИЯ ГЛАСНЫХ (НА МАТЕРИАЛЕ<br>СВЕРХПОВЕСТИ В. ХЛЕБНИКОВА «ЗАНГЕЗИ») ..... | 91 |
|--|----|

### ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

|   |    |
|---|----|
| <b>Сірко Р.І., Слободяник В.І.</b><br>ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ<br>ДЛЯ ПОДАЛАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ У ПСИХОЛОГА ..... | 94 |
|---|----|

### ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ, ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ

|  |    |
|--|----|
| <b>Гуцол А.А.</b><br>ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ<br>ТА РОЗВИТОК КАР'ЄРИ ..... | 98 |
|--|----|

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

**Вершок Г.В.**

*студент,*

*Чернігівський національний університет  
імені Т.Г. Шевченка*

## **МОРАЛЬНО-ЕТИЧНІ НОРМИ В ЕКОЛОГІЧНІЙ СВІДОМОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Екологічні проблеми в даний час набувають особливої актуальності, оскільки погіршення екологічної ситуації в Україні викликає стривоженість суспільства, яке все більше розуміє, що розв'язання гострих екологічних проблем потребує адекватної підготовки населення до взаємодії з природою. При цьому слід долати традиційні уявлення про те, що екологічні проблеми спричинені лише зовнішніми факторами. Насправді, вони значною мірою породжуються людиною, її поведінкою та свідомістю, розглядаються як проблеми свідомості людини та її ставлення до природи. Стає зрозумілішим, що попередження та подолання екологічної кризи неможливі без зміни свідомого ставлення людини до навколишнього середовища, яке, зі свого боку, є стрижнем екологічної свідомості.

Свідомість дорослої людини змінити практично неможливо, тому постає завдання починати її формувати з молодшого шкільного віку, який є для цього сензитивним періодом.

Свідомість прийнято визначати як вищу форму найбільш загальної властивості матерії – відображення. Вона полягає в узагальненому, оціночному та ціленаправленому відображенні дійсності, в її конструктивно-творчому перетворенні, у випереджальному мисленнєвому моделюванні дій, у передбаченні їх наслідків, у раціональному регулюванні та самоконтролі людської діяльності.

У вітчизняній психології проблему екологічної свідомості ґрунтовно проаналізовано у працях В.О. Скребця. Учений зазначає: «Екологічна свідомість – рівень психічного відтворення природного і штучного

середовища, свого внутрішнього світу, саморефлексія місця і ролі людини в біологічному, фізичному та хімічному світі, а також саморегулювання та наповнення цього відтворення екологічним змістом» [3, с. 48]. Психолог припускає: «що екологічній свідомості притаманні всі ознаки усвідомленої діяльності людини з тією лише відмінністю, що ініційована вона екологічним сенсом. Інакше кажучи, екологічна свідомість – то є просто людська свідомість ціннісно наповнена екологічним змістом, який суб'єктивно відчувається, своєрідно переживається» [3, с. 48-49].

Розвиток екологічної свідомості конкретної людини переважно визначається суспільною свідомістю, цінностями, які знаходять свій вияв у ставленні суспільства до природи. Це означає, що вивчення екологічної свідомості повинно враховувати індивідуальний і суспільний рівні її прояву.

Ставлення до природи потрапляє у сферу дії моральних феноменів – совість, відповідальність, борг. Це означає, що екологічні відносини є одночасно і моральними відносинами [4]. Екологічні відносини мають моральний аспект і постають як конкретний прояв більш загальних – моральних цінностей, що функціонують у системі, «суб'єкт – об'єкт природи – суб'єкт». Тут моральна поведінка людей виступає як більш суттєва і загальна цінність, а екологічна цінність як підлегла – окремий, специфічний випадок прояву моральної. Тому, система цінностей є необхідною складовою культури і зокрема екологічної. Динаміка підвищення рівня екологічної культури залежить від загальної культурологічної, соціальної ситуації суб'єкта (суспільства), тобто залежить від рівнів конструктивного розвитку інших сфер діяльності. На розвиток екологічної свідомості значно впливає моральне мотивування екологічної діяльності. Чим вище рівень моральності культури, тобто чим більше моральних цінностей, наповнених реально функціонуючим сучасним змістом, тим швидше розвивається й екологічність культури, тим своєчасніше і якісніше через високу відповідальність суб'єктів реалізуються екологічні цінності сучасності, формується екологічна свідомість.

Найперше, що впадає в око при теоретичному розгляді моральної свідомості, – це, звичайно, сукупність певних норм, заборон та вимог, що регулюють людську діяльність і поведінку. Ця сукупність норм головним чином і становить безпосередній зміст моральної свідомості.

Великі сподівання у справі охорони природи пов'язані з екологічною етикою (галузь етичних знань, предметом якої є моральне ставлення людини до живої і неживої природи). Проте досі не визначені її специфіка, структура, а проблеми екологічної етики формулюються і частково розв'язуються в лоні загальної екології, біології, медицини, філософії тощо.

Виходячи з вищесказаного, моральною може бути названа діяльність, спрямована на викорінення егоїстичної ідеології з її споживацьким ставленням і зневагою до природи.

Проведене дослідження (вербальна асоціативна методика діагностики екологічних установок особистості «ЕЗОП» С.Д. Дерябо і В.А. Ясвіна) на базі ЗНЗ№ 25 і ЗНЗ№ 18 м. Чернігова, в якому взяли участь 100 учнів початкових класів (9-10 років) показало, що 24% учнів сприймають природу як об'єкт користі (прагматична установка), 31% – як об'єкт краси (естетична установка), 29% – як об'єкт охорони (етична установка) і 16% – як об'єкт вивчення (когнітивна установка).

Досліджуючи морально-етичний аспект рівня екологічної культури і екологічних знань (за Л.В. Моїсєвою), виявлено, що більшість (69%) учнів мають високий рівень сформованості екологічної культури та знань (діти піклуються про живу і неживу природу, знають норми і правила поведінки у природі, мають достатньо сформовані елементи екологічної культури), проте третина учнів (30%) мають недостатні знання про природу, недостатньо добре знають та виконують правила поведінки у природі, а 1% – мають низький рівень екологічної культури.

За допомогою проективної методики «Моє улюблене місце в природі» (дитячі малюнки) було виділено 6 категорій малюнків природних об'єктів: поляна (36%), ліс (23%), море (23%), гори (8%), сад (6%) та ті, що не відносяться до природи взагалі (4%). На малюнках переважають зелений, блакитний, жовтий та коричневий кольори, які, згідно тесту М. Люшера, свідчать про відчуття задоволення, спокою, прагнення до спокою, позитивного емоційного стану та небажання стресу.

Таким чином, бачимо, що діти схильні до спілкування з природою, вона дає позитивний емоційний вплив, почуття спокою і гармонії, тому, на нашу думку, необхідно приділяти більше уваги морально-етичному аспекту екологічного виховання, наближати дітей до спілкування з природою і вчити їх конструктивній взаємодії з природним середовищем, адже більшість дітей, маючи певні екологічні знання, не

усвідомлюють необхідність морально-етичної поведінки в природі. Проводячи екологічні ігри, тренінги, екскурсії у природу з залученням казкотерапії, необхідно формувати в учнів життєві цінності етичного плану, які спонукають до розвитку цінностей екологоорієнтованих, особливо слід виділяти принцип ненасильства, що володіє великим інтеграційним потенціалом по відношенню до інших принципів екологічної етики.

### **Список використаних джерел:**

1. Дерябо С.Д. Вперед, к природе!: Слагаемые экологического сознания / С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин // *Экология и жизнь*. – 2006. – № 9. – С. 12–15.
2. Кулик Т.М. Психолінгвістичне дослідження індивідуальної екологічної свідомості / Т.М. Кулик // *Актуальні проблеми практичної психології: зб. наук. пр.* / Херсон. держ. ун-т. Ін-т психології, історії та соціології. – Херсон, 2012. – С. 310–316.
3. Скребець В.О. Екологічна психологія у віддалених наслідках екотехногенної катастрофи / Скребець В.О. / монографія. – К.: Видавн. дім «Слово», 2004. – 440 с.
4. Юрченко Л.І. Екологічна культура в контексті екологічної безпеки / Л.І. Юрченко // Монографія. – К.: Вид. ПАРАПАН, 2008. – 296 с.

**Вінтюк Ю.В.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний університет «Львівська політехніка»*

### **МІРКУВАННЯ З ПРИВОДУ ВИКЛАДАННЯ ТЕМИ «ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ» СТУДЕНТАМ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ПСИХОЛОГІЯ»**

Викладання базових дисциплін студентам, які навчаються за спеціальністю «Психологія», вимагає особливої ретельності при розгляді основних тем базових навчальних дисциплін, оскільки від успішності їхнього освоєння залежить також опанування ними різних профільних предметів. Сказане повною мірою стосується навчального курсу «Загальна психологія», який викладається майбутнім психологам на 1-му році навчання. Особливої уваги потребує висвітлення декількох тем, які, з різних причин, не достатньо висвітлені в наявних підручниках



і навчальних посібниках. Як свідчить наявний досвід викладання, до них належить і тема «Психічні процеси», оскільки при її вивченні студенти зустрічаються з чималими труднощами. Необхідність висвітлення особливостей викладання даної теми зумовлює актуальність даного дослідження.

Мета роботи: розглянути особливості викладання теми «Психічні процеси», яка не достатньо висвітлена у сучасній навчальній літературі, проте потребує належного освоєння майбутніми фаховими психологами.

Труднощі викладання теми «Психічні процеси» у межах навчального курсу «Загальна психологія» відомі фахівцям. Як відзначає з цього приводу В. А. Семиченко, відносність розведення психічних емоцій і психічних станів призводить до того, що в більшості підручників з психології ці дві великі групи явищ психічного життя розглядають зазвичай в одному розділі, причому психічним станам традиційно приділяється мало уваги. Проте в житті людини психічні стани, в яких вона перебуває, дуже різнопланові та мають величезний вплив як на її діяльність, так і на долю. Багато з цих станів для людей незрозумілі, загадкові. Тому важливо ознайомитися з теоретичними моделями потенційно можливих станів, щоб вміти їх розпізнавати на практиці (розуміти те, що відбувається з собою, виявляти властиві тим чи іншим станам ознаки у поведінці оточуючих) [1, с. 3-4]. Відповідно, доцільно навести виклад особливостей, що потребують врахування при викладанні даної теми, які були з'ясовані при читанні предмету «Загальні психологія».

Виклад даної теми можна розпочинати традиційно, з розгляду сутності психічних станів як окремого виду психічних феноменів; передусім необхідно розглянути їхні відмінності від інших психічних явищ. Крім тривалості у часі, для розрізнення емоційних процесів і станів можна використовувати наступну (хоча і теж умовну) ознаку. Емоції зазвичай більшою мірою відображають фактор прогнозування, виникають не стільки на події, що відбулися, скільки на ймовірні. Вони зміщуються до початку дії, передбачаючи найбільш ймовірний результат. Стани ж фіксують уже наявний результат деяких пережитих або пригадуваних подій, а також ступінь реагування (активності) людини [1, с. 4]. Звичайно, що емоційні стани, які є одним з різновидів психічних, також потребують окремого розгляду.

Будуючи доцільну логічну послідовність викладу, далі необхідно розглянути наступні питання: якими бувають психічні стани? Що вони

відображають? Чому змінюються? Від чого це залежить? Про що свідчать ці зміни? Якими і коли повинні бути оптимальні стани? Як можна впливати на них? Всі ці питання практично взагалі не розглядаються при вивченні даної теми. Не менш важливо розкрити значення різних станів у житті людей. Але розпочати потрібно з констатації факту, що існують також інші стани, в яких також постійно перебуває кожна людина: фізіологічні, психофізіологічні, функціональні. Складність розрізнення психічних та інших станів становить ще одне непросте завдання, яке потребує вирішення. Тому необхідно надати студентам потрібні визначення, навести приклади, здійснити порівняння тощо.

Слідуючи логіці розкриття теми, далі можна розглянути значення різних станів для кожної людини. Ми не надаємо належної ваги вкрай важливому факту, що практично вся активність живих істот передбачає зміну неоптимальних (чи небажаних) станів на оптимальні (чи бажані). Адже людина може жити і діяти, лише перебуваючи у певному діапазоні прийнятних для цього станів. Люди живуть і діють, але живуть активно та продуктивно діють лише перебуваючи у певних станах. Вони прагнуть комфорту: створюють певні умови для роботи, навчання, спілкування та дозвілля. Обирають і змінюють види діяльності, відпочивають, – щоб перебувати у необхідних станах, очевидно, неспроста – що їм залежить від цього? Дані питання заслуговують ретельного розгляду, а відповідні ситуації – належного аналізу.

Різноманітність психічних станів обумовлена великою кількістю чинників, що їх породжують. Наявність і зміна різних станів пов'язана як з функціонуванням організму, мозку та психіки, а також детермінована потребами та зовнішніми впливами; причому незадовільнені потреби спричиняють неоптимальні і некомфортні стани, а результатом їх задовільнення стають оптимальні та комфортні.

Оскільки людям чимало залежить від того, в якому стані перебувають, вони багато чого роблять задля того, щоб створювати потрібні їм стани. Способи ці не лише численні та різноманітні, їх можна поділити на соціально прийнятні та паталогічні. Найчастіше використовуються наступні способи зміни психічних станів:

– паління, вживання алкоголю та наркотиків – вони належать до паталогічних, оскільки завдають шкоди як людям, котрі вдаються до таких способів, так і їхньому оточенню, як і суспільству в цілому;

- регулярне вживання їжі, різних напоїв, відпочинку – що змушені постійно робити всі люди;
- дозвілля, а також різні хоббі: музика, поезія, театр, туризм тощо – які теж використовують практично всі люди;
- відвідування храмів, здійснення ритуалів, культів, молитва – їх використовують, в основному, віруючі;
- ліки та інші лікарські засоби – які за необхідності призначають лікарі;
- медитація, аутотренінг, гіпноз – їх використовують фахівці певних спеціальностей.

Проте навіть цей перелік не повний, оскільки подібні цілі переслідують також екстремали, всеможливі об'єднання, клуби за інтересами, секти і т. п.; тобто люди за допомогою різних видів діяльності прагнуть створити для себе оптимальне або ж комфортне середовище. Вони обирають певні місця для проживання, відвідують певні зібрання, акції, створюють необхідні умови й ін.

Після з'ясування важливості вивчення психічних станів, необхідно розповісти про те, якими вони бувають, тобто розглянути їх класифікацію; проте проблема класифікації психічних станів також далека від вирішення. Тому дане питання доцільно розпочати з розгляду відомих критеріїв, за якими психічні стани поділяють на види. Необхідно назвати види психічних станів, які виділяють за кожним критерієм, навести визначення для кожного виду; у разі необхідності навести приклади, а також пояснення та коментарі. Оскільки достатньо повної та належним чином обґрунтованої класифікації психічних станів ще не створено, необхідно також навести інші критерії, за якими їх можна поділяти на види, а також назвати інші стани, що зустрічаються в літературі, але наразі не включні до відомих класифікацій.

Далі доречно розглянути спільні особливості психічних станів, незалежно від їх виду. Хоча і це питання розглядається далеко не у всіх підручниках з «Загальної психології», проте можна погодитися, що більшості психічних станів властиві певні спільні особливості, як специфічному виду психічних явищ, тому необхідно зосередитися на їхньому висвітленні. До кожної з наявних особливостей потрібно навести відповідні приклади прояву, а також дати необхідні пояснення та коментарі.

Після викладу загальної інформації можна зосередитися на розповіді про найпоширеніші психічні стани. Проте перелік психічних станів, про

які студентами необхідно мати, про деякі – доволі повне, а про інші – хоча б поверхове уявлення, настільки великий, що їхній відбір також становить непросте завдання. Передусім до їхнього переліку необхідно включити наступні: переживання, самопочуття, стенія, астенія, втома, натхнення, самотність, закоханість, безпорадність, ажіотаж, азарт, паніка, відчай, ейфорія, ентузіазм, захоплення, нудьга, фрустрація, стрес, депресія, психогенії, транс (гіпноз), паталогічні стани свідомості, сенсорна депривація й ін.

На завершення необхідно торкнутися питання про можливості свідомої зміни, тобто управління психічними станами. Зокрема, з давніх часів для цього використовувалися різні ритуали, техніки медитації, більшість із яких застосовуються і сьогодні. В релігійних культурах для зміни станів віруючих застосовують транс, молитви тощо; в медичних цілях для цілеспрямованої зміни стану пацієнтів використовується гіпноз. Необхідно також відзначити, що спрямована зміна станів здавна і до сьогодні використовується не лише у добродійних, але й у злочинних цілях, чому можна навести немало прикладів. Нарешті, необхідно відзначити, що не лише фахові психологи, а практично всі бажаючі, хто цікавиться психологією та практичним застосуванням здобутих знань, можуть опанувати технікою самогіпнозу, або аутотренінгу. Тобто вивчення даної теми може мати продовження, але освоєння способів управління психічними станами наразі не передбачено навчальними програмами підготовки фахових психологів.

Проведене дослідження дає підстави зробити наступний висновок: викладання теми «Психічні стани», яке здійснюється студентам-психологам у межах навчального курсу «Загальна психологія», потребує зміни підходів до її викладання, оскільки її належне висвітлення вимагає задіяння як даних нових наукових досліджень, так і застосування накопиченого досвіду її викладання, з застосуванням сучасних методологічних підходів, способів і методів, що дозволить покращити не лише вивчення відповідного навчального курсу, але, в кінцевому підсумку, і якість підготовки фахівців з даної спеціальності.

#### **Список використаних джерел:**

1. Семиченко В. А. Психические состояния. – К.: «Магістр-S», 1998. – 208 с.

**Галяга А.С.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Рашковська І.В.  
кандидат психологічних наук, доцент,  
Національний педагогічний університет  
імені М.П. Драгоманова*

## **СКЛАДНОСТІ СПІЛКУВАННЯ ПІДЛІТКІВ З БАТЬКАМИ**

*Якщо ви хочете, аби підліток прийшов  
до вас по допомогу, відкрив вам свою душу, –  
бережіть саме ті куточки його душі, дотик до яких  
він сприймає особливо хворобливо.*

**В. Сухомлинський**

Періодом становлення якісно нових взаємин із дорослими є *підлітковий вік*. В сучасній психологічній літературі він оцінюється як один з критичних періодів розвитку, який пов'язаний з кардинальними перетвореннями у сфері свідомості, діяльності, системі взаємостосунків індивіда.

Проблема спілкування підлітків описана в працях багатьох педагогів і психологів, але в сучасній дійсності саме спілкування з батьками є дуже великим аспектом. Так як гармонійна взаємодія підлітків з батьками обумовлює його сприятливе ставлення до самого себе і до оточуючого світу, надає віру в себе, в суспільні цінності і власну досконалість.

Великого значення набуває створення сприятливого клімату у взаємовідносинах «дорослий – підліток», а саме: формування стосунки дружнього характеру, співпраця із взаємоповагою, довірою, допомогою. Контакткування з батьками дозволить підлітку бути помічником, товаришем у різних справах, що в результаті допоможе першим стати для нього взірцем і другом. Е. Маккобі вважає, що тривалість батьківського впливу визначається міцністю їх відносин із підлітком, ступенем поваги батьків до її особистості, наявністю довіри між членами сім'ї. У деяких випадках батьки пригнічують особистість своєї дитини, у інших – сприяють її гармонічному розвитку. Взаємодія з батьками дозволяє їм тренувати й вдосконалювати соціальні навички, необхідні для комфортного існування в соціумі [4].

Відомий психолог О. М. Леонтьєв вважав підлітковий період другим (після дошкільного) народженням особистості. Його ознакою є досить високий рівень самостійності, здатності до самовдосконалення і самовиховання, регулювання своєї діяльності на основі поставленої мети. Істотним моментом формування системи саморегуляції поведінки, стосунків з оточуючими у підлітковому віці є інтенсивний розвиток й упорядкування ціннісних орієнтацій, які виступають узагальненою характеристикою і показником реального процесу становлення особистості.

На думку Л. І. Анциферової сім'ї належить ціла палітра властивих їй стимуляторів психосоціального розвитку дитини, найважливіші з яких – інтенсивність та багатство спілкування з дорослими, інтимні та стійкі емоційні контакти з постійними особами (батьком і матір'ю), батьківська любов і турбота. Це природні стимулятори, що найбільш повно відповідають потребам розвитку дитини, її емоційного світу і культури, багатого спектру вищих людських почуттів [5, с. 13].

І. С. Кон аргументує, що нема ні одного соціального чи психологічного аспекту поведінки підлітків, який би не залежав від їх сімейних умов.

Особливо важливого значення у формуванні системи цінностей набуває сім'я, яка виступає тим безпосереднім первинним середовищем, завдяки якому дитина входить у систему соціальних зв'язків, завойовує ті чи інші норми поведінки. Стосунки з дорослими членами сім'ї є важливим фактором соціалізації та соціальної орієнтації підлітка в навколишній дійсності, бо саме тут закладаються основи оцінки дитиною різноманітних життєвих ситуацій.

У ході опрацювання теоретичного матеріалу було виокремлено певні причини дефіциту спілкування між батьками та підлітками. Основні з них:

- Фізичний і фізіологічний розвиток підлітка, який ще називають пубертатним періодом. Сюди ж можемо віднести психологічні новоутворення. Найважливішим новоутворенням підліткового віку є становлення самосвідомості. Самосвідомість підлітка характеризується передусім відчуттям дорослості. Підліток намагається зайняти місце дорослого в системі реальних стосунків між людьми, тому для нього і мужність, і сміливість, і одяг важливі передусім у зв'язку з цією соціальною позицією.

- Недостатній рівень батьківської психологічної просвіти, а саме:

- підсилення взаємної довіри підлітків і батьків;
- кризові моменти розвитку підлітка;
- емпатійне розуміння дитини;
- глибокий постійний психологічний контакт із дитиною, діалог [3, с. 61]. Саме відчуття і переживання контакту з батьками дають підліткам можливість відчути й усвідомити батьківську любов, прихильність і турботу.

- Невміння, або небажання батьків навести контакт з підлітком, коли батьки зазвичай зайняті один одним, роботою, особистим розвитком, втрачають інтерес до внутрішнього світу, їхніх турбот і захоплень.

Відповідно до розглянутих проблем, було виявлено основні шляхи вирішення. На сьогоднішній день в більшості шкіл проводять години психології на батьківських зборах, а саме: «Психологічні особливості розвитку дитини підліткового віку», «Батьки є прикладом наслідування для дитини», «Способи вираження любові до дитини у підлітковому віці», «Емоції в сімейному житті». Також існує великий різновид психологічних клубів, центрів психологічної допомоги для дітей та їх батьків, в яких проводять, як тренінгові заняття, різні лекторії, бесіди, обговорення на теми: «Як досягти взаєморозуміння між батьками і дітьми», «Чи легко вам спілкуватися з вашими дітьми?», «Які ви маєте спільні інтереси у сімейному колі?». Психологічна робота окремо з підлітками та батьками, в яку входить проходження методик, тестів, консультаційна та просвітницька робота з підлітками, консультативно-терапевтична робота.

Таким чином, підводячи підсумок нашої роботи, можна відзначити, що проблема спілкування підлітків з батьками є дуже важливим аспектом. Так як гармонійна взаємодія підлітків з батьками обумовлює його сприятливе ставлення до самого себе і до оточуючого світу, надає віру в свої сили, в суспільні цінності і власну досконалість.

### **Список використаних джерел:**

1. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: Курс лекцій; МАУП. – К.: МАУП, 2001. – 95 с.
2. Вікова та педагогічна психологія: курс лекцій. – К.: Каравела, 2005. – 399 с.
3. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: Навч. посіб. – К.: ЕксОб, 2000, 1999. – 302 с.

4. Методика діагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В. В. Бойко / Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Ред. и сост. Райгородский Д. Я. – Самара, 2001. – С. 281-287.

5. Психология подростка: Учебник / Под ред. А. А. Реана. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2006. – 480 с.

6. Семиченко В. А. Психологія та педагогіка сімейного спілкування: Навч. посібник. – К.: Веселка, 1998. – 210 с.

**Данілова О.О.**

*докторнат,*

*Міжрегіональна академія управління персоналом*

**Паначук А.Ю.**

*студент,*

*Національний педагогічний університет*

*імені М.П. Драгоманова*

## **БАГАТОФАКТОРНИЙ ПІДХІД У КОРЕКЦІЇ БОЛЬОВИХ СИНДРОМІВ У ХВОРИХ З ДИСКОГЕННИМ ДОРСОПАТІЯМИ**

За даними експертів ВООЗ поширеність больових синдромів досягає розмірів пандемії і є серйозною медичною і соціально-економічною проблемою для більшості країн. Наприклад, в Україні, болі різної локалізації – головний і лицьова біль, невропатії, міофасціальні болі, фіброміалгії, артралгії, вісцеральний біль з різною етіологією є другою за частотою первинного звернення за медичною допомогою, після респіраторних захворювань і третьої – госпіталізації. Якщо до цієї проблеми додати і інші больові синдроми, то дійсно вимальовується своєрідна епідемія болю.

Згідно з визначенням, затвердженим Міжнародною асоціацією з вивчення болю (IASP), «Біль – це неприємне відчуття і емоційне переживання, пов'язане з реальним або потенційним пошкодженням тканини або описувані в термінах такого ушкодження».

Біль виконує надзвичайну для організму сигнальну функцію, попереджаючи про зовнішній або внутрішній вплив, що ушкоджує. Як



правило, біль, особливо хронічна, виступає патогенним фактором, будучи основним, а часто і єдиним проявом цілого ряду захворювань, що представляють серйозну небезпеку для організму (Цимбалюк В.І., Сапон Н.А., 2003).

Тривалий, хронічний біль стає важким випробуванням як для хворого і його родини, так і для його лікуючих лікарів. Досить часто у хворих даної групи відбувається порушення функції пов'язаних органів і постійно погіршується самопочуття, обумовлене болем, що в свою чергу призводить до розвитку тривожно-депресивних розладів у даної групи хворих (Самосюк І.З. і співавт., 2015).

Біль, на думку більшості дослідників, завжди забарвлена емоційними переживаннями, і це надає їй індивідуальний характер. Найважливішими факторами визначальними рівень болю є емоційно-особистісні особливості суб'єкта, рівень його невротизації, наявність депресивно-іпохондричних проявів.

Істотно, що антиноцицептивні системи і психічний стан взаємодіють один з одним за рахунок анатомо-функціональних і нейрохімічних зв'язків.

Разом з тим ряд питань діагностики та лікування больових синдромів все ще не вирішені. Аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури показав, що мануальна терапія, фізіотерапія, тракції хребетного стовпа, а також інші рекомендовані ВООЗ методи лікування больових синдромів повністю не вирішують цю проблему. Хірургічна стабілізація з декомпресією хребта досить дорогим методом лікування, який застосовується у невеликого числа хворих з дискогенними дорсопатіями, найчастіше з ускладненим перебігом захворювання – ймовірним виникненням грижі міжхребцевих дисків, стенозу хребетного каналу і ін. [4-6].

Для визначення найбільш ефективного протоколу лікування хворих з дискогенними дорсопатіями авторами проводилися пілотні дослідження на основі бінауральної терапії і магнітофотостимуляції. Для проведення досліджень було відібрано 30 хворих-добровольців, які ділилися на 2 групи. Критерієм для включення в досліджувану групу було наявність у хворих дискогенної дорсопатії на тлі тривожної депресії, а також інформаційної згоди на участь в дослідженні. У дослідженні брали хворі у віці 32-47 років, включаючи 14 жінок і 16 чоловіків. Хворі розподіляються випадковим чином на дві групи по 15 хворих (7 жінок і 8 чоловіків).

У I групі лікування проводилося методом ультрафонофорезу протибольового препарату на зону болю. Параметри процедури: апарат для проведення процедур МІТ-11, частота ультразвукових коливань – 44 кГц, частота повторення пачок ультразвукових коливань – 9,4 Гц, амплітуда ультразвукових коливань – 3 мкм. Протибольовий препарат, безпосередньо перед процедурою, наносять на серветку, яка накладалася на зону болю. Процедури проводилися в стані декомпресії хребта (на кушетці з кутом нахилу 20 градусів відносно горизонту і фіксацією грудного відділу хребта). Процедура проводилася по лабільною методикою в зоні болю через серветку з протибольовими препаратом. Тривалість однієї процедури становила 15 хвилин, на курс лікування призначалося 9 процедур 3 рази в тиждень.

У II групі лікування проводилося аналогічно першій групі, з додаванням одночасної корекції психологічного стану хворого, на основі бінауральної терапії на протибольовій частоті 77 Гц і магнітофотостимуляції міжбровної області і великого потиличного отвору на індивідуальній терапевтичній частоті з використанням червоного і інфрачервоного лазерного випромінювання відповідно.

Бінауральна корекція психологічного стану хворого проводилася із застосуванням програмно-апаратного комплексу бінауральної психофізіологічної корекції МІТ-БІН на протибольовій частоті звучання 77 Гц для лівого каналу. Частота звуку правого каналу встановлювалася як сума частоти лівого каналу і індивідуальної терапевтичної частоти, отриманої в результаті дослідження. Визначення індивідуальної терапевтичної частоти виконувалося за методом САМОСЮК-Чухраєва [3]. У всіх хворих, які брали участь в дослідженні, вона становила  $(9,5 \pm 1,1)$  Гц. Гучність звучання визначалася самостійно хворими на основі комфортних суб'єктивних відчуттів. Під час процедури очі хворого закриті. Тривалість однієї процедури – 15 хвилин, на курс лікування призначалося 9 процедур, які проводилися 3 рази на тиждень.

В результаті застосування запропонованих варіантів лікування хворі відзначали зниження рівня болю, і поліпшення загального стану. За результатами аналізу отриманих даних на основі шкали ВАШ і психометричної таблиці А. Бека кращі показники лікування больових синдромів у хворих з дискогенними дорсопатіями на тлі тривожної депресії були досягнуті в 2 групі.

До лікування клінічна картина в обох групах була типовою. Основним симптомом у хворих з дискогенною дорсопатією була біль і

супутні їй депресивні стани. До початку лікування всі показники, які оцінюються хворими по ВАШ, були однорідні в обох групах хворих.

Результати наших досліджень показали позитивну динаміку клінічних проявів в обох групах хворих. Було встановлено, що поєднання місцевого лікування болю на основі ультрафонофорезу протибольового препарату на зону болю в стану декомпресії хребта і корекції депресивного стану на основі поєднання фотоманітної стимуляції кори головного мозку на індивідуально підібраних терапевтичній частоті з бінауральною корекцією психологічного стану на основі запропонованої методики на 49-60% знижуються клінічні прояви болю і майже на 29-43% рівень депресії. У II групі спостерігається більш виражена, ніж у першій групі позитивна динаміка зменшення больового синдрому і рівня депресії.

Визначено, що лікування дискогенної дорсопатії на основі місцевого введення в зону болю протибольового препарату методом ультрафонофорезу в стані декомпресії хребта знижує рівень суб'єктивної оцінки болю за шкалою ВАШ практично в 2 рази. Додаткова корекція тривожної депресії із застосуванням магнітофотостимуляції на індивідуальній частоті з одночасним звуковим впливом на бінауральних ритмах підсилює терапевтичний ефект у порівнянні з раніше використовуваними методиками (додатково майже на 10%) і ефективно знижує рівень депресії (майже на 26%) у порівнянні з першою групою.

Актуально подальше вивчення поєднаного застосування ультрафонофорезу протибольових препаратів і психофізіологічних методів корекції депресивних розладів для підвищення ефективності комплексного лікування дискогенної дорсопатії.

### **Список використаних джерел:**

1. Самосюк И.З. Системно-многоуровневый принцип использования физических факторов для лечения болевых синдромов / И.З. Самосюк, Н.В. Чухраев, Т.М. Зачатко, Н.И. Самосюк // Вестник физиотерапии и курортологии.- 2002. – № 3. – С. 25-27.

2. Самосюк, И.З. «Болевые синдромы» (Клиника, диагностика, лекарственные и физические методы терапии) / Н.И. Самосюк, Н.В. Чухраев, Е.Н. Чухраева // «НМЦ Мединтех», 2007, 268 с.

3. Самосюк І.З., Самосюк Н.І., Чухраєв М.В. Системний принцип організації рухових функцій і можливість багаторівневого впливу для їх відновлення з застосуванням фізичних чинників. Український вісник психоневрології, 2007; 15: 1(50): 110-113.

4. Спосіб фізіотерапевтичної корекції депресії при лікуванні міжхребцевих гриж поперекового відділу хребта, № 104416. Уніченко А.В.; Чухраєв М.В.; Руть Ю.В.; Короткий В.В.; Малишенко О.С. Опубл. 25.01.2016, бюл., № 2/2016.

5. Спосіб лікування міжхребцевих гриж поперекового відділу хребта, № 104417. Чухраєв М.В.; Чухраєва О.М.; Самосюк Н.І.; Левківська В.І.; Грушко Г.І.; Данілова О.О.; Уніченко А.В. Опубл. 25.01.2016, бюл., № 2/2016.

6. Chuhraev N.V. Psychophysiological correction of anxious depressive disorders in patients dorsopathy /N.V. Chuhraev, A.A. Vladimirov, V.I. Levkovskaya, W. Zukov /Journal of Education, Health and Sport. – 2015 / Vol. 5, № 6. – P. 273-280.

### **Івачевська О.В.**

*молодший науковий співробітник  
лабораторії психології спілкування,  
Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України*

## **РОДИНА ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ РЕПРОДУКТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ МОЛОДИХ ЖІНОК**

Феномен материнства завжди перебуває у фокусі уваги вчених різних галузей науки, а з огляду на трансформаційні тенденції в сучасному суспільстві, природно, не втрачає своєї актуальності. Чільне місце серед пріоритетних завдань третього тисячоліття посідає, зокрема, оптимізація репродуктивної поведінки молодих жінок в Україні. Протягом останніх десятиріч особлива увага вчених – теоретиків й практиків – зосереджена на статевому вихованні молоді, включаючи систему належного інформування щодо безпечного та відповідального материнства, важливості здорового способу життя, народження бажаних дітей в оптимальний віковий період; адекватного ставлення до сім'ї та підготовки до виконання материнської ролі. Різні аспекти материнства прискіпливо вивчають фахівці у галузі психології, описуючи функції матері, особливості її переживань, настановлень, очікувань, виділяючи типи, стилі та чинники материнської поведінки, ставлення, позиції тощо (В. І. Брутман, Н. П. Коваленко, С. Ю. Мещерякова, С. А. Мінюрова, О. О. Мурашко, Р. Ж. Мухамедрахімов, Р. В. Овчарова, Г. Г. Філіппова,

М. Ю. Чібісова та ін.). В сучасній психології особистості та психотерапевтично орієнтованих напрямках психології (Р. М. Shereshefsky and L. J. Yarrow, G. Bohein and B. Hegekull, M. J. Gerson at all, W. B. Miller та ін.) материнство вивчають як етап статевої та особистісної ідентифікації жінки переважно в контексті задоволеності власною материнською роллю. Більшість вчених пропонують розглядати материнство як унікальну психологічну категорію, що розкриває особливості особистісної та життєвої сфер жінки. При цьому, вкрай значущою вважають проблему створення особливих психологічних умов для формування усвідомленого та позитивного ставлення до майбутньої соціальної ролі.

Незважаючи на те, що питання свідомого, відповідального материнства, особливостей онтогенезу материнської сфери завжди перебували у центрі професійного інтересу психологів як пострадянського простору, так і зарубіжжя, видається мало розкритою проблема репродуктивної мотивації молодих жінок, оскільки остання досі не ставала предметом окремого психологічного дослідження.

Усебічне вивчення особливостей репродуктивної мотивації сучасних молодих жінок, з метою гармонізації їх майбутнього материнства, неможливе без урахування чинників її формування. Загальновідомо, що біологічне підґрунтя дітонародження залишається однаковим протягом тисячоліть [1, с. 53], тож ті зміни репродуктивної поведінки молодих жінок, що останнім часом спостерігаються в Україні, пояснюють переважно дією соціальних та психологічних чинників.

Н. В. Даниленко, виділяючи основні чинники формування психологічної готовності до материнства, наголошує на особливому впливові родини, у якій зростала жінка, звертає увагу на проблеми спілкування у батьківській сім'ї, розлучень, розмитих сімейних ролей, порушення стосунків по жіночій лінії, відсутності материнської жіночої ініційованості тощо [2, с. 16].

Погоджуючись із твердженням, що родина – первинне джерело соціалізації, розвитку особистості, закладення фундаменту самореалізації жінок, зокрема у материнстві, ми дослідили її вплив та значення у формуванні репродуктивної мотивації бездітних молодих жінок віком від 18 до 35 років й виявили тісний зв'язок їх спрямованості на народження чи відмову від народження дитини, залежно від особливостей сімейної системи, у якій вони зростали. Аналізуючи результати опитування та глибинного інтерв'ю, ми дійшли висновку, що

на формування мотивації народження молодою жінкою дитини у майбутньому впливають високий рівень інтегрованості родини, гармонійні стосунки молодої жінки з власними батьками, оптимальне матеріальне забезпечення у дитинстві та підлітковому віці, ставлення батьків молодої жінки до дітей в цілому, визнання їх цінності. Такі умови виховання майбутньої матері позитивно позначається на невпинному всебічному розвитку особистості, що в подальшому виявляється у гарному стані репродуктивного здоров'я, освіченості, ерудованості, спроможності забезпечити себе матеріально, високому ступені свободи та відповідальності. Однак, дана частка молодих жінок часто надає перевагу відкладанню вагітності, спрямовуючи зусилля на підготовку до материнства (створення сім'ї, купівля нерухомості, професійне становлення тощо).

Цікаво, що високий рівень матеріального становища родини, де зростала молода жінка, не є запорукою її вмотивованості народжувати власних дітей у майбутньому. Це пояснюється переважно тим, що діти (майбутні жінки) у таких сім'ях, на рівні з тими, хто переживав бідність, були позбавлені можливості спілкуватися з батьками за потребою, натомість спостерігали у них постійну втому від напруженої, важкої/складної праці та надвідповідальності за благополуччя родини. Таким чином, респондентки засвоїли послання: діти – надзвичайний клопіт, про що невпинно свідчили під час дослідження, детально обґрунтовуючи власні думки.

Й справді, родина, як система унікальних правил, філософії, сімейної історії, стильових особливостей виховання і комунікації, часто закладає таке підґрунтя репродуктивної мотивації молодих жінок, яке у майбутньому може перешкоджати ефективному самоздійсненню, самореалізації у материнській сфері через страх, негативний досвід, інтродюковані цінності тощо. Суспільний розвиток в Україні зумовлює переосмислення жінкою власних смисло-життєвих орієнтацій, актуалізує потребу підвищення її самоцінності й індивідуальності. Новий час висуває на передній план унікальну особистість з її свідомою репродуктивною поведінкою, яка несе персональну відповідальність за народження дитини та усвідомлює усі його наслідки. Однак, й досі наміри молодих жінок народжувати часто продиктовані не бажанням й готовністю стати матір'ю, натомість мотивуються певними соціально-економічними вигодами, або ж тиском формальних й неформальних соціальних експектацій. Водночас, викликає занепокоєння значна частка

(26% від загальної вибірки) молодих жінок, що перебувають у стані екзистенційної кризи через неспроможність оптимально розмістити дитину у власному матеріальному й емоційному просторі життя. Цьому сприяють завищені вимоги до молодих жінок з боку сім'ї при скрутному матеріальному становищі, подвійні послання, відсутність конструктивної підтримки, довірливих стосунків з матір'ю тощо. З іншого боку, специфіка взаємин, ціннісних орієнтацій, культури, матеріального становища родини сприяє формуванню у певної частки сучасних українських жінок мотивації добровільної бездітності («чайлд-фрі» – від англ. «Childfree» – вільні від дітей). Прихильниці такої філософії виказують небажання народжувати і виховувати дитину, попри задовільне репродуктивне здоров'я, надаючи перевагу професійній самореалізації та особистісному самовдосконаленню. За даними дослідження, значна частка жінок, що не бажають у майбутньому народжувати, мають негативний/травматичний досвід батьківсько-дитячих взаємин чи інтроектвані смисло-життєві орієнтації, які виключають можливість розглядати дитину як цінність.

Варто відзначити непоодинокі випадки, коли народження дитини мотивується «задоволенням запиту сім'ї», з метою відповідності очікуванням значущих Інших (мати, батько, бабуся, дідусь та ін.). Такі мотиви часто призводять до негативних наслідків, зокрема особистісні дисгармонії, неналежне чи жорстоке виховання, сирітство тощо.

Видається важливим, аби повнолітні молоді жінки вирішували питання народження чи відмови від народження кожної дитини вмотивовано, свідомо, самостійно, не з примусу, а згідно власних бажань, виходячи із актуальних потреб й можливостей. Варто не забувати, при цьому, про можливість отримання психологічної консультаційної чи психотерапевтичної допомоги, спрямованої на набуття внутрішньої свободи, активізацію здатності брати на себе відповідальність, керувати своїм життям, тобто здійснювати адекватні життєвим обставинам і собі репродуктивні вчинки.

У наступних доповідях ми розглянемо основні мотиви народження чи відмови від народження дітей, а також приділимо більшу увагу економічним, соціальним та психологічним чинникам репродуктивної мотивації молодих жінок в Україні.

### **Список використаних джерел:**

1. Зинченко Ю. П. Философско-психологические аспекты изучения репродуктивной функции / Ю. П. Зинченко // Вестник Московского университета. – Серия 7. Философия. – № 5. – 2003. – С. 53–61.

2. Даниленко Н. В. Психологічна готовність жінки до материнства: сучасні дослідження / Н. В. Даниленко // Наука і освіта. – 2004. – № 4–5. – С. 14–17.

**Ковальчук Л.І.**

*студентка;*

**Мудрик А.Б.**

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

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ УРГЕНТНОЮ АДИКЦІЄЮ ТА ОЗНАКАМИ РОБОТОГОЛІЗМУ**

У сучасному світі, який розвивається досить стрімко, дуже важливо встигати за темпами соціуму. Науково-технічний прогрес стимулює високий інтерес до діяльності особистості, вимагаючи від неї максимальної активності, високої кваліфікації, різностороннього розвитку. Під впливом цих важелів суспільства виникає та широко поширюється явище ургентної адикції, яке проявляється як залежність від постійної нестачі часу.

Вивченням явища ургентної залежності займалися зарубіжні та вітчизняні науковці: А. Артемчук, А. Голева, Н. Дмитрієва [2], І. Зеленко, Є. Ільїн [1], Ц. Короленко [2], В. Ляудіс, В. Менделевич, В. Міллер, Н. Моргунова, В. Слюсарь, К. Стволигін, Н. Тассі [4], О. Шибко [3] та ін..

Однією з актуальних проблем в сучасній психології більшість спеціалістів упродовж останніх років не лише в Україні, але й у світі називають вивчення ургентної адикції як форми адиктивної поведінки особистості. Термін «ургентна адикція» був введений Н. Тассі у 1993 році після публікації одноіменної монографії [4]. У своїй роботі



авторка не представила дефініції досліджуваного нею терміну, але запропонувала основні характеристики, які властиві цій залежності. Серед них: жорсткий моніторинг часу з боку адиктів, реалізація життя на «високій швидкості», постійне прийняття всіх вимог, що пов'язані з роботою, відмова від особистого часу, нездатність радіти теперішньому моменту, емоційно негативне ставлення до майбутнього.

Ц. Короленко та Н. Дмитрієва справедливо зауважують, що «для ургентного адикта час стає тираном, який розпоряджається його життям і його контролером» [2, с. 130].

Ургентна залежність розвивається непомітно, під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів. У людини спочатку виникає відчуття спроможності виконати накопичені справи завдяки ентузіазму. Проте з часом ситуація змінюється: обов'язки зростають, а часу на їх виконання не вистачає. Людина намагається виконувати всю роботу, без відпочинку, витрачаючи свій особистий час, часто не досипаючи. Для ургентного адикта, як і для роботоголіка, патологічне захоплення роботою стає змістом життя, втечею від реальності [3, с. 67].

Саме з метою дослідження взаємозв'язку між рівнем ургентної залежності та ознаками роботоголізму було проведено дослідження, у якому взяли участь 30 осіб у віці від 17 до 22 років. У проведенні експерименту були використані наступні методики: методика «Діагностика ургентної залежності» О. Шибко, яка спрямована на виявлення загального рівня ургентної залежності та опитувальник «Роботоголізм» Є. Ільїна [1, с. 208], який дозволяє оцінити рівень залежності особистості від постійної професійної чи навчальної зайнятості.

Результати проведеного дослідження показали, що для 80% вибірки респондентів властивий помірний рівень ургентної залежності, слабкий рівень – у 17% та відповідно 3% мають сильно виражені ознаки ургентної адикції, яка демонструється в переживанні з приводу нестачі часу, у відчутті сповільненості та у бажанні прискорити темп подій.

За підсумками отриманих даних дослідження за опитувальником Є. Ільїна виявлено ознаки роботоголізму у 77% студентів, у 23% досліджуваних такі ознаки відсутні.

На основі результатів використаних методик дослідження ми провели кореляційний аналіз. За допомогою коефіцієнта Пірсона обчислили показник кореляції  $r = 0,46$ , що свідчить про тісний кореляційний зв'язок між рівнем ургентної залежності та ознаками

роботоголізму. В цьому випадку можна говорити про те, що чим більше студенти завантажують себе завданнями та планують майбутні справи, тим більше у них проявляються ознаки ургентної адикції.

Підсумовуючи всі результати, можна змалювати особистість з ознаками роботоголізму та помірним рівнем ургентної залежності. Тобто студенти, які сумлінно ставляться до виконання самостійної роботи, постійно відчують, що не встигають виконати ту чи іншу навчальну справу, виявляють високий рівень навчальної діяльності. Постійне відчуття «браку часу» може бути наслідком нераціональної роботи, надмірною кількістю часу, витраченого на спілкування у порівнянні із часом, який відводиться на самостійну роботу. Таким чином, гіпотеза про те, що між ургентною залежністю та ознаками роботоголізму існує зв'язок, підтвердилась.

Таким чином, внаслідок вивчення та аналізу особливостей ургентної залежності у досліджуваних ми виявили та підтвердили її взаємозв'язок з ознаками роботоголізму. Для подальших наукових досліджень перспективою є поглиблення емпіричного вивчення психологічних особливостей схильності особистості до ургентної залежності.

#### **Список використаних джерел:**

1. Ильин Е.П. Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 224 с.
2. Короленко Ц.П. Психосоциальная аддиктология / Ц.П. Короленко, Н.В. Дмитриева. – Новосибирск: Изд. «Олсиб», 2001. – 251 с.
3. Ургентная аддикция как форма аддиктивного поведения личности / О.Л. Шибко // Психологический журнал. – 2006. – № 3(11). – С. 65-69.
4. Tassi N. Urgency Addiction / N. Tassi. – New York: A Signet Book, 1993. – 197 p.

**Кононенко К.А.**

*студент,*

*Одеський національний університет*

*імені І.І. Мечникова*

## **РОЛЬ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОГО ВАКУУМА И ПЕРЕЖИВАНИЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ СВОБОДЫ В ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Как человеческая деятельность, творчество является процессом, создающим новые материальные и духовные ценности, или итог создания объективно нового. Основным критерий, отличающий творчество от изготовления – уникальность его результата. Результат творчества невозможно прямо вывести из начальных условий. Также в процессе и результате отражается психологическое состояние человека в момент создания работы. Карл Роджерс [3, с. 320] видел творчество не только и не столько в создании чего-то нового, но, прежде всего, в создании новых граней собственной личности.

Экзистенциальная психология, вслед за гуманистической, признает личность как целостную уникальную систему, «открытую возможность», ждущую своей реализации. Согласно Ж.П. Сартру [4, с. 319-345] человек заброшен в бессмысленный мир, и он сам придает смысл этому миру и своему существованию, он сам себя творит. Посредством творчества каждая личность делает себя личностью, то есть дает себе знать о том, что она есть. Основной движущей силой развития человека является поиск смысла жизни. Человеческая деятельность, соответственно, предопределяется не прошлым, а будущим.

Исходя из этого, в качестве источников творческой активности выдвигается ещё ряд факторов:

1. Поиск смысла жизни. И. Ялом считает, что ощущение смысла дают творчество, самоактуализация.

2. Желание реализации собственных возможностей, т.к. от этого зависит полнота бытия человека.

3. Поиск своего «подлинного» бытия. В процессе творчества человек приходит к себе, к своему подлинному существованию.

4. Потребность почувствовать себя свободным.

Следовательно, источником творческой активности человека является поиск смысла жизни и подлинности существования, желание

реализации потенциальных возможностей. Это наполнение достигается благодаря экзистенциальной исполненности – понятию, введенному в психологию В. Франклом, и означающему наполненность жизни смыслом, который, как правило, ощущается как «полнота жизни», как «настоящая» жизнь, как исполнение и как глубокое счастье, потому что в таком случае жизнь является осознанной. Это осознание возможно благодаря четырём имманентным свойствам психики:

- Самодистанцирование – способности к осознанию ситуации в целом и возможных вариантов решения;
- Самоотрансценденция – способность соотноситься с чувствами и ценностями, значимыми для субъекта;
- Свобода – способность выбирать единственный, наиболее подходящий вариант действий, и решаться на его осуществление;
- Ответственность – способность выдержать процесс воплощения решения в жизнь, обратную связь мира.

Тот, кто проживает жизнь как наполненную смыслом, тот не думает о нем, а отдан процессу его осуществления, подобно тому, как слушающий любимого исполнителя не думает о счастье, которое он сейчас испытывает, а отдан музыке и исполнению.

Результатом слияния этих переживаний в творчестве человека, не обременённого страхом, тревогой, скованностью, нерешительностью и сдерживающими началами становится творческий продукт, объединяющий в себе три акта творческого процесса:

Первый акт – акт интуиции и желания. Происхождение замысла.

Второй акт – акт знания и рассуждения. Выработка схемы или плана.

Третий акт – акт умения. Конструктивное выполнение изобретения.

Всё это находит отражение в высокой личностной ценности для человека. В итоговом продукте творчества воплощаются актуальные особенности личностного смысла человека, (как вариант жизненного пути, наиболее точно соответствующий потребностям, ценностями и чувствами личности для достижения цели), что даёт прямую связь с психикой человека, в момент его наибольшей целостности и интегрированности. В данном случае, продукт творчества выполняет роль контейнера переживаний, связанных с данным выбором.

Ролло Мэй [2, с. 128] считает, что наивысшее из всех видов мужества – это мужество творчества. Если нравственное мужество способствует уничтожению зла, то мужество творчества, наоборот,

направлено на создание новых форм, новых символов, новых принципов. Люди стремятся приспособиться к миру и жизни через отчуждение от собственных глубоких, истинных чувств. Эта решительность в создании смысла произрастает из переживаний бессмысленности и опустошенности. Субъективное переживание «внутренней пустотой» бытия было названо в работах В. Франкла «экзистенциальным вакуумом». В противоположность предельным переживаниям, экзистенциальный вакуум можно считать «переживанием бездны».

Данный вид переживаний также способен объединит личность человека в одной точке, без остатка. Но если переживание исполненности дает возможность ощущения уверенности в своём пути и полноту жизни, то переживание бездны включает в себе опустошенность и пустоту перспектив.

Ощущение утраты смысла и неопределённости мира является ужасающим чувством и у человека возникает непреодолимое стремление к их преодолению. При длительном переживании данное чувство приводит к нарастанию чувства фрустрации, Не найдя смысл своего существования, человек испытывает ноогенный невроз [1, с. 299] основными признаками которой являются скука и апатия. Творчество, в данном случае, является встречей с самим собой, которая всегда несет с собой элемент страха, поскольку она не только изменяет наши прежние границы и системы координат, она изменяет нашу связь с миром. Но без этой встречи невозможно не только создать новый, наполненный смыслом мир, но и никакой другой творческий процесс. Если человек способен преодолеть охватывающее его оцепенение, искусство становится тем контейнером, способным принять эго переживания.

«Отчаяние возможного» у эстетического человека связано с фактичностью, не соответствующей ожиданиям человека. В своем сознании такой человек стремится подменить своё Я другим Я, обладающим некоторыми преимуществами: силой, умом, красотой и т. п. Отчаяние, возникающее от нежелания быть самим собой, приводит к распаду самости. Отдельные эстетические удовольствия фрагментарны и не обладают единством. В результате Я «рассыпается в песок мгновений».

Получившийся в итоге данного процесса творческий продукт является, в определённой степени, является преодолением самого себя, отходом от предыдущей жизни, потерявшей смысл в новую. Оно

совмещает в себе парадокс единства со своим путём и отстранённости от него, переходя от оцепенения к рывку.

Таким образом, в творчестве человека неразрывно связаны два крайних состояния: переживание исполненности и бездны.

Экзистенциальная исполненность является творческим воплощением энергии, направленной на стремление к развитию. Человек, достигший этого высшего уровня, добивается полного использования своих талантов, способностей и потенциала личности.

С другой стороны, переживания бездны является тем, что запускает потребность в реализации через творчество. Являясь реализацией сублимированным инстинктом смерти, оно символизирует раскол и последующую интеграцию двух частей жизни человека. Это внутреннее опустошение становится тем ответом в поиске смысла жизни, которого ищет человек. И через эту смерть системы личностных смыслов он может перейти на уровень творчества по отношению к самому себе.

Оба этих вида переживаний объединены тем, что они воплощают в себе абсолютную свободу человеческой жизни – способность к безграничному выбору через утрату и нахождение персонального жизненного смысла.

#### **Список использованных источников:**

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни // Москва, 1991. – 299 с.
2. Мэй Р. Мужество творить: Очерк психологии творчества // Львов, 2001. – 128 с.
3. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия // Москва, 1997. – 320 с.
4. Сартр Ж.П. Экзистенциализм – это гуманизм // Москва, 1990. – 319-345 с.
5. Франкл В. Основы логотерапии // Санкт Петербург 2000. – 120 с.

**Селіванова А.М.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Мороз Р.А.*

*доктор психологічних наук, доцент,*

*Миколаївський національний університет*

*імені В.О. Сухомлинського*

## **СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

Будь-яка діяльність вимагає від спеціаліста певних знань, умінь та навичок. Сукупність цих характеристик складає таке багатогранне поняття, як професійна компетенція. Для психолога особливо важливо сформулювати адекватне уявлення про власну компетентність, адже він працює з іншими людьми, а головний його обов'язок – не нашкодити. Завдяки цим знанням психолог зможе більш успішно, ефективно і продуктивно виконувати свою роботу.

Аналіз попередніх досліджень свідчить, що проблемі формування професійних компетенцій присвячені дослідження вчених: Г. Абрамова, В. Байденка, Л. Берестова, Г. Гребенюк, І. Зимньої, І. Зязюна, Б. Ельконіна, Є. Климова, Н. Кузьміної, В. Куніцина, А. Маркової, Л. Орбан, Н. Ничкало, О. Пехоти, Дж. Равена та ін.

Дуже важливо розвивати професійні компетенції майбутніх психологів під час навчання у вищому навчальному закладі. А це, на нашу думку, неможливо без використання компетентнісного підходу в освіті.

Мета статті полягає у розкритті особливостей формування професійних компетенцій майбутніх психологів під час навчання у ВНЗ.

Реалізація Болонського процесу забезпечує перехід до компетентнісної парадигми в системі вищої професійної освіти. Разом з тим, аналіз даної парадигми дозволяє виявити відмінності дослідницьких підходів до понять «компетенція», «компетентність». Існує дві точки зору, стосовно цих понять. Одні автори зазначають, що ці поняття тотожні [3], інші навпаки, – що вони відрізняються [4, с. 58-64]. Ми не вважаємо ці поняття тотожними: поняття «компетентність» більш широке, воно визначається як результат володіння компетенціями.

Компетентність – це комплексна характеристика особистості, яка проявляється у здатності виконувати певні функції, які визначені колом

професійних повноважень. Компетентність визначає рівень професіоналізму особистості, а її досягнення відбуваються через здобуття нею необхідних для певної професії компетенцій.

Таким чином, під «компетенцією» я розуміється сукупність певних якостей особистості (знання, уміння, навички, способи діяльності), необхідних для професійної діяльності.

Для успішної адаптації в професійній і соціальній сферах випускнику вищого навчального закладу необхідно мати високий рівень професійних компетенцій, що дозволяють ефективно реалізувати себе в спеціальності та забезпечити умови для безперервного кар'єрного росту. Навчання майбутніх психологів у ВНЗ направлено на розвиток сукупності професійних компетенцій [2, с. 104-107]. Формування компетентності психологів представляє собою поетапний процес їх професійно-особистісного становлення в навчальній та професійній діяльності.

Професійна компетенція психолога є досить складним психологічним утворенням, яке включає в себе не лише знання, уміння й навички, а й професійно важливі якості [1, с. 367-340]. До професійно важливих якостей відносяться: відкритість, емпатія, комунікативність, рефлексія, конгруентність, спостережливість, мобільність, стресостійкість, самовладання, цілеспрямованість тощо.

Аналіз сформованої системи підготовки майбутніх психологів довів, що її подальше вдосконалення полягає в цілеспрямованому розвитку професійно значущих знань, умінь, навичок і якостей, які складають основу компетентності випускника вищого навчального закладу.

Вдосконалення системи професійної освіти полягає у використанні компетентнісного підходу в освіті, який включає в себе використання активних методів і технологій навчання. Завдяки цьому активізується пізнавальна і особистісна активність студентів.

Основними шляхами підвищення ефективності формування професійних компетенцій у майбутніх психологів є:

а) посилення практичної спрямованості всіх видів навчальних занять;

б) вдосконалення самостійної роботи студентів;

в) підвищення ролі інформаційних технологій в навчанні студентів.

Таким чином, формування професійних компетенцій є однією з основних тенденцій сучасної вищої професійної освіти. Завдяки



сформованості професійних компетенцій майбутні психологи зможуть стати конкурентоспроможними та успішними професіоналами.

### **Список використаних джерел:**

1. Карандашев В. Н. Психология: Введение в профессию: учебник и практикум для академического бакалавриата / В. Н. Карандашев. – М.: Индательство Юрайт, 2016. – 430 с.
2. Петьков В. А., Филоненко В. А. Самоорганизация как условие профессионального роста специалиста // Вестник Армавирского института социального образования (филиала) РГСУ. 2014. – С. 104-107.
3. Равен Джон. Компетентность в современном обществе. Выявление, развитие и реализация / Пер. с англ. – М.: «Когито-Центр». – 2002. – С. 396.
4. Хуторской А. В. Ключевые компетенции как компонент личностно-ориентированной парадигмы образования / А. В. Хуторской // Народное образование. – 2003. – № 2. – С. 58-64.

**Цибуркова В.Ю.**

*студентка,*

*Одеський національний університет*

*імені І.І. Мечникова*

## **СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ТОЛЕРАНТНОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ: СПРОБА ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ**

На заході проблема толерантності загострилася раніше, ніж на пострадянському просторі у психології. Але толерантність як об'єкт дослідження інших наук існує з античних часів, коли був розквіт філософії. Толерантність – це засіб, за допомогою якого людина долає власні межі уявлення щодо звичних явищ навколишнього світу. Усі дослідження толерантності спрямовані на різноманітні докази того, що це необхідна характеристика людини і її потрібно розвивати. Сучасні зовнішні умови ставлять такі вимоги до людини, що вона має бути толерантною, терпимою, поважною, ввічливою по відношенню до тих людей, які, наприклад, порушують психологічні межі чи вносять кардинальні зміни в уявлення про навколишній світ, що викликають дискомфорт. Реальним прикладом є політична ситуація на сході України, котру можна назвати випробуванням толерантності для усіх учасників

свідків цих військових подій, тому що більшій частині країни довелося зіштовхнутися із неоднозначним інформаційним простором та стрімкими змінами у житті. В науковому просторі усвідомлюють значимість толерантності, але навіть в рамках психології це відбувається у різних її напрямках: етнопсихологія, психологія спілкування, психологія конфліктів, психологія релігії, педагогічна психологія, політична психологія. Багато доступної інформації має своє коріння не з психології, а з близьких їй гуманітарних наук. Психологія виступає лише як інструмент для дослідження толерантності у міждисциплінарній площині. Це призводить до розмиття суто психологічного поняття толерантності і відтак розвиток психології толерантності трансформується у площину іншої науки. Слід відзначити, що психолог впливає на об'єкт вивчення (в даному випадку на толерантність) своєю особистістю і вивчення толерантності представляється у деяких випадках однобічно. Тобто тільки з боку особистої сфери інтересів науковця, на яку впливає його особистий семантичний простір поняття толерантності. Я бачу проблему у нестачі суто психологічної інформації про толерантність у рамках сучасного стану психологічної науки з об'єктивних позицій дослідників.

Мета статті полягає у теоретичному аналізі проблеми толерантності в сучасній психологічній науці.

Толерантність не суто психологічне поняття, тому це ускладнює його розуміння у рамках психології.

Щодо одного з зарубіжних перших напрацювань про толерантність у психології слід відзначити книгу Г. У. Олпорта «Природа упередження», який вперше охарактеризував толерантний і інтолерантний типи особистості та звернув увагу дослідників на вивчення толерантності як психологічного феномена [8, с. 16-17].

Наступним важливим кроком, який вплинув на розуміння толерантності в психології, є прийняття Декларації принципів толерантності (ЮНЕСКО) 16 листопада 1995 року, де на міжнародному рівні у соціально-політичній площині ЮНЕСКО визначило, якою повинна бути толерантність у своїх проявах [5, с. 57].

Деякі дослідники звертають увагу на значення поняття на інших мовах. Ми підтримаємо думку з думкою Д. О. Леонтьєва, що огляд і порівняння різних сенсів не приводить ні до якої визначеності поняття толерантності, тому що вони навіть не зіставляються між собою [3, с. 3].

Але психологу необхідно мати на увазі ці сенси для загальної обізнаності.

В зарубіжній психології склалися 3 основні підходи до дослідження толерантності: класичний, некласичний та проміжний [7, с. 149-158].

Крім того, в зарубіжній психології толерантність розглядається у соціально-психологічному та поведінковому аспектах [4, с. 315-320].

У пострадянському науковому просторі С. Л. Братченком була зроблена спроба структуризації підходів до розуміння толерантності [2, с. 106-110].

Пізніше Г. Л. Бардієр вказав, що толерантність опосередковано зв'язана з психологічними захистами і копінг-стратегіями, внутрішнім конфліктом людини із зовнішньою середою [1, с. 29].

Тобто Д. О. Леонтьєв зміг об'єднати основні тенденції дослідження толерантності у типові помилки, сформулювати власне визначення толерантності та виділити ряд її індикаторів [3, с. 11-12].

О. Г. Асмолов виділяє 3 основних аспекти толерантності і розуміє толерантність як прояв активності, що реалізується інтеракційно [6, с. 36].

Притримуючись інтегрального підходу до толерантності Г. У. Солдатова об'єднує в носії толерантності різноманітні прояви толерантності [6, с. 36].

У сучасній українській психології проблема толерантності представлена дослідниками М. М. Скрипником, В. М. Павленком, М. М. Мельничуком. Вони створили теоретико-психологічну модель толерантності як багаторівневої характеристики особистості [9, с. 172]. Українськими психологами були запропоновані підходи до розуміння толерантності в сучасній психологічній науці [8, с. 45-48]. Ними перелічується низка функцій толерантності. Завдяки даній монографії узагальнюється існуюча інформація стосовно толерантності.

О. Я. Шаюк виділила ряд компонентів толерантності згідно з основними психологічними напрямками [10]. Вчена визначає толерантність як психологічне явище, яке має специфічну структуру і розглядається в діалектичному комплексі вище зазначених компонентів.

Поодинокі дослідження здійснюються стосовно етнічної толерантності (Є. І. Шлягіна, А. Г. Асмолов, Г. У. Солдатова, Л. А. Шайгерова) і комунікативної толерантності (В. В. Бойко, М. Т. Громкова, В. М. Гришук, П. Ф. Комогорова, Л. І. Маленкова,

А. В. Мудрика, Л. А. Ніколаєва, О. Б. Скрябіна, Г. П. Щедровицкий, Л. П. Яцевич, С. В. Русакова).

Сьогодні багато уваги приділяється дослідженню розвитку, формуванню та вихованню толерантності у зв'язку з тим, що толерантність – важливий компонент життєвої позиції зрілої особистості [8, с. 20]. Це зауваження наголошує увагу на тому, що у процесі свого розвитку особистість удосконалює цю характеристику в собі.

Моя наукова робота, мета якої полягала у теоретичному аналізі проблеми толерантності в сучасній психологічній науці, отримала наступні результати:

- в межах науки психології проблема толерантності доволі молода;
- велика кількість теоретичних та практичних досліджень свідчить про її гостру актуальність;
- багатозначність поняття заважає порозумінню у науковому співтоваристві;
- у зарубіжній сучасній психології прояви толерантності схильні узагальнювати біполярно;
- виділяються підходи до розуміння толерантності, що мають підґрунтя з психологічних напрямків і сфери проявів толерантності;
- вітчизняні сучасні психологи задля операціоналізації поняття толерантності створюють її компонентну структуру, виділяють функції, класифікують толерантність згідно об'єкта, з яким особистість поводить себе толерантно.

Таким чином, проблема толерантності у сучасній психологічній науці актуальна вже більше ніж півстоліття, і за цей час зарубіжні та вітчизняні психологи дослідили у межах власних наукових інтересів різноманіття її проявів, багаторівневність та складність структури. На себе звертає увагу велика кількість прикладних досліджень стосовно зв'язку толерантності та певних особливостей проявів особистості і напрошується висновок про необхідність більш детальних емпірично доведених і теоретично обґрунтованих даних про толерантність в системі індивідуально-особистісних особливостей особистості. Ми вважаємо, що в перспективі необхідно об'єднати ті характеристики, що притаманні толерантній особистості та покласти їх в основу комплексної методики діагностики толерантності.

### Список використаних джерел:

1. Бардиер Г. Л. Социальная психология толерантности: автореф. дис. на соискание научн. степени докт. псих. наук: спец. 19.00.05 «Социальная психология» / Г. Л. Бардиер – Санкт-Петербург, 2007. – 46 с.
2. Братченко С. Л. Психологические основания исследования толерантности в образовании / С. Л. Братченко. // Педагогика развития: ключевые компетентности и их становление. – 2003. – С. 104–117.
3. Леонтьев Д. А. К операционализации понятия толерантность / Д. А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 2009. – № 5. – С. 3–16.
4. Оконешникова Н. Л. Проблема толерантности личности в современной зарубежной психологии / Н. Л. Оконешникова // Материалы Сибирского психологического форума. – Томск: Томск. гос. ун-т, 2004. – 862 с.
5. Риэрдон Б. Э. Толерантность – дорога к миру / Риэрдон Б. Э. – Бонфи – М.: Бонфи, 2001. – 303 с.
6. Толерантность в современном обществе: опыт междисциплинарных исследований: сборник научных статей / под научн. ред. М. В. Новикова, Н. В. Нижегородцевой. – Ярославль: Изд-во ЯГПУ, 2011. – 357 с.
7. Король Л. Д. Феномен толерантності аналіз концептуальних підходів у площині зарубіжної психології / Л. Д. Король // Вісник Одеського національного університету. Серія: Психологія. – 2013. Т. 18. Вип. 22. Ч. 2 – С. 149–158.
8. Психологія толерантності особистості (на матеріалі дослідження студентів): монографія / В. М. Павленко, М. М. Мельничук. – Полтава: ФОП Мирон І. А., 2014. – 244 с.
9. Скрипник В. М. Теоретико-психологічна модель толерантності як багаторівневої характеристик особистості / В. М. Скрипник, М. М. Павленко. // Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія. – 2011. – № 46. – С. 171–174.
10. Шаюк О. Я. Психологічні особливості формування професійної толерантності у майбутніх економістів: дис. канд. псих. наук: 19.00.07 / О. Я. Шаюк – Тернопіль, 2011. – 216 с.

## МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Березко І.В.**

*научний співробітник лабораторії когнітивної психології  
Інституту психології імені Г.С. Костюка (Київ)*

### **СПЕЦИФИКА ПРОЦЕСОВ САМОПОНИМАННЯ І КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ У ОНКОЛОГІЧЕСКИХ БОЛЬНИХ**

В обычном физиологическом состоянии мы проживаем свою жизнь, не задумываясь о том, как функционирует наш организм, потому что он не «дает о себе знать». Но в периоды болезней телесные ощущения вносят свои коррективы в наш образ жизни и привычные алгоритмы повседневности. Это распространяется не только на сложные болезни, а и на самые обычные, но механизм будет сходным – то, что было фоном жизни, начинает перетягивать на себя «локус контроля». Тело подает сигналы, которые мы не можем проигнорировать, или, если делаем это, – то впоследствии расплачиваемся усугублением отклонений в работе органов и систем. Именно в этом случае с заболеванием связана и большая психологическая нагрузка – резко, одномоментно формат жизни меняется, и корректируется появлением серьезных ограничений. Это не просто короткий перерыв, «больничный», а такое ощутимое изменение, которое меняет приоритеты, и телесное «Я» становится объектом рефлексии, воздействия, «точкой сборки» внимания в определенный период времени. Второстепенными становятся прочие опции жизни: работа, отношения, жизнь других людей, в которой ранее мы принимали самое деятельное участие. Телесное неблагополучие влечет за собой спектр переживаний и состояний, меняющих фильтры мировосприятия, ощутимо тускнеют краски внешних событий, а внутренний сонм голосов сливается в потоке жалоб на диссонанс «тянет», «режет», «жжет» и т.п. Физиологии без замедления вторит эмоциональное «Я», ощутимо снижается эмоциональный тонус, появляются тревожные состояния, раздражение, пессимистический настрой, своеобразный эмоциональный «регресс» к состояниям «позаботьтесь обо мне», адресованный окружающим.

Если диагностирована болезнь, которая самым фактом своего внедрения в тело человека воспринимается им как трагедия, то эмоциональные состояния приобретают бóльший размах и амплитуду. Это в первую очередь касается онкологических заболеваний, которые, как правило, «выныривают» как медицинский диагноз «вдруг и неоткуда».

Онкологический диагноз, не в последнюю очередь благодаря его мифологическому образу в обывательском представлении как заболевания «однозначно смертельного», может актуализировать и мега-драматические переживания, особенно на стадии получения статуса онко-больного. В какие-то моменты жизни мы являемся заложниками представлений, автоматизмов, которые внедрены в нас социумом, а в отношении онкологии обывательское сознание весьма преуспело в вынесении «вердиктов». Наиболее распространенный из них, помимо «смертельности», заключается в представлении об онкологическом заболевании как маркере жизни в «неправильном направлении», и манифестация того, что основные приоритеты в жизни должны быть изменены и пересмотрены. Это настолько распространенный миф, игнорирующий иные факторы, вызывающие возникновение данного заболевания, что иногда хочется парировать: неужели все те, кто не болеет онкологией – проживают свою жизнь правильно и в полном соответствии со своими интенциями? Ведь совершенно очевидно, что это не так. Но в период, когда жизнь протекает в привычном формате, мы об этом просто не задумываемся. И не потому, что у нас нет психологических проблем, которые нуждаются в осмыслении и ценностной перестройке, а потому, что так устроена человеческая природа: она инертна, и в периоды функционирования в «накатанном» режиме рефлексивные погружения как бы лишены смысла... Это, как правило, так, но не единственно возможный вариант самоосуществления, что связано и с общей концепцией жизни, и образом себя. Эти концепции, как правило, становятся более очевидными, «прозрачными», в периоды сбоя в привычном течении жизни. «Необходимость само-осмысления, уточнения или даже пере-уточнения личного проекта особенно обостряется в периоды переломных событий, когда человек сталкивается с ситуациями, которые условно можно назвать «прерванной идентичностью» [1, с. 15].

Коррелируют с данными концепциями себя так называемые копинг-стратегии: способы совладания со своими проблемами. Например,

довольно распространенным является представление о своём организме, как о механизме, который функционирует «как часы» большую часть жизни, и болезнь воспринимается как «поломка» в этом механизме, что влечет за собой попытки понять, что именно вышло из строя, и эта функция делегируется специалисту-медику. Во время болезни, особенно если речь идет о сложном заболевании, человек может испытывать чувство беспомощности, связанное с тем, что собственно лечение – это определенные воздействия, в которых он вынужден пассивно принимать «то, что с ним делают», и видимой возможности внести свою «лепту» в этот процесс не представляется. Если данный человек привык к тому, что в жизни он является активной личностью, контролирующей все происходящее, то это усиление пассивного формата жизни, потеря контроля над происходящим ощутимо выбивает из колеи. Но даже в рамках этого представления часть больных начинают искать ресурсы, которые позволяют мобилизовать организм, повысить тонус, дать себе шанс – даже в условиях прохождения стандартных лечебных протоколов – искать дополнительные опции, благодаря которым лечение будет максимально эффективным.

Встречается и другая стратегия, в которой болезнь воспринимается как «враг», который может быть повержен в активном противостоянии ему. В данном случае психологический слой такой установки имеет свои плюсы и минусы. Строго говоря, все процессы, протекающие в организме – «наши», и квалифицировать их как мишень для борьбы означает процесс отчуждения, отщепления части себя, процесс дезинтеграции, который не всегда является конструктивным. С другой стороны, попытки идентифицировать внутренние зоны, которые отождествляются с болезнью, и как-бы локализовать их – являются ресурсом для объединения другой части внутреннего пространства для «священной войны», и иногда эти стратегии оказываются достаточно эффективными. Гораздо хуже, если болеющий воспринимает «захватчика» как влиятельную, превосходящую силами внутреннюю персоналию, и осознанно или неосознанно тяготеет к «капитуляции». В этом случае более чем важно может быть как раз актуализация установки, что болезнь не является чем-то абсолютно неподконтрольным человеку, что от его настойчивости в прохождении лечения, мобилизации внутренних ресурсов зависит очень много.

Отдельная категория онкологических больных расценивает болезнь как экзистенциальное указание на то, что жизненная реализация зашла в



тупик, или попала в зону, в которой удовлетворение потребностей, ценностей, внутренних интенций находится в зоне осязаемой бифуркации. Мы уже писали об этом выше, описывая социальные стереотипы представлений о серьезных заболеваниях. Здесь проективные смысловые конструкции, которые человек «набрасывает» на болезнь, тоже могут различаться. Часть болеющих считает, что болезнь манифестирует собственно само течение жизненной ситуации как тупиковой, зашедшей в экзистенциальный «глухой угол», и для некоторых это воспринимается как некая «точка невозврата», толчок нивелировать предшествующую личную историю, и начать «с чистого листа». Менее драматичная и категоричная версия интерпретации причин заболевания тяготеет к тому, что болезнь – это союзник человека, который всеми доступными ей способами транслирует ему послание о необходимости пересмотра жизненных приоритетов. Данные концепции заболевания продуцируют копинг-стратегии, в которых основной акцент делается на ценностной ревизии. Понятно, что масштаб такой ревизии зависит от интенсивности перемен, в которые вовлечен человек. Если жизненный сценарий меняется кардинальным образом, то само-идентификация превращается в отбраковку нежизнеспособных в данных условиях «Я-составляющих». Эта процедура тяготеет к обесцениванию, но совсем не обязательно: главным образом эта ценностная ревизия является поиском ресурсов, а идентичности, которые не являются эффективными в таких обстоятельствах, могут просто «контейнироваться» до лучших времен, или символически отправляться «на скамью запасных». И, вероятно, речь идет не о поиске единственного ресурса, а кластера, «команды» «Я»-идентичностей, которые, во-первых, могут нейтрализовать разрушительное и дезадаптивное влияние ситуации на личность, а, во вторых, трансформировать реальность таким образом, чтобы человек имел возможность приспособиться к сложным жизненным обстоятельствам.

Очень часто старые, привычные идентичности нежизнеспособны, непродуктивны в условиях сложной ситуации, их «беспомощность» дает толчок к поиску возможных вариантов само-трансформаций. Но это не происходит немедленно, у процессов самопонимания достаточно высокая инертность, потому что формирование идентичности – не мгновенный процесс, и от определенных измерений «Я» невозможно избавиться даже при условии их очевидной нежизнеспособности. Устойчивые идентичности обычно оказывают активное сопротивление

трансформациям, не просто отстаивая своё право на существование, но и «настаивая», что их лучше не трогать и оставить в первозданном виде.

«Наше переживание страдания, наше поведение в экзистенциально-предельных состояниях сильно зависят от того, как мы понимаем случившееся с нами, какое значение и смысл мы придаем происходящему. При встрече лицом к лицу с болезнью и смертью вопрос о смысле является жизненно важным, и потому мы можем вполне осознанно ставить его» [2, с. 38]. И, в конце концов, сложная жизненная ситуация может стать началом новой жизненной истории, иногда ценой кардинальных изменений во внутренней реальности.

#### **Список использованных источников:**

1. Чепелева Н.В. Самопроекування особистості в дискурсивному просторі / Н.В. Чепелева // Наукові студії із соціальної та політичної психології; зб. статей / НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології; [ред. рада: М.М. Слюсаревський (голова), В.Г. Кремень, С.Д. Максименко та ін.]. – К.: Міленіум, 2012 – Вип. 31. – С. 12-20.

2. Виртц У., Цобели Й. Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии / Урсула Виртц, Йогр Цобели // Издательство: Когито-Центр, 2012.

**Кирилюк А.В.**

*студент,*

*Науковий керівник: Матейко Н.М.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Прикарпатський національний університет*

*імені Василя Стефаника*

## **СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ВИЯВЛЕННЯ ПРИЧИН РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ**

У сучасному суспільстві все частіше виникають проблеми пов'язані із розладами харчової поведінки. Статистика стверджує, що нервовою анорексією хворіють, за різними даними, 0,5-3,7 відсотки жінок. Нервовою булімією – 1,1-4,2 відсотки. На жаль, в Україні подібна статистика не ведеться. Суспільство звертає увагу на розлади харчової поведінки тому, що вони є небезпечними для життя та здоров'я тих, хто

ними страждає. Так, згідно статистики, від нервової анорексії, а точніше від останньої її стадії – виснаження організму, вмирає близько 15-20% хворих, що свідчить про надзвичайну небезпеку даного розладу.

Нервова анорексія – це порушення харчової поведінки, що характеризується втратою апетиту, критичним зниженням маси тіла, часто небезпечним для життя, намаганням контролювати масу тіла за допомогою блювання та вживання різних проносних та сечогінних засобів, викривленим сприйняттям образу власного тіла. Нервова булімія – це розлад харчової поведінки, що виявляється чергуванням приховуваних хворим епізодів переїдання і штучно викликаних після таких епізодів нападах блювання (іноді хворий застосовує інші способи очищення шлунку – проносні, сечогінні тощо) [7, с. 55-56].

Першими думку про те, що за розладами харчової поведінки можуть стояти психологічні причини, висунули психоаналітики. Проте найбільш повно ці розлади описав відомий вчений Ф. Александер. Він розглядає як біологічні, так і психологічні причини анорексії. Біологічні він вбачав в проблемах з гормонами, особливо з роботою щитовидної залози та передньої долі гіпофізу. Психологічними причинами, на його думку, є несвідомі агресивні імпульси, такі як заздрість та ревність, несвідома реакція злості та небажання приймати жіночу роль, вагітніти і народжувати дітей. Основною причиною нервової булімії Александер вважав емоційну фрустрацію. У нього, несвідомою основою для патологічного апетиту є жага до любові або тенденція до володіння. Вчений підкреслює, що частота виникнення анорексії в пацієнтів з булімією демонструє тісний зв'язок між цими розладами [1, с. 90-95].

Дещо іншу точну зору представляє засновник позитивної психотерапії Н. Пезешкіан. Причинами нервової анорексії він вважає приховані проблеми в сім'ї хворого, які ніхто не хоче визнавати та брати за них відповідальність. Хворий таким чином показує, що вони існують і намагається донести їх до інших членів сім'ї. Також анорексія може з'являтися в сім'ях, де ціняться акуратність, ввічливість, досягнення, покірність та аскетизм. Пезешкіан виділяє позитивний контекст цього розладу: здатність за допомогою голодування звертати увагу на щось у собі або на щось навколо себе [5, ст. 117-126].

Сучасна російська вчена І.Г. Малкіна-Пих наводить декілька причин нервової анорексії. Це боротьба проти жіночої зрілості, небажання вагітніти та народжувати дітей. Також сімейні обставини, що характеризуються перфекціонізмом, напруженістю, контролем з боку

матері або іншої жінки в сім'ї. Хворі на анорексію мають високо розвинений інтелект, проте вони емоційно вразливі. Причинами, які можуть вплинути на виникнення нервової булімії, можуть бути нестабільні ситуації в сім'ї, ненадійні стосунки з батьками, а також психологічні травми в дитинстві, пов'язані з прийомом їжі та прагнення до ідеальності і тотального самоконтролю [3, с. 771-780].

К. Меннінгер розглядає анорексію як хронічну форму самогубства [6, с. 276].

Ю. Єлісеєв наголошує на новітній причині – популяризації занадто стрункої, іноді аж дистрофічної фігури як еталону жіночої краси. Вона може викликати обидва розлади харчової поведінки. Ця причина є актуальна на даний час, тому що з розвитком сучасних технологій стало набагато легше доносити різну інформацію до людей. А зараз надзвичайно популярним є напрямок, що стверджує, що саме струнка жіноча фігура є показником успішності та щасливого життя [2, с. 233].

В. Вандерейкен та Р. Мірман виділяють в психогенезі нервової анорексії чотири кола: два – на рівні сімейних відносин та два – внутрішньособистісні.

1. Голодування є ефективним засобом у боротьбі з батьками. Не отримавши уваги в ролі зразкової дитини, дівчинка змушує батьків переживати і благодати її поїсти.

2. Надмірна увага батьків до харчування дитини, особливо якщо використовуються покарання та насильницьке годування, викликає в дівчинки блювання та зниження апетиту.

3. Апетит знижується під впливом тривоги хворої щодо реальної або уявної надмірної повноти, а також ж реакцією оточення на велику втрату маси тіла. Джерелом тривоги може стати фізичне дозрівання і психосексуальний розвиток, які можна ефективно затримати втратою ваги.

4. Голод викликає тривогу на біологічному рівні, а оскільки хвора не ідентифікує почуття голоду, то безуспішно намагається справитися з тривогою, відмовляючись від їжі [6, с. 268-276].

Отже, можна виділити такі основні причини виникнення нервової анорексії та нервової булімії: несвідоме небажання вагітніти і народжувати дітей, конфліктна ситуація в сім'ї та стосунки з батьками, особливо з матір'ю, прагнення до самоконтролю та ідеальності, бажання мати популярну надто струнку фігуру.

У зв'язку з актуальністю даної проблеми, метою проведення емпіричного дослідження є виявлення осіб, які страждають розладами харчової поведінки при масі тіла, яка виходить за межі норми (надто низька або надто висока) за допомогою застосування методик «Тест ставлення до прийому їжі (ЕАТ-26)», «Торонтська алекситимічна шкала», «Опитувальник образу власного тіла», «Шкала оцінки харчової поведінки».

Перспективами дослідження є розробка програми, яка включатиме психопрофілактичну та психокорекційну роботу з особами, які потрапили в групу підвищеного ризику виникнення психогенних розладів харчування.

### **Список використаних джерел:**

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение / Франц Александер. – Москва: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 352 с.
2. Елисеев Ю. Ю. Психосоматические заболевания / Ю. Ю. Елисеев. – Москва: ЭКСМО-Пресс, 2003. – 608 с.
3. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика / Ирина Г. Малкина-Пых. – Москва: Эксмо, 2008. – 1024 с.
4. Менделевич В. Д. Клиническая и медицинская психология / В. Д. Менделевич. – Москва: МЕДпресс-информ, 2008. – 429 с.
5. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Н. Пезешкиан. – Москва: Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
6. Старшенбаум Г. В. Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 496 с.
7. Хомуленко Т. Б. Основы психосоматики / Т. Б. Хомуленко. – Вінниця: Нова Книга, 2009. – 120 с.

**Пасічняк Н.І.**

*студент,*

*Науковий керівник: Матейко Н.М.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Прикарпатський національний університет*

*імені Василя Стефаника*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕПРЕСИВНИХ РОЗЛАДІВ**

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я депресивні розлади займають провідне місце серед 10 основних захворювань, які призводять до інвалідизації населення. Депресія набула у світі такої популярності, що вже з початку 2010 р. ВООЗ прирівняла її до епідемії, яка поширилася на все людство. До масштабів пандемії наближається депресія і в Україні. За даними МОЗ України, в структурі захворюваності на психічну патологію понад 70% становлять психічні розлади неспихотичного рівня, серед яких переважають депресії. Найбільша небезпека цієї недуги в тому, що вона здатна тривалий час залишатися без належної уваги як з боку хворого, так і з боку його оточення. Тому існує проблема надання якісної психологічної допомоги, оскільки така непримітність з часом може мати найтрагічніші наслідки, починаючи від серйозних психічних розладів і закінчуючи самогубством.

Аналіз психолого-педагогічної та спеціальної літератури свідчить про те, що теоретичні основи депресії розглядалися у працях багатьох зарубіжних і вітчизняних психологів та психіатрів [2, с. 37; 3, с. 257; 6, с. 5].

Значний внесок у розробку її загальних та прикладних аспектів зробили такі відомі науковці й практики-клініцисти як: Г. Блумберг, К. Ізард, Ш. Шварцц, А. Бек, Дж. Давіс, К. Кунц, М. Асберг, Джеймс Маас, Дж. М. Кейнс, Н. Райт, У. Макдональд, М. Селігман, А. Мейер, Д. Клерман, Немерофф, Ч. Костелло, С.О. Гримблант, Е. Блейлер, І.Л. Первова, В.М. Блейхер, І.В. Крук та ін. У їх працях розкриті основні теорії вивчення явища депресії, проаналізовані фактори, що її викликають, детально розглянуто виникнення і прояв симптомів депресії, подано класифікації депресивних розладів, ґрунтовно і всебічно описано методи лікування депресії [2; 3].

Прогресивно зростає кількість депресивно хворих у цілому світі, особливо це стосується неклінічних форм та депресій у соматичній практиці та побуті. Саме цей факт став мотивом для дослідження поширеності депресивних станів серед студентської молоді.

Депресія – це стан, що характеризується зниженим настроєм (гіпотимією), гальмуванням інтелектуальної і моторної діяльності, зниженням вітальних спонук, песимістичними оцінками себе і свого положення в навколишній дійсності, соматоневрологічними розладами. За А.В. Снежневським, для депресії властиві такі когнітивні властивості, як негативна, занижена оцінка власної особистості, навколишнього світу і майбутнього [1, с. 235].

Виділяють тріаду ознак за якими визначають депресію: пригнічений настрій; ідеаторна загальмованість (зниження психічної активності, темпу мислення, мови); психомоторна загальмованість (збіднені рухливість, жестикуляція, міміка, одноманітність поз).

Нерідко депресії маскуються під соматичні прояви (головні болі, порушення сну, розлади травлення, болі в серці тощо) тому їх важко діагностувати. Вчені довели причинну зумовленість депресії як відповідь на стрес, психотравму, але найчастіше вона виникає безпричинно, спонтанно. Сезонність річних періодів також має значення: весною та восени вона проявляється найбільш часто. До інших факторів ризику відносять патологічну спадковість, юнацький або підлітковий вік, жіночу стать, вагітність, післяпологовий період, клімакс.

Зарубіжні науковці К.П. Кіскер, Е. Вульф, Г.К. Розе, Г. Фрайбергер представляють нозологічну класифікацію депресії за такою схемою:

– психогенні депресії – реактивні (реакції на стрес, психореактивні депресії); невротичні депресії; депресивний розвиток і депресивні особистості;

– ендогенні депресії – періодичні депресії з виключно депресивними фазами (монополярні); циклічні депресії з регулярним або нерегулярним чергуванням депресивних і маніакальних фаз (біполярні); депресії у віці «зворотного розвитку» («інволюційні депресії»); шизофренічні депресії;

– соматогенні депресії – органічні депресії, спричинені структурними змінами в головному мозку; симптоматичні депресії (супроводжують соматичні захворювання або ж є їх наслідком, за виключенням органічних захворювань головного мозку) [5, с. 215].

Важкі маніакально-деперсивні чи циклічні депресивні форми хвороби, які стали підставою для поняття «депресія», сьогодні

становлять незначну частку випадків депресивних розладів, тоді як значно частіше трапляються короткочасні або неглибокі депресивні стани.

За Б.Д. Карвасарським синдром невротичної депресії виникає психогенно та у своїх проявах відображає психотравмуючу ситуацію. Основним його компонентом вчений називає знижений настрій, який не сягає стадії туги і супроводжується вираженою емоційною лабільністю, астеною, тривожністю, погіршенням сну, апетиту, безсонням. Песимізм хворого не носить генералізований характер і обмежується рамками психотравмуючої ситуації. Симптоми невротичної депресії нестійкі: майже відсутня моторна і психічна загальмованість, переважно не спостерігаються добові коливання настрою, слабо виражені соматичні розлади (зниження апетиту, погіршення сну); міміка обличчя набуває депресивного забарвлення лише при згадуванні та обговоренні психотравмуючої проблематики. Людина розуміє свій стан, його зв'язок з депресогенним фактором і намагається протистояти депресії шляхом усунення її причин [4, с. 73].

До розвитку невротичних депресій в умовах сучасного патоморфозу призводять хронічні (71,6%) і гострі (28,3%) психотравмуючі фактори, які характеризуються переважанням психогеній в соціально-економічній сфері (втрата праці, безробіття, переведення на нижчеоплачувану роботу, службові конфлікти).

Реактивна депресія може виявлятися у психічно здорових осіб, які перебувають у психотравмуючій ситуації і може коливатися від незначно вираженої пригніченості до порівняно глибокої туги, що безпосередньо пов'язана з такою ситуацією. Загальмованість інтелектуальної діяльності не різко виражена, характернішим є своєрідне порушення плину уявлень, що зумовлюється концентрацією уваги на обмеженому колі ідей, безпосередньо пов'язаних з майбутніми наслідками, можливим покаранням. Хворі не можуть позбутися важких думок і переживань, оцінюють минуле й теперішнє у похмурих тонах, побоюються за майбутнє. У психотравмуючих ситуаціях спостерігається тимчасове погіршення стану з переходом депресивної симптоматики у депресивно-астенічну [2, с. 37].

Варто зазначити, що в дитячому та підлітковому віці діагностичні критерії депресії залишаються тими ж, але в них депресія може проявлятися у вигляді підвищеної роздратованості, імпульсивності та замкнутості, схильності до самопошкоджень, зниження навчальної



успішності. У зв'язку із нерозпізнаною та нелікованою депресією у підлітків значно підвищується ризик вживання наркотиків, алкоголю та виникнення суїцидальних намірів.

Таким чином, депресія характеризується різноманітною симптоматикою, яка торкається майже всіх сфер людського існування. Це сильно впливає на життєдіяльність людини, погіршуючи її працездатність та вибиваючи зі звичного ритму життя. Інколи суб'єкт, який відчуває всі ці симптоми навіть не знає, що з ним трапилося та гадає, що все скоро минеться. Саме тут потрібно вчасно діагностувати депресивний розлад для запобігання можливим ускладненням та небажаним негативним змінам у психіці людини у стані депресії.

Депресивні розлади є одними із найпоширеніших у сучасному світі. Патологічні симптоми проникають в емоційну і вольову сфери психіки, мислення, соматичні процеси, взаємини, поведінку особи. У зв'язку з цим, для клінічного психолога професійно важливими є не лише вміння вчасно діагностувати депресивні стани, але й надавати психокорекційну та психотерапевтичну допомогу особам з емоційними розладами, які є наслідками депресії. Своєчасне виявлення депресивного розладу дає можливість якомога раніше здійснити терапевтичний вплив та попередити можливі ускладнення.

Перспективи подальшого дослідження полягають у діагностуванні депресивних станів і рівня тривожності студентської молоді із застосуванням опитувальників депресії Бека, шкали В.Зунге, а також методики дослідження тривожності Спілберга. Таким чином, подальша розробка проблеми депресивних станів для нас пов'язана із визначенням суттєвих взаємозв'язків та співвідношень між механізмами, які створюють психологічні передумови для формування психологічних особливостей депресивних станів та їх попередження.

### **Список використаних джерел:**

1. Блейхер В. М., Крук И. В. Толковый словарь психиатрических терминов. – 1995. – 397 с.
2. Буторин В. И. О патогенезе депрессивной фазы и психогенной депрессии: Дис. докт. психол. наук. – Л., 1985. – 200 с.
3. Гельдер М., Гет Д., Мейо Р. Оксфордское руководство по психиатрии: Пер. с англ. – К.: Сфера, 1999. – Т. 1. – 300 с.
4. Неврозы / под ред. Б.Д.Карвасарского. – М.: Медицина, 1990. – 576 с.

5. Психиатрия, психосоматика, психотерапия. Серия: Гуманистическая психиатрия / [ред.-сост.: К.П. Кискер, Г. Фрайбергер, Г.К. Розе, Э. Вульф]; пер. с нем. И.Я. Сапожниковой, Э.Л. Гушанского. – М.: Алетейа, 1999. – 504.

6. Якунин В. А., Ахтариева Л. А., Шиян А. О. Становление студентов в процессе обучения их в вузе. // Психология и педагогика в реформе школы. – Л., 1986, № 4. – С. 20–23.

# СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

**Бакун О.М.**

*студентка,*

*Ніжинський державний університет*

*імені Миколи Гоголя*

## СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА РОБОТА ІЗ АКЦЕНТУАЦІЯМИ ХАРАКТЕРУ У ПІДЛІТКІВ

Підлітки з акцентуаціями характеру потребують постійного соціально-педагогічного супроводу у всіх сферах їхнього життя і діяльності: у сім'ї, у школі. Акцентуація характеру – це крайній варіант норми, як результат посилення його окремих рис [4, с. 9].

Акцентуація у ряді випадків поєднується з поведінкою, що відхиляється. Прикладом такої поведінки виступають: протиправні дії, суїцидальна поведінка, вживання наркотиків. Проблему акцентуацій характеру вивчали К. Леонгард, А.Є. Личко, Є.М. Каменська, Л.Д. Столяренко, К.К. Платонов, але дана проблема є актуальною і на сьогоднішній день [2; 3].

Акцентуації характеру є дуже поширеними у підлітковому віці. Діти з акцентуаціями є нормальними, але з незвично загостреними особливостями поведінки. Дорослішати можна бурхливо, «кризово», а можна й досить спокійно. Для цього і необхідна соціально-педагогічна допомога.

Типології акцентуацій характеру ґрунтуються на клінічному (психіатричному) і психологічному підходах. Психологічний підхід передбачає гіпертимний, циклоїдний, лабільний, астено-невротичний, сенситивний, тривожно-педантичний, інтровертований, збудливий, демонстративний та нестійкий типи [2, с. 18].

Кожен тип акцентуацій має свої головні риси: гіпертимний – майже завжди гарний та піднесений настрій; циклоїдний – циклічні зміни настрою; лабільний – підвищена чутливість до всього; астено-невротичний – підвищена стомлюваність і дратівливість; сенситивний – боязкість, покірність; тривожно-педантичний – схильність до

самоаналізу і рефлексії; інтровертований – замкненість, самотність; збудливий – запальність, владність, педантизм, орієнтованість на інстинкти; демонстративний – самовпевненість, пихатість, хвастощі; нестійкий – лінь, небажання вести трудову чи навчальну діяльність.

Для корекції акцентуацій характеру надзвичайно важливим є контроль за поведінкою та діяльністю, передусім навчальною. За несприятливих умов особистісний розвиток підлітків характеризується суперечливістю та дисгармонійністю.

Підлітки з акцентуацією характеру складають групу підвищеного ризику розвитку розладів психічного здоров'я, у зв'язку з їх вразливістю до певних згубних впливів середовища або психічних травм [5, с. 176]. Акцентуації характеру виступають як фактор, що підвищує ризик розвитку психогенних нервово-психічних розладів або розладів поведінки.

І.Ю. Трус виділяє такі концептуальні положення у вивченні акцентуйованих підлітків:

- природний розвиток особистості підлітка первинний, оскільки вихованець виступає не стільки об'єктом соціально-педагогічного впливу, скільки активним суб'єктом взаємодії з батьками, вчителями, соціальним педагогом, психологом;

- соціокультурний розвиток підлітка проходить через його зв'язок із навколишнім середовищем і освоєнням цього середовища;

- розвиток індивідуальних якостей підлітка, здатність відшуковувати в собі нові творчі ресурси і намагання робити власні відкриття, вивчаючи себе як особистість [6, с. 26].

Зважаючи на ці положення, можна виділити дві основні цілі соціально-педагогічного супроводу:

1. Збереження природних механізмів розвитку підлітків, запобігання умовам, здатним деформувати характер вихованця;

2. Формування у підлітка потреби саморозвитку, саморегуляції і самовдосконалення.

Першим етапом у роботі соціального педагога з підлітками, у яких виражаються акцентуації, є діагностика психічного і соціального здоров'я дитини. З цією метою соціальний педагог використовує різноманітні тести, спрямовані на визначення рівня вираження рис характеру, проводить анкетування вчителів стосовно особистісних якостей «важких» підлітків. Використовує зібрану класним керівником

інформацію про педагогічні аспекти статусу учня. Залучає вчителів до участі в експертних опитуваннях на етапі діагностики.

Другий етап – аналіз отриманої у ході діагностики інформації, оформлення її результатів, визначення кількісних і якісних характеристик акцентуацій, забезпечення учасників соціально-педагогічної роботи необхідною інформацією стосовно конкретних учнів і груп.

Третій етап – спільна з психологом за участі дирекції навчального закладу розробка рекомендацій для підлітків, педагогів, класних керівників, батьків. Соціальний педагог ініціює проведення педагогічної ради школи, на засіданні якої обговорюються і затверджуються плани комплексної допомоги «важким» підліткам. Розробляє педагогічні рекомендації для груп підлітків кожного окремого типу акцентуацій. Готує рекомендації для підлітків, класних керівників, учителів та батьків.

Четвертий етап – консультування всіх учасників соціально-педагогічної роботи стосовно шляхів і способів вирішення проблеми підлітка з акцентуаціями характеру. Використовуються групові та індивідуальні консультації з педагогами, батьками, адміністрацією школи, у ході яких здійснюється відповідна психолого-педагогічна просвіта, обговорюються можливі варіанти вирішення проблем «важкого» підлітка.

П'ятий етап – виконання рекомендацій кожним учасником соціально-педагогічної роботи. Соціальний педагог у цей час проводить заплановані заходи, індивідуальні консультації для підлітків з метою пробудження в них бажання саморегуляції та самовдосконалення. Допомагає вихованцям у пошуку необхідних для вирішення назрілих проблем фахівців.

Шостий етап – аналіз виконання психолого-педагогічних рекомендацій у ході соціально-педагогічної роботи; визначення причин успіхів і невдач.

Сьомий етап – проектування подальшого розвитку підлітка на основі відкоректованих під час аналізу форм, методів та засобів соціально-педагогічної роботи.

У роботі з акцентуйованими підлітками соціальний педагог має використовувати весь спектр різноманітних способів, методів, прийомів виховних впливів.

Способи виховання – наслідування, навіювання, навчання – передбачають такий вплив на особистість, коли вихователь, спираючись на позитивний потенціал дитини, «змушує» її діяти певним чином, при цьому самому вихованцеві здається, що він діє з власної волі й бажання.

Методи виховання як способи взаємозалежної діяльності вихователів і вихованців, спрямованої на вирішення завдань розвитку особистості, у науковій літературі розділяються на методи переконання, спонукання, привчання, які в реальній виховній діяльності використовуються комплексно, у тісному взаємозв'язку [1, с. 167].

У практичних рекомендаціях із корекції поведінки акцентуєваних підлітків виділяють також прийоми соціально-педагогічних виховних впливів як певні способи корекції поведінки учнів, розвитку необхідних якостей особистості, рис характеру, подолання недоліків.

Таким чином, соціально-педагогічна робота із підлітками, у яких спостерігаються акцентуації характеру, відіграє значну роль для соціалізації дитини, запобігання дивацтв, які можуть супроводжувати підлітка в подальшому дорослому житті.

#### **Список використаних джерел:**

1. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка: схеми, таблиці, коментарі: навч. посіб. [для студ. вищ. навч. закл.] / О. В. Безпалько – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 208 с.
2. Леонгард К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 316 с.
3. Личко А. Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков / А. Е. Личко. – Ленинград: Медицина, 1983. – 284 с.
4. Платонов К. К. Краткий словарь системы психологический понятий / К. К. Платонов. – Москва: Высшая школа, 1984. – 174 с.
5. Савчин В. М. Вікова психологія: Навчальний посібник / В. М. Савчин, Л. П. Василенко. – Київ: Академвидав, 2011. – 368 с.
6. Трус И. Ю. Модель социально-педагогического сопровождения подростков с акцентуациями характера / И. Ю. Трус // Воспитание школьника. – 2003. – С. 26–32.

**Скарбовая А.В.**

*студентка,*

*Київський національний університет*

*імені Тараса Шевченка*

## **САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ И САМОРЕКЛАМА КАК ВИД САМОПРЕЗЕНТАЦИИ**

Во время общения с незнакомым или малознакомым человеком каждый из нас испытывает необходимость в получении как можно большего количества информации про нового знакомого, что позволит хоть немного понять его и спрогнозировать поведение. И вот торжественный момент встречи с новой личностью и мозг сразу включается в режим профессионального аналитика с большим стажем работы и начинает анализировать буквально все: от пола и возраста до социального статуса. Здесь имеет место феномен первого впечатления, эффект ореола, эффект новизны и первичности. Все эти явления хорошо изучены социальными психологами и подкреплены эмпирическими данными. Так же как собеседник считывает информацию про нас путем анализа речи, невербальных компонентов общения, мы при общении занимаемся самопрезентацией.

Человек может отрицать, что занимается самопрезентацией, приводя в качестве аргумента факт индифферентности относительно общественного мнения и оценок. Это утверждение является не правильным, потому что процесс самопрезентации происходит в любом случае, дело лишь в развитости чувства самоконтроля. Как утверждает Майерс [5], люди с менее развитым чувством самоконтроля «меньше озабочены тем, что о них думают окружающие. В своих действиях они исходят из собственных мыслей и чувств, а это значит, что их слова и действия, скорее всего, соответствуют их убеждениям». Есть люди, для которых осознанная самопрезентация – стиль жизни. Они постоянно наблюдают за своим поведением, замечают реакцию окружающих, а затем «доводят» свое социальное поведение до такого «качества», которое обеспечивает им достижение желаемого эффекта. Люди с высокоразвитым чувством самоконтроля подобны социальным хамелеонам: они «подгоняют» свое поведение под внешние обстоятельства.

Термином **самопрезентація** [5] обозначается наше желание создать благоприятное впечатление о себе как у «внешней аудитории» (у окружающих), так и у «внутренней аудитории» (у самих себя). Он был введен в научную лексику социологом И. Гоффманом в 1959 году [5]. О. А. Пикулёва рассматривает самопрезентацию личности как неотъемлемый компонент любого социального взаимодействия, во многом определяющий успешность самореализации личности. В нашем понимании она, являясь неотъемлемой составляющей социальной и профессиональной деятельности, представляет собой постоянный процесс предъявления «Я-информации» в межличностном взаимодействии независимо от степени осознания субъектом самопрезентации своих поведенческих действий [6]. У нас есть различные Я – концепции; у нас может быть много «я».

Самопрезентация не всегда простой и непосредственный процесс; иногда мы хотим произвести на людей определенное впечатление. В этом случае мы стараемся управлять впечатлением, то есть сознательно или бессознательно мы воздействуем на окружающих тщательно разработанной нами презентацией, чтобы у других людей создалось о нас определенное впечатление, а именно такое, которое подходило бы для наших целей и потребностей в социальном взаимодействии. Концепции самопрезентации и управления впечатлением обсуждаются у Эрвина Гоффмана, который утверждает, что в повседневной жизни мы играем роли в наших социальных взаимодействиях [1].

Самопрезентация может осуществляться со следующими целями: создание определенного впечатления у реципиента, контроль уровня доверия во взаимоотношениях, влияние на качество информации, которую узнает реципиент, воздействие на позицию, занимаемую реципиентом по отношению к коммуникатору.

Следует отметить, что выбор стратегии самопрезентации определяется в основном мотивационным и личностным факторами, а выбор техники самопрезентации осуществляется всегда на ситуационном уровне [2].

Классификация стилей самопрезентации имеется у Е. Джонса. Он выделил запугивание, ориентацию на пример, просительство и инграциацию [3]. Джонс и Питтман считают, что в основе самопрезентации лежит стремление расширить и поддержать влияние в межличностных отношениях, стремление к власти. По этому признаку



они выделяют пять стратегий самопрезентации, каждая из которых направлена на получение определенного вида власти.

1. Стараться понравиться. Такая стратегия обязывает окружающих быть любезными, доброжелательными к субъекту, таким образом достигается власть обаяния.

2. Самореклама, или самопродвижение, человеком своей компетентности дает власть эксперта.

3. Запугивание – демонстрация силы обязывает окружающих подчиниться, таким образом, достигается власть страха.

4. Пояснение примером – демонстрация духовного превосходства, достигается власть наставника.

5. Мольба – демонстрация слабости, дает власть сострадания. Стратегии навязывают окружающим определенный способ поведения по отношению к субъекту.

Если сравнить стратегии самопрезентаций Джонса и Питтмана с классификацией стилей самопрезентации Е. Джонса можно увидеть, что четыре из них эквивалентны по содержанию, но отличаются по названию. Особого внимания заслуживает стратегия саморекламы, или самопродвижения, которая «дает власть эксперта».

Занимаясь саморекламой, человек стремится [4]: в условиях конкуренции выделиться среди тех людей, которых он оценивает как равных себе; представить себя как человека, равного по статусу тем, кто достиг какого-либо значимого успеха и, возможно, даже является законодателем некоей моды (социальной нормы поведения); продемонстрировать себя в наиболее выгодном свете, создать достойный образ, понравиться окружающим.

Выделяют две основных стратегии поведения людей во время саморекламы. В первом случае основу коммуникативного поведения субъектов составляет их стремление самовыразиться, привлечь к себе внимание, поразить своей необычностью, оригинальностью, выделиться, доминировать, целенаправленно воздействовать друг на друга. Поведение, основанное на желании привлечь внимание, поразить воображение, выделиться, продемонстрировать превосходство в ряде случаев не воспринимается и даже отвергается партнером. На уровне системного анализа – это означает уменьшение роли обратной связи для установления рекламной коммуникации. Другая стратегия основана на понимании субъектами того факта, что стремление выделиться, самовыразиться, доминировать не всегда адекватно ожиданиям

потенціального партнера. В цьому випадку кожен з них вибирає лише те засіб, які викликають розуміння і схвалення з боку кожного з них. Така стратегія заснована на рефлексивному аналізі. Вона дозволяє легко встановлювати рекламні комунікації з великою кількістю людей [4].

Самопрезентація необхідна нам для налагодження комунікації, підтвердження власного статусу. Вона дозволяє при усвідомленому розумінні вибудувати певний образ, який людина хоче продемонструвати реципієнту. Виділяють різні види самопрезентації, які залежать від індивідуально-психологічних характеристик особистості, яку вона використовує. В сучасному світі, особливо якщо мова йде про певні спеціальності з високим рівнем конкуренції, необхідно диференціюватися і в певних ситуаціях не тільки продемонструвати позитивні особистісні якості, але й формувати стійкий образ експерта в певній області, в якій допоможе знання про саморекламу, стратегії поведінки людей в час самореклами. Знання всіх тонкощів, можна працювати над формуванням власної самопрезентації і іміджу, які не будуть викликати диссонанс і розгласованість з певними існуючими і бажаними (свідомо вибудовуваними) образами Я.

#### **Список використаних джерел:**

1. Аронсон Е., Уилсон Т., Эйкерт Р. Социальная психология. Психологические законы поведения человека в социуме. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2004. – 560 с.
2. Болотова А. К., Жуков Ю. Психология коммуникаций. – Москва, 2015. – 496 с.
3. Ильин Е. П. Психология общения и межличностных отношений. – СПб.: Питер, 2009. – 576 с.
4. Лебедев-Любимов А. Н. Психология рекламы. – СПб.: Питер, 2007. – 384 с.
5. Майерс Дэвид Дж. Социальная психология. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2002. – 512 с.
6. Пикулёва О. А. Возрастная психология [Электронный ресурс]: Психология самопрезентации личности: гендерные и возрастные аспекты. – / О. А. Пикулёва. – [http://psyjournals.ru/files/66279/pno\\_2013\\_4\\_pikuleva.pdf](http://psyjournals.ru/files/66279/pno_2013_4_pikuleva.pdf) – Москва, 2014.

## ЮРИДИЧНА ТА ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Baliuta V.V.**

*Postgraduate Student,*

*Institute of Social and Political Psychology  
of NAES of Ukraine*

### **HOW DOES REFERENCE GROUP RADICALIZE YOUTH POLITICAL BEHAVIOUR**

Features of political process taking place in our society at present are quite uncertain and determine absenteeism and low levels of political participation, on the one hand, and this uncertainty provokes two divergent consequences, on the other hand. The first process of two lies in strengthening legitimacy of political power, and the second one lies in determining dissatisfaction with ineffective policy and the law violation. All these cause the revealing of so-called «street democracy». So the problem of citizen participation in political life of our country is one of the most important at present. Citizen's political behaviour, including the electoral one, is determined by the combination of factors, which are social and personal ones.

Psychological science has elaborated lots of different definitions of what radicalization is. But factually most of them can be treated as socio-psychological differences of believes, feelings, and behaviour. And radicalization of political behaviour is of the greatest interest and practical concern and well as radicalization of youth political behaviour is quite an evident thing nowadays.

Radicalization of youth political behaviour is a non-stop process, and all of us can whiteness it now. C. Sunstein, P.M. Fernbach, K. Grönlund, K. Herne, C. McCauley, P.M. Sloman, P.W. Linville, J.S. Fishkin, Y.O. Vasylychuk, T.R. Gurr, M. Afanasiev, and other researchers have already studied some features of this problem and some specifics of its revealing, but still many new reasons for it occur quite often, and they are manifested in nearly all the spheres of life.

The group of youth includes all the typical qualities of any other typical large social group. The most common personal traits of young people can be listed as perfectionism, emotional lability, and irritability. Sometimes they

depend much on some opinion which they consider as very ex cathedra and important. And sometimes they are not skilled enough to resolve some important problems, so that they may act quite rudely or even radically as well. Young people have lots of contacts. So that different groups are the places, where all the important issues are discussed and deliberated. Such group deliberation may determine the way of one's behaviour, including the political one. And there is a need to study the factor of deliberation and group influence on radicalization of youth political behaviour.

In our paper we are *aimed at* studying and analysing how deliberation in the group of young people effects radicalization of their political behaviour.

In our study we use the M. Steenberg's definition of deliberation, which the author defines as communication based on the merits of arguments, such as the sophistication of justifications and the generalizability of some important principles [1, p. 23]. R.E. Goodin claims that deliberation involves both intersubjective processes of exchanging arguments and internal processes of reflection based on these arguments [2, p. 94]. But the question is what is happening in the group of like-minded young people as the grouping process often runs on the basis of common ideas, attitudes, beliefs values, etc.? However, the term «enclave deliberation» has been increasingly launched in the literature, and it refers to discussion among like-minded people.

C. Sunstein addresses the problem of «group thinking» which may arise when like-minded people discuss among themselves. It may lead to group polarization and an amplification of cognitive errors [3, p. 183]. We suppose that group thinking can also affect people's beliefs and their behaviour as a matter of fact.

In our study we analyse the influence of group composition and deliberation in this group between its members on the outcomes of such discussion and how it influences their political behaviour. So, we compare the results of deliberation in the groups of like-minded young people (aged from 18 to 35 years old) with the groups, where participants had different opinions about political issues and their views were divided (young people aged from 18 to 35 years old). The analysis is based on the results obtained after the carried out experiment, where young people were invited to deliberate on some urgent political issues.

We test our *hypothesis*, which is recorded as deliberation in the group of like-minded young people tends to radicalize their political views and induces their radical political behaviour.

56 participants took part in this experiment: 35 participants formed the experimental group (19 men and 16 women), and 21 participants formed the control group (12 men and 9 women). Each group was split into sub-groups of 7 participants each, so that the experiment included 5 equal experimental like-minded groups and 3 equal control mixed groups. The topics of experiment were three political issues: 1) inefficient anti-corruption fight, 2) unfavourable situation for young people in the labour market, and 3) financial problems in society. The assignment to the group was made on the basis of pre-experimental testing.

Participants noted their opinions and potential ways of political behaviour twice – before and after deliberation. After deliberation participants noted the result of their group discussion, which was supposed to be some group solution on how to resolve each of three issues through their political behaviour.

The first part of our study showed that the effect of deliberation on group polarization was done. According to Wilcoxon t-test there were statistically significant changes for all the three topics of discussion in the experimental group ( $p \leq 0,05$ ), and the mean values were<sup>1</sup>: for ‘inefficient anti-corruption fight’ the level increased from 3,20 to 3,69, for ‘unfavourable situation for young people in the labour market’ it increased from 3,80 to 3,97, and for ‘financial problems in society’ it also increased from 3,80 to 3,91. On the contrary, there were no statistically significant differences in the control group of participants for all three topics.

After this we checked if deliberation had influenced youth political behaviour. There were statistically significant changes in political behaviour in order to resolve all the three political issues before and after deliberation among the participants of the experimental group (according to Wilcoxon t-test,  $p \leq 0,05$ ). The level of radicalism of political behaviour of the participants of the experimental group was recorded as follows<sup>2</sup>: for ‘inefficient anti-corruption fight’ it increased from 1,71 to 2,06, for ‘unfavourable situation for young people in the labour market’ – increased from 1,34 to 1,77, and for ‘financial problems in society’ it increased from 1,43 to 1,94 as well. And again the statistically significant differences were fixed only in the experimental group.

The results show that the level of group pressure while deliberation was lower in the experimental group (1,60 points out of 3), and the control group

---

<sup>1</sup> The values were ranged from 1 to 4.

<sup>2</sup> 1 pointed low level of radicalism; 2 pointed middle level of radicalism; 3 pointed high level of radicalism.

showed a bit higher level of it (2,07 points out of 3). So, it means that it's easier to come to a group solution for like-minded people.

The results of our experiment showed that young people become more confident about their ideas after communication with like-minded others. They infected other people with their enthusiasm, which was enforced with the one of other people. Such group becomes more homogeneous, and discussion by like-minded young people fuelled greater radicalism of thoughts and behaviour.

So that group deliberation can be treated as a factor of radicalization of youth political behaviour, and determine the way of one's political behaviour.

### **References:**

1. Steenbergen M. R. Measuring political deliberation: A discourse quality index / M. R. Steenbergen, A. Bachtige, M. Spordli, J. Steiner // *Comparative European Politics*. – 2003. – 1. – P. 21–48.

2. Goodin R. E. Democratic deliberation within // R. E. Goodin // *Philosophy & Public Affairs*. – 2000. – 29(1). – P. 81–109.

3. Sunstein C. *Republic. com 2.0* / C. Sunstein. – Princeton, NJ: Princeton University Press, 2007.

**Позняк Т.Р.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Алексєйчук В.І.*

*кандидат юридичних наук, доцент,*

*Національний юридичний університет*

*імені Ярослава Мудрого*

## **ПСИХОЛОГІЯ ПЕРЕХРЕСНОГО ДОПИТУ**

У змагальному процесі допит у суді – це один з найважливіших засобів дослідження доказів. Допит у суді – складний процес спілкування між особами. Таке спілкування здійснюється гласно, відкрито. У психологічному плані допит являє собою інформаційно-психологічне спілкування осіб. Це процес обміну інформацією, процес взаємодії, взаємосприйняття учасників. Допит у суді має певні особливості. Як такі можуть бути названі: 1) розширене коло учасників судового допиту; 2) ускладнений інформаційний обмін між учасниками

допиту; 3) особлива роль судді як регулятора інформаційного обміну; 4) повторюваність показань, що повідомляються (повторне відтворення); 5) змагальний характер судового допиту; 6) складність рефлексивного управління учасниками судового допиту; 7) гласність, відкритість; допит веде не одна особа, а ряд учасників процесу. Допит у суді складається з двох основних частин: 1) вільної розповіді допитуваного; 2) відповідей допитуваного на запитання суддів (судді), прокурора, потерпілого, цивільного позивача, цивільного відповідача та їхніх представників, захисника. Такий порядок є оптимальним, оскільки вільна розповідь сприяє повному відтворенню обставин, дозволяє послідовно викладати певні відомості. Коли допитуваний не може вільно повідомити про обставини справи, допит відбувається лише у формі постановки запитань [1, с. 94].

Перехресний допит є специфічним видом судового допиту. Стосовно його сутності серед науковців немає одностайної думки. Так, на думку одних науковців, перехресний допит свідка зводиться до допиту свідка сторонами з приводу одних і тих саме обставин. Кожний учасник судового розгляду має право ставити свідкові додаткові запитання для з'ясування або доповнення відповідей, даних на запитання інших осіб. Інші ж під перехресним допитом розуміють такий допит, за якого учасники судового розгляду можуть по чергово задавати одній і тій самій особі питання щодо будь-яких епізодів (фрагментів) його показань, з метою їх уточнення, доповнення та перевірки.

Варто зазначити, що перехресний допит вважається основним способом перевірки показань свідка, під час якого сторони кримінального провадження мають право ставити свідку запитання щодо: а) його можливості сприймати факти про які він дає показання; б) інших обставин, які можуть мати значення для оцінки достовірності показань свідка; в) попередніх показань, які не узгоджуються із його щойно наданими показаннями тощо [2, с. 89].

Науковці слушно наголошують на високих пізнавальних можливостях перехресного допиту. Проте, перехресний допит, як правило, характеризується досить високим психологічним навантаженням. Він відчутно впливає на психіку свідка, що заважає йому адекватно сприймати запитання та критично ставитися до своїх показань. Неодноразове з'ясування однієї і тієї ж обставини з цих причин може призвести до навіювання, сумнівів свідка у правильності його показань, а звідси – до зміни ним показань на догоду тій стороні, що

допитує. Тому головуючий повинен ретельно стежити за правильністю перехресного допиту, не допускати виходу його за межі коректності [3, с. 69].

Тактико-психологічні особливості перехресного допиту включають в себе: 1) визначення підстав для перехресного допиту, його предмета і меж. Або інакше – вибір мети і розробка завдань; 2) оцінка ризиків; 3) підготовка до допиту: вивчення матеріалів справи, вивчення фактичних обставин, вивчення особистості людини, стосовно якої передбачається проведення перехресного допиту; 4) попередня робота з судовою аудиторією: вивчення особистості суддів; отримання відомостей про юристів, які беруть участь у справі; 5) складання попереднього плану допиту; 6) уважне сприйняття, аналіз і фіксація показань під час прямого допиту; 7) підготовка (вже під час судового розгляду) до проведення перехресного допиту; 8) проведення перехресного допиту (реалізація тактичного задуму) [1, с. 96].

Під час проведення перехресного допиту необхідно зважати на психологічні особливості допитуваного. У ході перехресного допиту зазвичай ставляться уточнюючі, деталізуючі запитання. У той же час не рекомендується задавати питання самоочевидні, безперечно встановлені, а також ті, що мають двозначний характер і збивають допитуваного з пантелику. В умовах перехресного допиту виникає більше можливостей для використання психологічного впливу на допитувану особу, адже цей вид процесуального спілкування відбувається в особливому режимі. Як стверджує Зейкан Я.П., щоб бути впевненим у тому, що свідок не дасть відповідь, яка є небажаною, необхідно розкласти предмет дослідження на базові складові частини і кожним питанням охоплювати рівно стільки у предметі дослідження, скільки буде достатньо для допитуваного дати просту і пряму відповідь. Найбільш поширеним методом контролю свідка є постановка йому питань, які вимагають відповіді тільки «так» чи «ні». Таким шляхом особа, що веде перехресний допит, з одного боку, передає всю інформацію свідкові і суду, а з іншого, пропонуючи свідкові відповідати в позитивній або негативній формі, жорстко контролює його. Хоч і не позбавляє його вибору, демонструючи об'єктивність. Запитання повинні бути лаконічними, але разом з тим, завжди потрібно забезпечувати інформаційну насиченість запитання [4, с. 62].

Отже, перехресний допит – один з найважливіших засобів дослідження доказів, адже з його допомогою перевіряється здатність свідка сприймати факти, про які він дає показання, що в свою чергу має



велике значення для оцінки достовірності показань свідка. Проведення перехресного допиту – це складна аналітична робота, яка вимагає від особи, яка проводить допит високої майстерності та професіоналізму, адже для того щоб отримати необхідну відповідь від свідка, потрібно правильно поставити запитання з урахуванням психологічних особливостей допитуваного.

### **Список використаних джерел:**

1. Шепітько В. Ю. Психологія судової діяльності: Навч. посібник. – Х.: Право, 2006. – 160 с.
2. Кримінальний процесуальний кодекс України. Науково-практичний коментар: у 2 т. Т. 2 / Є. М. Блажівський, Ю. М. Грошевий, Ю. М. Дьомін та ін.; за заг. редакцією В. Я. Тація, А. В. Портнова – Х.: Право, 2012. – 664 с.
3. Особливості проведення прямого та перехресного судового допиту свідків і потерпілих / О. Ю. Костюченко // Вісник кримінального судочинства. – 2015. – № 1. – С. 66-73.
4. Зейкан Я. П. Методика перехресного допиту в суді / Я. П. Зейкан. – Х.: Фактор, 2016. – 192 с.

**Свиридовська Н.В.**

*студентка,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## **ОСОБЛИВОСТІ ПОЛІТИЧНОЇ СВІДОМОСТІ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ В РОЗРІЗІ МЕТАКОГНІТИВНИХ ХАРАКТЕРИСТИК**

Особистість зрілого віку, за даними досліджень, має стійку політичну свідомість [3]. А це означає, що її погляди, ставлення, ідеї, теорії, уявлення не змінюються протягом тривалого періоду. Враховуючи, що за різними періодизаціями, дорослий або зрілий вік варіюється від 35-40 років до 60-65, то і сукупність респондентів для даних досліджень теж буде відрізнятися. Натомість метакогнітивні характеристики особистості мають однакову природу в усіх людей, хоча і відрізняються завдяки особливостям особистості. Таким чином ми можемо відслідковувати прояв загального механізму характеристик метапізнання в різноманітних варіаціях політичної свідомості.

М.А. Холодна виділяє чотири основні метакогнітивні характеристики, на яких і базуватиметься подальший аналіз проявів політичної свідомості. Першою з них вона виділяє концентрацію – здатність концентруватись на певній інформації, зменшувати прояв різноманітних стимулів та виконувати при цьому певні завдання. Другою метакогнітивною характеристикою є засвоєння знань – здатність особистості зберігати та користуватись отриманою інформацією, оперувати та видозмінювати її у таблиці, графіки, схеми та ін.. Третьою – вибір головних ідей, під яким мається на увазі навичка особистості виділяти ключові аспекти інформації та відсіювати другорядні. Четвертою метакогнітивною характеристикою є керування часом – здатність розподіляти часові та енергетичні ресурси для виконання поставлених завдань [2].

Політична свідомість теж має досить широкий спектр прояву. Дослідники по-різному варіюють типологію прояву політичної свідомості, але основою усіх є розподіл ставлень, ідей, оцінок та емоційних компонентів у три групи [1]:

- 1) Авторитарну політичну свідомість;
- 2) Демократичну політичну свідомість;
- 3) Ліберальну політичну свідомість.

Відповідно до цієї класифікації, кожен з типів має різний прояв та набір компонентів, що відображаються в свідомості особистості та мають політичний характер.

Не зважаючи на те, що прояви політичної свідомості задіюють досить велику кількість емоційних компонентів особистості, на рівні метапізнання вони проявлятимуться у вигляді суджень. Прикладом такого судження може бути «Я не схвалюю дану політичну позицію» або «Я оцінюю цю політичну концепцію як дуже дієву та корисну». Ця інформація стає об'єктом обробки індивідуальних метакогнітивних характеристик тільки тоді, коли приймає вигляд судження. Звичайні ж емоційні прояви, ставлення, якщо вони не проявлені у вигляді усвідомленого судження, не можуть взаємодіяти з метакогнітивними характеристиками. Проте, людська свідомість намагається обробити інформацію і зробити її чіткою, а це можливо тільки тільки з урахуванням всіх чотирьох метакогнітивних характеристик.

Усвідомлення власних політичних позицій у вигляді сталих суджень – продукт обробки інформації на рівні метапізнання. При цьому кожна з характеристик метапізнання може при необхідності вільно

проявляться. Такою є картина функціонування політичної свідомості в зрілому віці. Проте, зважаючи на велику кількість політичної інформації, вона не може повністю бути засвоєною, усвідомленою та перетвореною в судження. Саме тому процес поступового прояву метакогнітивних характеристик особистості відслідковується постійно.

Спершу певна інформація і супроводжує її емоційне переживання, що стосується політичного життя особистості, стає об'єктом пізнання та метапізнання. Проявляється перша з метакогнітивних характеристик – концентрація. Особистість намагається зменшити прояв допоміжних стимулів та виділити суть політичної концепції як об'єкт. При цьому ми припускаємо, що стимулом, який відсіюється, є саме емоційне переживання.

Наступним проявом метакогнітивних характеристик є здатність засвоїти політичну інформацію в пам'яті та оперувати нею. Саме ця метакогнітивна характеристика обробки інформації дає змогу формувати судження щодо отриманих знань. Так, особистість може надалі оперувати даною інформацією та видозмінювати її.

Після цього з усієї сукупності політичної інформації особистість може виділити головні ідеї – так проявляється третя метакогнітивна характеристика. Завдяки цьому ці обрані ідеї позиціонуються як власні. Їм знову може надаватися емоційне забарвлення і вже готові судження починають чітко відслідковуватись у політичній свідомості індивіда [5].

Четверта метакогнітивна характеристика – управління часом, проявляється в політичній свідомості тільки за специфічних умов, коли необхідно створити певне відображення політичних ставлень або концепцій з урахуванням часового компонента. Тут ми можемо відслідкувати швидкість та якість обробки інформації в політичній свідомості шляхом метапізнання.

Перетворення політичної інформації в судження в процесі прояву метакогнітивних характеристик зумовлено метапам'яттєвим моніторингом. Саме тому деякі судження політичної свідомості хоч і несуть явний політичний зміст, але є подібними до метапам'яттєвих суджень [4]. Так інформація під час засвоювання та формування ідеї може мати вигляд судження про вивчене (JOL) або легкість вивченого (EOL). Проявом такої характеристики як вибір головних ідей може бути судження про впевненість (RCJ). Загальні особливості функціонування метапізнавальної сфери особистості прослідковуються в різних метакогнітивних характеристиках обробки інформації. В політичній

свідомості індивіда це пов'язано з розумінням та усвідомленням політичних ідей, власних ставлень та власних висновків щодо цих концепцій.

Наявність власних оцінок щодо своєї політичної свідомості може варіюватись від її наповнення. Саме тому дослідники розподіляють її на декілька типів. В розрізі метакогнітивних характеристик обробки інформації це грає важливу роль, оскільки належність до того чи іншого типу політичної свідомості забарвлюватиме якість кожної метакогнітивної характеристики.

В залежності від типу політичної свідомості, інформація за участі метакогнітивних характеристик її обробки, теж буде приймати інший вигляд. Так належність особистості до демократичного, авторитарного або ліберального типу політичної свідомості вносить свої зміни в процес метакогнітивної концентрації, засвоювання інформації, вибору головних ідей та керування її часовими аспектами.

Загалом функціонування метапізнання та, зокрема, метакогнітивних характеристик обробки інформації чинить значний вплив на політичну свідомість та дає їй можливість бути сталою та сформованою. Саме це найкраще прослідковується в особистостях зрілого віку, оскільки всі політичні вподобання, ставлення, ідеї та емоційні переживання щодо їх політичного життя вже мають певні сформовані ознаки, які можна віднести до того чи іншого типу політичної свідомості.

### **Список використаних джерел:**

1. Горлач М. І. Політологія: наука про політику: [підручник для студ. вищ. навч. закл] / М. І. Горлач, В. Г. Кремінь – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 840 с.
2. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования / М. А. Холодная. – Томск: Изд-во Том. ун-та. – М.: «Барс». 1997. – 392 с.
3. Хомуленко Т. Б. Метапам'ять: наукові підходи та експериментально-інтроспективна методика дослідження / Т. Б. Хомуленко, Т. І. Доцевич // Серія «Психологія». – 2014. – № 49. – С. 193-211.
4. Brown A. Metacognition, executive control, self-control, and other mysterious mechanisms // In F. Weinert and R. Kluwe (Eds.), *Metacognition, Motivation, and Understanding*. – Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1987. – Pp. 65–116.
5. Schraw G. Assessing metacognitive awareness / G. Schraw, R.S. Dennison // *Contemporary Educational Psychology*. – 1994. – Vol. 19. – Pp. 460-475.

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

**Вербина Ю.В.**

*кандидат психологічних наук,  
проректор з виховної роботи,  
ВПНЗ «Міжнародний класичний університет  
імені Пилипа Орлика»*

### **ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ КУЛЬТУРИ У СУЧАСНОГО СТУДЕНТА**

Сьогодні вища освіта передбачає не тільки озброєння студентів уміннями та професійними навичками, але виступає і як засіб соціалізації з формування їх гендерної культури, особистісного самовизначення й самопізнання. Цьому процесу активно сприяли проведені наукові дослідження теорії та методології гендеру (О. Вороніна, І. Горошко, І. Жеребкіна, Г. Тьомкіна та ін.), інтеграції гендерних досліджень у професійну підготовку студентів (С. Вихор, І. Іванова, І. Мунтян, О. Цокур та ін.), гендерної педагогіки і психології (Л. Булатова, Т. Говорун, О. Кікінежді, І. Кльоцина, В. Кравець, Л. Штильова та ін.) та ін.

Студенти 1-2 курсів – це переважно юнаки та дівчата віком від 17 до 20 років. Психологи називають цей вік юнацьким, який характеризується активним пошуком себе в різних ролях, чіткою статевою поляризацією міжособистісної поведінки, розширенням гендерних уявлень та становленням світогляду [3]. У процесі гендерної соціалізації вони, оволодіваючи новим соціальним статусом студента/студентки, освоюють своє місце в системі соціальних відносин, студентської взаємодії, осмислюють свою гендерну ідентичність, усвідомлюють відмінні риси своєї жіночої/чоловічої індивідуальності, переосмислюють значення самототожності, цілісності гендерної ідентичності, різних якостей, установок і статевої поведінки, котрі, на думку студентського співтовариства й вимог, є припустимі для юнаків і дівчат, чоловіків і жінок [2].

Численні дослідження демонструють, що впродовж традиційної системи професійної підготовки гендерна культура студентів вищих

навчальних закладів формується стихійно і її компонентна структура залишається несформованою. З одного боку, це негативно впливає на ефективність їхнього професійно-особистісного й кар'єрного зросту, а з другого – міжособистісній та професійній взаємодії з представниками своєї та протилежної статі.

Попри існуючі дослідження, здійснені в цій галузі, зазначеній проблематиці не достатньо приділяється увага у виховній роботі вищої школи. Традиційні аудиторні та позааудиторні форми організації професійної підготовки студентів не забезпечують формування в них належного рівня гендерної культури. Тому слушним у даній статті вважаємо звернення до аналізу сутності поняття «гендерна культура» й розкритті основних шляхів її формування у сучасних студентів.

Т. Говорун та О. Кікінежді гендерну культуру трактують як систему соціально-економічних, правових та етнопсихологічних умов існування суспільства, що сприяє становленню чоловіка і жінки як рівних соціальних істот [2, с. 21-22]. П. Терзі зазначає, що гендерна культура як індивідуальна характеристика особистості періоду студентської юності – це особливий спосіб оформлення ними своєї життєдіяльності, зумовлений їхнім прагненням до максимальної реалізації своїх сил і здатностей як представників певної соціальної статі, що виявляється через комплекс відповідних інтелектуальних, ціннісно-змістових і поведінкових характеристик їхньої особистості, заснованих на знанні основ гендерної теорії, розвитку духовних потреб, інтересів і смаків, що визначають вибір адекватної стратегії гендерної ідентичності, засвоєнні цінностей, норм і правил статевої поведінки в соціальній, професійній і побутовій сферах життєдіяльності, що відповідає принципам гендерної рівності і демократії [8, с. 36].

Аналіз наукової літератури з означеної проблеми дозволив з'ясувати, що формування гендерної культури – це питання про усвідомлення існування впливу культури на формування і зміну традиційних гендерних стереотипів, норм поведінки щодо виконання ролей представниками чоловічої і жіночої статі в різних сферах життєдіяльності людей [1].

В умовах освітнього процесу вищих навчальних закладів, щоб успішно здійснювати складну і виховну місію з формування гендерної культури студентства необхідно: запровадження принципу гендерної збалансованості у навчальному процесі; здійснення гендерної експертизи навчальних програм і підручників, а також розробка дієвих технологій з

гендерного виховання й освіти студентів; гуманітаризація професійної підготовки шляхом інтеграції гендерних досліджень у зміст навчальних дисциплін; системне введення спеціальних предметів і спецкурсів з гендерної проблематики у навчальні плани, які висвітлюють закономірності розвитку гендерованого суспільства та особливості змінених відносин між жінками і чоловіками у всіх сферах сучасного суспільного життя; педагогічна підтримка становлення гендерної ідентичності юнаків і дівчат періоду студентської юності, що відповідає їхній біологічній статі; використання інтерактивних методик в розвитку гендерної чутливості задля виявлення різних форм дискримінації та порушення прав людини за статевими ознаками; визнання необхідності забезпечення рівних можливостей для самореалізації юнаків і дівчат, чоловіків і жінок; дотримання неупередженого ставлення до особи незалежно від статі; забезпечення умов вільного вибору діяльності, соціальних статусів і ролей, взаємоповаги, взаємопідтримки, розвитку особистості та її самореалізації.

Безперечно, що формування гендерної культури особистості – дуже складне завдання, але завдання, яке можна і потрібно вирішувати, створюючи для цього належні соціально-педагогічні умови. Отже, очікуваний суспільством результат: випускник – активний громадянин, високоморальна особистість, що вміє протистояти впливам гендерних стереотипів, сформував позитивне ставлення до своєї гендерної ідентичності та прагне партнерства між чоловіками і жінками – це не міф, а потреба і реальність сьогодення.

### **Список використаних джерел:**

1. Вихор С. Т. Гендерне виховання учнів старшого підліткового та раннього юнацького віку: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.07 / Вихор Світлана Теодозіївна; Терноп. нац. пед. ун-т ім. В. Гнатюка. – Т., 2006. – С. 108–114.
2. Говорун Т. В. Гендерна психологія: навч. посіб. / Т. В. Говорун, О. М. Кікінежді. – К.: Академія, 2004. – 308 с.
3. Кікінежді О. М., Кізь О. Б. Формування гендерної культури молоді: науково-методичні матеріали до тренінгової програми // Практична психологія та соціальна робота. – 2007. – № 8. – С. 64-68.
4. Кон И. С. Психология юношеского возраста (Проблемы формирования личности). Учеб. Пособие для студентов пед. ин-тов. – М.: Просвещение, 1979. – 175 с.
5. Кравець В. Г. Гендерна педагогіка. Навчальний посібник. – Тернопіль.: Джура. – 2007. – 416 с.

6. Основи теорії гендеру. Навчальний посібник. – К.: «К. І. Е.». – 2004. – 536 с.

7. Словарь гендерных терминов / под ред. А. А. Денисовой. – М.: Информация XXI век, 2002. – 256 с.

8. Терзі П. П. Формування гендерної культури студентів вищих технічних навчальних закладів: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Терзі Пилип Пилипович; Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К. Д. Ушинського. – О., 2007. – 236 с.

**Калюжна І.П.**

*аспірант,*

*Київський університет імені Бориса Грінченка*

## **ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВИЗНАЧЕННЯ**

Вибір професії є важливим етапом у становленні особистості, який в значній мірі впливає на життяву та професійну самореалізацію. Проблема професійного самовизначення гостро постає перед старшокласниками. Випускники мають здійснити вибір професії та відповідного навчального закладу. Успішне вирішення цього завдання значною мірою залежить від систематичної та ефективної профорієнтаційної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах. При чому така профорієнтаційна робота має бути спрямована не стільки на визначення здібностей до певної професії та надання знань про різні професії, а на формування компетентностей щодо самостійного свідомого професійного вибору.

Професійне самовизначення старшокласників відбувається завдяки умінню підлітка співвіднести знання про себе і світ професії. Ядром професійного самовизначення є усвідомлений та самостійний вибір професії з урахуванням своїх особливостей і можливостей, вимог професійної діяльності і соціально-економічних умов. Приймаючи рішення про вибір професії, суб'єкт повинен оперувати, керувати певними процесами, в тому числі емоційною, інтелектуальною сферами, а також оцінювати наявні варіанти вибору з урахуванням їх труднощів, занять, очікуваних результатів.



Проблема професійного самовизначення особистості була центром теоретичних та емпіричних досліджень як вітчизняних так і зарубіжних науковців. Проте актуальним залишається конкретизація та систематизація психологічних чинників професійного самовизначення.

Вибір професії може бути самостійним та усвідомленим або не усвідомленим та залежним. Свідомий вибір особистості спрямований на визначення себе стосовно цілей і цінностей, враховуючи вимоги групи, колективу, суспільства. А також врахування власних можливостей та умов середовища з метою реалізації обраних цінностей і самоактуалізацію. Самостійний вибір професії включає в себе відповідальність за нього.

Проаналізувавши чинники професійного самовизначення, ми розробили теоретико-графічну модель чинників професійного самовизначення старшокласників, яка містить три блоки: когнітивний, ціннісно-мотиваційний та процесуальний.

Когнітивний блок включає в себе чинники професійного самовизначення: знання про свої внутрішні можливості та знання про світ професій та ринок.

Показники, що зумовлюють характер прояву когнітивних чинників професійного самовизначення: рівень рефлексивності та критичне (раціональне мислення). Високий рівень розвитку рефлексивності та критичне (раціональне мислення), на нашу думку, забезпечує самостійний та свідомий вибір професії. Відповідно низький рівень рефлексивності та не раціональне мислення призведе до не усвідомленого та залежного вибору.

Ціннісно-мотиваційний блок включає в себе наступні чинники професійного самовизначення: ціннісне ставлення особистості до професії та актуалізацію мотивів вибору професії.

Ціннісне ставлення, за О. Донцовим, виражає особистісну значущість для людини матеріальних, соціальних, культурних, моральних та інших явищ, що переживаються в якості цінностей.

У мотиваційному процесі важливу роль відіграє особистісний сенс майбутньої дії. Мотиваційний компонент визначає ставлення старшокласників до вибору майбутньої професії.

Виділяють внутрішні і зовнішні мотиви. Внутрішні мотиви вибору – суспільна й особиста значимість професії, задоволення, яке приносить робота завдяки її творчому характеру, можливості спілкування і т.д. Внутрішня мотивація виникає з потреб самої людини, людина сама

працює із задоволенням, без зовнішнього тиску. Зовнішня мотивація – це заробіток, прагнення до високого соціального статусу, страх осуду, невдачі і т.д.

Саме усвідомлення власних цінностей та мотивів у ситуації професійного самовизначення дозволяє старшокласнику на основі вибіркового та диференційованого власного ставлення до світу професій здійснити свідомий вибір майбутньої трудової діяльності. Не актуалізовані цінності професійного самовизначення та зовнішні мотиви вибору професії, на нашу думку, призводять до не усвідомленого та залежного вибору.

Процесуальний блок включає в себе: вибір і прийняття рішення.

На нашу думку, для свідомого та самостійного вибору необхідні такі особливості особистості, як: вольові якості та інтернальний локус контролю.

До вольових якостей особистості належать: цілеспрямованість, сміливість, рішучість, мужність, ініціативність, настійливість, стриманість, дисциплінованість та ін.

Низький рівень рефлексивності; не раціональне мислення; не актуалізовані цінності професійного самовизначення; зовнішні мотиви вибору професії; недостатньо розвинені вольові якості та екстернальний локус контролю в результаті призведе до невпевненості у власному виборі та відсутності програми дій та не усвідомленого залежного професійного самовизначення особистості. Адже без формування в учня внутрішньої готовності до вибору майбутньої сфери трудової діяльності зовнішній вплив не дає бажаних результатів. В результаті старшокласники опинившись в ситуації вибору професії здійснюють його не свідомо та самостійно, а під зовнішнім тиском (позиція батьків та однолітків, ситуацією на ринку праці та вибором спеціальності за якими легше написати ЗНО).

Свідомий самостійний вибір, що на нашу думку, обумовлений високим рівнем розвитку рефлексивності; критичним (раціональним) мисленням; актуалізованими цінностями професійного самовизначення; внутрішніми мотивами вибору професії; розвиненими вольовими якостями та інтернальним локусом контролю в результаті призведе до впевненості у власному виборі та програми дій.

**Клочек Л.В.**

*докторант,*

*Національний педагогічний університет*

*імені М.П. Драгоманова*

## **ЦІННІСНИЙ ПІДХІД ВИВЧЕННЯ СОЦІАЛЬНОЇ СПРАВЕДЛИВОСТІ У ПЕДАГОГІЧНІЙ ВЗАЄМОДІЇ**

За останні роки у психологічній науці почали здійснюватися дослідження морально-етичних аспектів взаємодії суб'єктів різних соціальних процесів. На сьогоднішній день актуальним є вивчення психологічних особливостей соціальної справедливості у педагогічній взаємодії. Вчитель, об'єктивно й неупереджено оцінюючи навчальні досягнення та поведінкові прояви учнів, закладає в них основи почуття власної гідності, адекватного самосприймання, самоповаги до своєї особистості чи самокритики. Важливим моментом у процесі справедливого розподілу щодо окремих школярів винагороди, похвали, заохочення чи покарання є вияв педагогом до кожного з них ціннісного ставлення, яке ґрунтується на ціннісному самоствавленні вчителя. Учень має стати центром аксіологічного простору діяльності педагога, а усвідомлення цінності його особистості – відправною точкою встановлення соціальної справедливості у взаємодії зі спільнотою школярів.

Аксіологічна методологія, яка, на наш погляд є прийнятною у дослідженні проблеми соціальної справедливості у педагогічній взаємодії, в своїй основі виходить, з точки зору В.В. Волошиної, з «...положення про цінності як детермінуюче ядро особистісного розвитку, визнання учасників освітнього процесу активними ціннісно-мотивованими суб'єктами, сутнісними силами яких є система особистісних цінностей, їх деонтологічний, інтелектуальний та творчий потенціал» [4, с. 75].

Основою ціннісного підходу вважаються світоглядні позиції видатних мислителів, обґрунтовані ними принципи і положення. Так, І. Кантом була розроблена концепція людської природи, згідно якої особистість розглядалася як найвища цінність. Філософ стверджував самоцінність людини і тим самим обґрунтовував необхідність ціннісного до неї ставлення інших [5]. Про цінність людини у своїх працях писав

М.М. Бахтін. Однією з фундаментальних тез мислителя є те, що людину не можна розцінювати як річ чи предмет. Вона, в першу чергу, є особистістю, індивідуальністю, носієм духовності [1]. У широких наукових поглядах В.І. Вернадського достойне місце займають висловлювання вченого про цінність людини – продукту розвитку цивілізації та культури суспільства. Засновник філософії освіти Р. Пітерс, не применшуючи цінність особистості учасників педагогічного процесу – вчителів і учнів, – наголошував на необхідності долучення останніх до цінностей – надбань людської культури, що мають стати для них ціннісними знаннями [8].

У психологічній науці ціннісний підхід заснований на постулатах представників гуманістичного напрямку А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла. Сучасний дослідник В.О. Сластьонін наголошував на тому, що у межах аксіологічного підходу цінності трактуються як нормативи, регулятори діяльності особистості (цінності-норми, цінності-ідеали, цінності-цілі, цінності-засоби) [8]. Для педагога цінність соціальної справедливості у педагогічній взаємодії є одночасно і нормою (оскільки він орієнтується на загальновизнану вимогу бути неупередженим у відносинах з учнями), й ідеалом (тому що вияв справедливості у взаєминах зі школярами має бути справою честі педагога), і метою (реалізація якої передбачає досягнення вчителем високого рівня професіоналізму в педагогічній діяльності через удосконалення вмінь будувати стосунки з учнями на принципах взаємної поваги, чесності, правдивості, об'єктивності), і засобом (який приводить у відповідність ціннісну орієнтованість педагога та його педагогічні дії, вчинки, поведінку в цілому).

З точки зору ціннісного підходу соціальну справедливість в освіті розглядав З.І. Равкін. У презентованій ученим класифікації цінностей виділялися види (соціально-політичні, інтелектуальні, моральні, професійно-педагогічної діяльності), у характеристиці яких віддзеркалюються аспекти ціннісного ставлення вчителів до учнів як однієї зі сторін педагогічної взаємодії. Соціально-політичні цінності трактувалися вченим як рівне право на освіту усіх без виключення людей. Інтелектуальні цінності, виділені вченим, виявляються у повазі педагога до вияву учнем допитливості, прагнення до пізнання нового. Моральні цінності передбачають визнання честі та гідності учня, готовність педагога до співробітництва з ним. Серед характеристик цінностей професійно-педагогічної діяльності виокремлюється

відповідальність педагога за організацію педагогічної взаємодії та її результат, позитивний стиль спілкування з учнями [7].

Як зазначав В.О. Сластьонін, у запропонованій З.І. Равкіним класифікації відтворюється гуманістична спрямованість педагога, налаштування його на ціннісний діалог з учнями. Сам же вчений, обґрунтовуючи авторську класифікацію цінностей педагогічної діяльності, в якій він виокремлював цінності самодостатнього типу, що кваліфікувалися як можливість для особистісного розвитку учнів та педагогів, та цінності інструментального типу, що зводилися до суспільного визнання професіоналізму вчителя й перспектив його професійного зростання, актуалізував проблему педагогічної культури [8].

Згідно концептуальних наукових положень І.Д. Беха, Б.С. Братуся, І.С. Булах, Д.О. Леонтьєва, Н.І. Непомнящої, при здійсненні аналізу проблематики людських цінностей, влучним було запровадження терміну «особистісні цінності», який визначався як «усвідомлені, відрефлексовані найбільш загальні смислові утворення» [3, с. 98], що складають «внутрішній стрижень особистості» [2, с. 9]. Особистісні смисли, які виникають на певному етапі трансформації соціальних цінностей в особистісні, відображають життєві ставлення суб'єкта (Д.О. Леонтьєв) і визначають життєві цілі й принципи особистості (Б.С. Братусь, Г.Л. Будінайте, Т.В. Корнілова). І.С. Булах, Н.І. Непомняща встановили зв'язок особистісних цінностей та ставлень у системі «Я-інший».

Цінність соціальна справедливість у структурі моральної свідомості педагога стає особистісною, коли вона трансформується із соціально визнаної, заданої ззовні, в усвідомлену, внутрішньо прийнятну особистістю вчителя. Вона відображає його життєве і професійне ставлення до учнів, яке відрізняється позитивністю, гуманністю та пронизане визнанням цінності особистості кожної дитини. І.Д. Бех стверджував, що будь-яка особистісна цінність у розвиненій формі виступає також як самоцінність. Вчений зауважував, що, незважаючи на різноманітні прояви, суть будь-якої особистісної цінності виявляється у ставленні до свого предмета як до самоцінності. Предмет цінності не зводиться до засобу чи користі, натомість виявляється у добродійних діях її носія [2].

Про самоцінність особистості у своєму дослідженні писала Л.Є. Просандєєва. У рамках авторського особистісно-ціннісного підходу вчена обґрунтувала твердження про те, що особистість та її права є найвищою цінністю. Таке ставлення до людини обумовлює її

вільний розвиток, прояв потреб і демонстрацію здібностей, забезпечує благополуччя особистості, що позначається на характері її соціальних взаємодій [6]. Ціннісне ставлення педагога до себе, яке засвідчує справедливе оцінювання ним своїх чеснот, позитивно позначається на характері стосунків з учнями. Вчитель, який визнає свою гідність, схильний визнавати гідність іншого учасника педагогічної взаємодії, тому що в основі такого ставлення лежить у першу чергу повага до школяра. Цінність іншої людини (що є конструктором цінності соціальної справедливості) стає особистісною цінністю педагога, яка забезпечує ціннісно-нормативну регуляцію відносин учасників педагогічної взаємодії, налагодження між ними конструктивного діалогу, результатом якого має стати обопільне визнання цінності особистості протилежної сторони.

Отже, застосування ціннісного підходу в процесі дослідження психології соціальної справедливості у педагогічній взаємодії ґрунтується на таких положеннях: 1) людина є найвищою цінністю, яка заслуговує на відповідне ціннісне ставлення до неї оточення; 2) утверджуючи себе як цінність, людина виявляє ціннісне самоставлення, що позначається на розвитку її ціннісного ставлення до іншого учасника соціальної взаємодії; 3) у процесі педагогічної взаємодії обидві її сторони засвоюють ціннісні знання про соціальну справедливість, які формують розуміння природи ціннісно-нормативної регуляції відносин учасників взаємодії; 4) цінність соціальної справедливості посідає провідне місце серед цінностей особистості педагога, оскільки смисли педагогічної діяльності визначаються гуманістичними ідеалами.

### **Список використаних джерел:**

1. Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. Сост. С.Г. Бочаров / М.М. Бахтин. – М.: Искусство, 1979. – 424 с.
2. Бех І.Д. Виховання особистості: Підручник / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2008. – 848 с.
3. Братусь Б.С. Аномалии личности / Б.С. Братусь. – М., 1988.
4. Волошина В.В. Психологічні технології підготовки майбутніх психологів: монографія / В.В. Волошина. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. – 391 с.
5. Кант И. Лекции по этике / И. Кант. – М.: Республика, 2000. – 431 с.
6. Просандеєва Л.Є. Психологічні засади розвитку самоцінності особистості в процесі соціалізації. Дисертація д-ра психол. наук: 19.00.07,

Національний педагогічний університетт ім. М.П. Драгоманова / Л.Є. Просандєєва. – К., 2012. – 440 с.

7. Равкин З.И. Ценностные ориентации как одна из основ стратегии образования и предмет историко-педагогических исследований / З.И. Равкин // Аксиологические аспекты историко-педагогического обоснования стратегии развития отечественного образования. – М, 1994. – С. 6–14.

8. Слостенин В.А. Введение в педагогическую аксиологию: [учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. завед.] / В.А. Слостенин, Г.И. Чижакова. – М.: Изд. центр «Академия», 2003. – 192 с.

**Лисун Л.В.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Романюк О.В.*

*кандидат психологічних наук, викладач,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## **ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ РОЗВИТКУ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ДИТИНИ З ДОРΟΣЛИМ**

В сучасній психології маємо небагато досліджень, спеціально присвячених вивченню міжособистісної взаємодії дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку. Тим часом, це надзвичайно важливий період соціального, а відтак і комунікативного розвитку особистості, становлення зв'язків дитини з оточуючими людьми, формування засад учбової діяльності. Прийняття нової для себе соціальної ролі школяра, розвиток здатності вибудовувати власну поведінку та формування очікувань щодо поведінки інших людей (як однолітків, так і дорослих) робить дітей у цей період надзвичайно чутливими до вироблення комунікативних навичок (Г.С. Абрамова, Т.П. Гаврилова). Водночас лише в небагатьох дослідженнях (передусім, А.К. Маркової, З.Г. Кісарчук, Г.А. Цукерман) йдеться про підготовку дітей цього віку до спілкування, про розвиток у них комунікативних умінь, від чого, власне, залежить успішність їх спільної пізнавальної діяльності.

У низці праць доведено, що наявність сприятливих умов міжособистісної взаємодії школярів, педагогів і школярів, батьків і дітей

є значущим чинником створення позитивної соціальної ситуації розвитку дитини цього віку (Л.І. Божович, С.Д. Максименко, С.Г. Якобсон). Проте доводиться констатувати відсутність спеціальних досліджень, присвячених з'ясуванню особливостей міжособистісних взаємин дітей з дорослими у період дошкільної та початкової шкільної освіти

Досліджувалися особливості міжособистісних взаємин дітей з дорослими та однолітками в різних видах діяльності: пізнавальної (М.Г. Єлагіна, О.О. Смірнова), ігрової (Т.В. Антонова, К.В. Карасьова, Н.А. Короткова, С.Є. Кулачківська, С.О. Ладивір, Н.С. Пантіна), спільної самостійної (О.Л. Кононко, Ю.О. Приходько, Т.О. Піроженко, Т.О. Рєпіна, Р.К. Терещук, С.Г. Якобсон). З'ясовувалися соціально-психологічні чинники детермінації таких взаємин у дошкільному (Л.В. Артемова, О.І. Кульчицька, А.В. Пасічніченко, Т.В. Сенько) та молодшому шкільному (Л.І. Божович, О.В. Киричук, Л.С. Славіна) віці,

Подальший розвиток отримали ідеї стимулювання особистісного розвитку дітей шляхом оптимізації їх міжособистісних взаємин з дорослими. З'ясовані взаємозв'язки між низкою психологічних особливостей особистості, котрі зумовлюють певний характер міжособистісних взаємин дітей з дорослим, визначено ряд чинників та умов, що здійснюють вплив на оптимізацію міжособистісних взаємин.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В сучасній психології представлено різні підходи до дослідження міжособистісних взаємин, найбільш поширеними серед яких є: соціометричний (вивчаються взаємні вибори членів групи); соціокогнітивний (з'ясовуються особливості пізнання й оцінки іншої людини); діяльнісний (взаємини розглядаються як результат спілкування і спільної діяльності індивідів).

Проаналізовано дослідження (Т.В. Антонова, Л.І. Божович, О.Л. Венгер, М.Г. Єлагіна, К.В. Карасьова, Н.А. Короткова, С.Є. Кулачківська, С.О. Ладивір, П.О. Лахестик, М.І. Лісіна, В.С. Мухіна, Н.С. Пантіна, Т.О. Піроженко, В.В. Рубцов, А.Г. Рузьська, Т.В. Сенько, Л.С. Славіна, О.О. Смірнова, Г.М. Счастлива, А.Б. Ценципер, Г.А. Цукерман, Д.Б. Ельконін та інші), присвячені з'ясуванню специфіки спілкування та взаємин дітей дошкільного і молодшого шкільного віку. На думку авторів, у старшому дошкільному віці розвивається позаситуативно-особистісна форма спілкування дитини з дорослими, завдяки чому вона встановлює різноманітні складні взаємини з оточуючими, засвоює уявлення про свої права й обов'язки, оволодіває нормами поведінки та долучається до моральних цінностей суспільства.



Дорослий при цьому стає носієм знань, вмінь і соціально-моральних норм, справедливим і добрим старшим товаришем, від якого очікують розуміння і співпереживання. Завдяки взаєминам з дорослими дитина починає усвідомлювати зміст як своїх дій, так і тієї соціальної ситуації, у контексті якої вони відбуваються, що нерозривно пов'язано з розвитком образу Я, усвідомленням себе як учасника спільної діяльності [5].

В психології «відносини» зазвичай розглядають в двох іпостасях: по – перше, як « зв'язок, залежність», а значить – як взаємовідносини, спілкування і, по – друге, як «думка, оцінка» і, значить, як соціальна установка, ціннісна орієнтація.

Наприклад, для В.Н. Мясичева відносини – «цілісна система індивідуальних вибіркового обдуманих зв'язків особистості з різними сторонами об'єктивної дійсності». Позитивний чи негативний досвід взаємовідносин особистості з іншими людьми формує її систему внутрішніх відносин до світу [4].

А для С.Л. Рубінштейна відносини – це, перш за все, «родова властивість людини, яка розкривається через відносини однієї людини до іншої». «Психологічний аналіз людського життя, направлений на розкриття відносин з іншими людьми, складає ядро життєвої психології». Відносини до інших генетично є більш ранньою формою, ніж відносини до себе і, на думку Рубінштейна, у дитини проявляється, як розуміння інших перш ніж самого себе [5].

Вказуючи на нечіткість самого поняття «відносини» і на недостатній розробленості шляхів і методів його вивчення, Л.І. Божович також розглядала суб'єктивний і об'єктивний аспект цього поняття, підкреслюючи, що тільки через вивчення відносин самої дитини до дійсності і, в першу чергу до суспільної діяльності, лежить шлях до вивчення її особистості.

Область прояву і формування відносин дитини з світом – це область спілкування і взаємодії; за словами А.А. Леонтева « спілкування є актуалізацією відносин».

Я.Л. Коломинський ввів у педагогічну психологію поняття «особисті взаємовідносини», які розуміються як особистісно значиме образне, емоційне, інтелектуальне відображення людьми один одного, яке представляє собою їх внутрішній стан [2].

Міжособистісні стосунки виникають в процесі спільної діяльності, а з часом набувають відносно самостійний характер. В. Абраменкова розкриває багатомірний характер відносин в дитячій групі, вважаючи,

що стосунки мають рівневу організацію функціонально-рольових, емоційно-оціночних і особистісно-сміслових зв'язків між дітьми.

Функціонально-рольові стосунки представлені у вигляді ролей, норм, цінностей, властивих даній культурі. Ці стосунки зафіксовані в специфічних для даної культури сферах соціальної життєдіяльності дітей: трудовій (самообслуговування), навчальній і ігровій [2].

Емоційно-оціночні стосунки проявляються в симпатії і антипатії, дружбі, прив'язаності. Головна функція – здійснення корекції поведінки ровесника у відповідності з «знаючими» нормами спільної діяльності. Якщо ровесник слідує цим нормам, то він оцінюється позитивно, якщо відходить від них, то виникають скарги дорослому, направлені бажанням дитини підтвердити норму.

Формування особистісно-сміслових відносин обумовлене переосмисленням в ході спільної діяльності соціальної позиції дитини. Це відношення, при яких мотив одного суб'єкта набуває для діючого з ним іншого суб'єкта особистісний зміст «значення – для – мене» [8].

Точно з'ясовано, що потреба у спілкуванні виникає і чітко проявляється вже в перші місяці життя дитини. Основою для її розвитку, як визначав Л.С. Виготський, є те, що будь яка потреба немовляти становить потребу до іншої людини. З роками ця потреба стає вибірковою. Так на другому році життя, між дітьми виникають різні контакти, які включають в себе і позитивні відносини, і негативні.

І особистісні, і ділові взаємовідносини зароджуються одночасно в перші дні перебування дитини в школі, але розвиваються вони неоднаково. Ділові відносини постійно обмірковано будуються педагогом. Особистісні ж відносини виникають на базі особистих симпатій дітей і не мають ніякого офіційного оформлення. Їх структура складається стихійно [3].

### **Список використаних джерел:**

1. Бодалев А.А. Познание человека человеком: возрастной, гендерный, этнический и профессиональный аспекты / А.А. Бодалев, Н.В. Васина. – СПб.: Речь, 2005. – 323 с.

2. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник / В.С. Мухина. – 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2000. – 456 с.

3. Мороз О.І. Формування міжособистісних взаємин дітей на етапі переходу від старшого дошкільного до молодшого шкільного віку (в умовах навчально-виховного комплексу «школа-дитячий садок»): автореферат дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / О.І. Мороз. – К., 2011. – 20 с.

4. Репина Т.А. Проблема полоролевой социализации детей: монография / Т.А. Репина; Рос. акад. образования, Моск. психол.-соц. ин-т. – М.: Изд-во Моск. психол.-соц. ин-та; Воронеж: МОДЭК, 2004. – 286 с.

5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – Москва; Санкт-Петербург; Нижний Новгород: Питер, 2009. – 712 с.

6. Смирнова Е.О. Общение, деятельность и межличностные отношения в концепции М.И. Лисиной // Вопросы психологии. – 2009. – № 2. – С. 116-124.

7. Смирнова Е.О. Особенности общения с дошкольниками / Е.О. Смирнова. – Москва: Издательский центр «Академия», 2000. – 185 с.

8. Щетинина А.М. Восприятие и понимание дошкольниками эмоционального состояния человека / А.М. Щетинина // Вопросы психологии. – № 3. – 1984. – С. 60–66.

**Савчук І.В.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Шугай М.А.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## **ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ЯКА ПЕРЕЖИВАЄ ДЕПРЕСИВНИЙ СТАН**

Стрімкі темпи науково-технічного розвитку, динамізм соціальних процесів, оновлення морально-ціннісних орієнтирів, екологічна криза та інші кризові явища зумовлюють психологічне навантаження, викликають депресію, стрес та особистісну кризу, все це на сьогодні є планетарною хворобою ХХІ століття. В даний час різко збільшилась кількість осіб, особливо юнацького віку, які переживають депресію. Науковці стверджують, що світ буквально поглинає епідемія депресії, яка в свою чергу проявляється в різних формах депресивних станів, які негативно впливають на психіку особистості та загрожують її здоров'ю. В психолого-педагогічній літературі зазначається, що юнацький вік є останньою межею між дитинством та дорослістю, він розпочинається в період з 15-17 та триває до 23 років. Відомий дослідник Д. Б. Ельконін зазначав, що даному періоду притаманні два етапи: рання юність 15-18 років та безпосередньо юність 18-23 роки. Характеризуючи емоційну сферу сучасного юнацтва, такі дослідники як: Г. В. Крайг,

А. М. Прихожан, Ф. А. Райс перш за все, відзначають її особливу вразливість, схильність до виникнення підвищеної тривожності, до депресивних станів, нейротизму та агресії [3, с. 24]. Особливості емоційності особистостей юнацького віку виявляються також у розширенні патернів емоційних переживань, збагаченні їх палітри. У юнацькому віці можуть виникати проблеми з батькам, адже деякі батьки не встигають за змінами, які стрімко відбуваються з їхніми дітьми. З однієї сторони дитина прив'язана до своїх батьків і чекає від них розуміння, з іншої сторони вона претендує на більшу самостійність у рішенні власних справ та проблем, і це може викликати конфлікт.

Поняття депресія в науковій літературі трактується як психологічний розлад, якому притаманні зниження настрою, гальмування моторної та інтелектуальної діяльності, зниження спонукань, песимістичні оцінки себе та свого становища в навколишньому середовищі, сомато-неврологічні розлади. Депресії притаманна одна з головних когнітивних властивостей: негативна й нищівна оцінка себе як особистості, зовнішнього світу і свого майбутнього [3, с. 147].

Депресія є мінливою комбінацією афектів і афективно-когнітивних взаємодій. Зазначимо, що при переживанні депресії активується більше емоцій, а також існує більше можливостей для виникнення конфліктів в емоційній динаміці [6, с. 59]. До основних фундаментальних емоцій, пов'язаних із депресією в юнацькому віці дослідники відносять:

- страждання (ключова емоція);
- гнів;
- огиду;
- презирство;
- страх;
- Провину;
- сором'язливість.

Передбачається, що гнів, огида, презирство може проявлятися як відносно себе, так і відносно інших. Хоч фундаментальні емоції вважаються первинними, і найбільш важливими елементами депресії у юнацтві, часто присутні й інші чинники: відчуття сексуальної потреби, погіршення фізичного стану, та втомлюваність. Всі ці емоції вважаються безпосереднім афектом або так званім побічним продуктом депресії.

Багато психологів внесли великий вклад у дослідження даної проблеми: Малкіна-Пих І.Г. – займалась вивченням депресії;

Карвасарський Б.Д. – вивчення депресивного стану молоді; Єлисеєв Ю.І. – займався вивченням психосоматичних захворювань, в які входила і депресія; Синицький В.Н. – досліджував депресивні стани. Депресія в юнацькому віці з'являється одночасно з іншими розладами у відповідь на внутрішню і зовнішню напругу. Так, депресія і тривожні стани, депресія і поведінкові порушення, включаючи імпульсну поведінку, часто з'являються разом. У юнаків депресія нерідко супроводжується зривами, у дівчат – порушеннями харчової поведінки, такими, як анорексія або булімія [3, с. 32]. Значна частина тих, хто робить замах на самогубство, переживає депресію, щонайменше після спроби суїциду. Депресія, думки про самогубство і вживання наркотиків також пов'язані між собою. Як відомо, особливу небезпеку депресії завжди пов'язували з нездоров'ям, виходячи з припущення, що депресія робить людину уразливою до хвороби. Депресія може викликати й інші проблеми, внаслідок її впливу на міжособистісні відносини: збіднення спілкування, що викликається депресією, може погіршувати відносини «батьки – дитина» в підлітковому віці і впливати на романтичні відносини в юності.

Депресивні прояви охоплюють надто широке коло феноменів, депресія тісно пов'язана з порушенням біохімічних реакцій в головному мозку, зокрема, з дефіцитом речовин, що опосередковують перебіг нервових процесів. До сьогодні остаточно не з'ясовано причинно – наслідковий характер цього зв'язку: можливо він виключно односторонній – біохімічні порушення безпосередньо спричиняють депресію, чи можливо психотравмуючі соціальні та фізичні чинники можуть спочатку спричинити психічні, емоційні, депресивні переживання, які вже потім викликають біохімічні розлади [2, с. 11].

Під емоційним компонентом депресії розуміється сумний настрій, втрата інтересів, відчуття безвихіддя, думки про власну вину. В розумовій сфері депресія характеризується сповільненням асоціативного процесу, ускладненням концентрації уваги, відчуттям безпорадності та нездатністю до роботи, а тілесні симптоми включають в себе: розлади сну, апетиту, значне зниження статевого потягу, головні болі, болі в животі, розлади травлення.

В науковій літературі виділяють ряд напрямів та підходів для дослідження психологічного змісту депресії, її механізмів, шляхів її корекції та стабілізації. До таких напрямів входять: психоаналітичний, когнітивно-поведінковий, поведінковий, а також сімейна та групова

психокорекція. Головна мета даних видів допомоги – це зняття психологічних симптомів та поліпшення стану особистості. Методи включають в себе психологічні втручання, а головна їх мета – зміна поведінки, думок та ставлення особистості до себе, і до навколишнього світу, головною короткостроковою метою корекції є полегшення страждань, в свою чергу довгостроковою метою корекції є обмеження функціонального погіршення, що сталось через прояви симптомів: слабких міжособистісних відносин, сімейного конфлікту, й запобігання хронічного характеру та зворотності депресивних епізодів [1, с. 51].

В осіб юнацького віку, які переживають депресію відмічається значно занижена самооцінка, а також пов'язане з нею сприйняття минулих і теперішніх подій. Особистості з афективними розладами надмірно узагальнюють ефекти негативних подій, очікуючи трагічних наслідків. Вони зосереджені виключно на негативних сторонах і почувають себе відповідальними за них. Через почуття недостатньої компетентності та втрати контролю (передусім зовнішнього) такі діти не здатні отримувати задоволення від результатів власних дій, що в свою чергу призводить до формування та прогресування порушень мотиваційної сфери. Психологічна корекція і допомога особам юнацького віку повинна включати психологічну підтримку з акцентом на сильні сторони особистості, формування адекватної самооцінки, навчання прийомам саморегуляції та релаксації, конструктивного вираження негативних переживань, а допомога у виборі форми навчання повинна відповідати індивідуальному рівню підготовленості. Допомога психолога при депресії включає не тільки роботу а, а й в першу чергу зацікавленість самого клієнта в тому, щоб стати активним учасником відновлювального процесу, але для того, щоб зробити своє життя кращим та отримати полегшення особистості потрібно докласти не аби яких зусиль, адже в психолого-педагогічній літературі зазначається, що цілями застосування психологічної корекції є оптимізація, виправлення і приведення в норму будь-який психічних функцій людини, відхилень від оптимального рівня її індивідуально-психологічних особливостей та здібностей.

#### **Список використаних джерел:**

1. Авдєєв Д.А. Депресія – як пристрасть і як хвороба // М.: Світ, 2002. – 195 с.
2. Абрамов Г.В. Вікова психологія // М.: Психологія, 1997. – 114 с.

3. Блейлер Е. Посібник з психіатрії // Видавництво незалежної психіатричної асоціації, 1993. – С. 215.
4. Бодалев А.А., Столін В.В. Практикум з психодіагностики // М.: Психологія, 1980. – 116 с.
5. Вертоградова О.П. Депресія: психопатологія, патогенез // М.: МГУ, 1980. – 344 с.
6. Дуткевич Т.В. Загальна психологія: (Конспект лекцій) // Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл., 2002. – 96 с.
7. Карелін А.В. Велика енциклопедія психологічних тестів // М.: Ексмо, 2007. – 416 с.
8. Малкіна-Пих І.С. Екстремальні ситуації: довідник практичного психолога // К.: Ексмо, 2006. – 57 с.

**Шостак І.Р.**

*студентка,*

*Науковий керівник: Шугай М.А.*

*кандидат психологічних наук, доцент,*

*Національний університет «Острозька академія»*

## **ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ З ВИСОКИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ**

Дослідження виникнення тривожності та шляхів її формування на певних вікових етапах є важливим для розуміння особливостей зародження емоційної сфери людини, закономірностей формування стійких особистісних рис. Високий рівень тривожності розцінюється багатьма психологами як показник передневротичного стану і є основою для зародження ряду психологічних труднощів у дитячому та юнацькому віці, і в тому числі делінквентної та адиктивної поведінки. Звичайно, деякий рівень тривожності в нормі властивий всім людям і є необхідним для оптимального пристосування людини до дійсності. Наявність тривожності, як стійкого утворення – свідчить про порушення в особистісному розвитку. Вона перешкоджає нормальній діяльності та повноцінному спілкуванню, що є особливо важливим у підлітковому та юнацькому віці.

У психологічній літературі термін «тривожність» є надзвичайно багатозначним. Ним визначають як окремий стан індивіда в певний час і

ситуації, так і стійку властивість особистості людини. Тому розрізняють ситуаційну та особистісну тривожність як рису особистості, пов'язану з генетично детермінованими властивостями людини, що обумовлюють постійно підвищений рівень емоційного збудження, тривоги. На думку В. Файвишевського тривожність характеру можна розглядати як задоволення парадоксальної потреби в негативних емоціях [3].

Психолог Р. Мей дає наступне визначення тривоги: «тривога є недовірою до тої ситуації, коли під загрозою є цінність, яка, за відчуттям людини, життєво важлива для існування його особистості» [5]. Це може бути пряма загроза фізичному існуванню (загроза смерті) або ж психологічному існуванню (втрата свободи, психологічної ідентичності). Також небезпека може стосуватись ще якоїсь цінності, з якою людина співставляє своє існування (патріотизм, любов другої людини, кар'єрний успіх і т.д.). Отже, на думку Р.Мей, причини для тривоги у кожної людини є виключно індивідуальними, оскільки вони суттєво залежать від тих цінностей, на які спираються люди. Проте, завжди при тривозі індивідуум відчуває, що під загрозу поставлена якась цінність, життєво важлива для його існування і тому, відповідно, для безпеки його особистості. Тривога тому позбавлена об'єкта, що вона вражає основу психологічної структури особистості, на якій будується сприйняття себе відмінним від іншого світу об'єктів [5].

Якщо розглядати види тривожності, то слід зазначити, що виділяють такі її різновиди, як:

1) стійка тривожність в якій-небудь сфері (тестова, міжособистісна, екологічна та ін.) – її прийнято позначати як специфічну, приватну;

2) загальна, генералізована тривожність, вільно змінює об'єкти в залежності від зміни їх значущості для людини. В цих випадках особиста тривожність є лише формою вираження загальної.

Д. МакКлеланд, в своїх роботах, вказував на зв'язок тривожності і внутрішнього конфлікту, пов'язаним із позитивним чи негативним уявленням про себе. На його думку, наявність внутрішніх протиріч «Я»-образу, дисгармонійне уявлення себе призводить до схильності фрустрації, що призводить до переживання тривоги. Зазначимо, що в цьому випадку тривожність розглядаємо, як наслідки підвищеної схильності фрустрації, а не як самостійне явище [2].

Основною особливістю юнацького віку є усвідомлення власної індивідуальності та неповторності, внаслідок чого виникає внутрішня напруженість, що може призвести до почуття самотності. Завдяки



цьому посилюється потреба в спілкуванні і, водночас, підвищує вибірковість в ньому.

Зазначимо, що емоційна сфера є основним структурним компонентом головних факторів тривожності юнаків. Тобто, феномен тривожності юнацького віку можна описати характеристиками емоційної сфери: показниками тривожності (ситуативна, особистісна, міжособистісна, шкільна), агресивності та ригідності [4].

Проаналізувавши останні дослідження в цьому напрямку, ми виділяємо такі внутрішні психологічні детермінанти особистісної тривожності: внутрішня конфліктність, занижена самооцінка та нестійка ідентичність. Останні пов'язані між собою переживанням емоційного стресу в стосунках із однолітками [1]. Саме емоційна напруженість в стосунках із однолітками призводять до депривації основних потреб юнацького віку, деструктивним змінам в «Я – концепції», як наслідок – особистісна тривожність.

Варто зазначити, що тривожність обумовлює поведінку особистості. В кожного індивідуума існує свій оптимальний рівень тривожності (корисна тривожність). Тобто, певний суб'єктивний рівень тривожності – обов'язкова особливість активної діяльності особистості. Також, тривожність великою мірою впливає на самооцінку юнаків. Високий (або, навіть, підвищений) рівень в цьому віковому періоді свідчить про емоційну нестабільність в тій чи іншій ситуації. Це призводить до невпевненості в собі [2].

Стан тривожності, в більшій мірі, негативно впливає на діяльність особистості в будь-якому віковому періоді. Проте, в юнацькому віці він починає виконувати мотиваційну функцію, тобто спонукати до пошуку способу задоволення тієї чи іншої потреби.

У психологічній літературі всі методи, принципи і техніки надання психологічної допомоги особистості з високим рівнем тривожності можна розділити на базові, ціннісні та специфічні. Варто зазначити, що така робота не має функціонального характеру. Психологічна допомога такій особистості націлена на розвиток особистості та збільшення ефективності діяльності. Проте, вона повинна бути націлена на ті фактори розвитку, які є специфічними для появи та закріплення тривожності, як стійкого явища.

Опираючись на дані, отриманні під час вивчення тривожності юнацького віку, можемо виділити принципи її профілактики, основою

якої є орієнтація на пошук адекватних способів реалізації та задоволення потреб.

Незважаючи на велику кількість досліджень, вказівки на не розробленість і невизначеність проблеми, багатозначність і неясність самого терміну «тривожність» займають значне місце при її обговоренні. Розрізняють тривожність як емоційний стан (ситуативна тривога) і як стійку рису, індивідуально психологічну властивість, яка виявляється в схильності до постійних і інтенсивних переживань стану тривоги.

В юнацькому віці проблема високої тривожності набуває нових рис. Для такого юнака характерним є відсутність мотивації до навчання, своєрідна переоцінка інтересів, адекватна старшому віку. Також тут невизнання авторитету дорослих поєднується із односторонньою життєвою зрілістю.

Надання психологічної допомоги такому юнаку повинно виконуватись на рівні всіх структурних компонентів тривожності з орієнтацією на вікові та статеві кризи, а також індивідуальні «зони вразливості» кожного юнака.

#### **Список використаних джерел:**

1. Андреева І.Н. Ситуативна і особистісна тривожність підлітка // М. – 1999.
2. Дубровіна І.В. Формування особистості в перехідний період від підліткового до юнацького віку. – М., 2007. – 190 с.
3. Ельконін Д.Б. До проблеми періодизації психологічного розвитку в дитячому віці // М.: Зап. психол., 1971.
4. Федоренко Л.Г. Психологическое здоровье в условиях школы // М.: 1999.
5. Ясточкіна І.А. Мотиваційні чинники особистісної тривожності у ранньому юнацькому віці // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010.

## СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

**Васенина А.С.**

*студент,*

*Київський національний університет*

*імені Тараса Шевченка*

### **ИССЛЕДОВАНИЕ ВОСПРИЯТИЯ ГЛАСНЫХ (НА МАТЕРИАЛЕ СВЕРХПОВЕСТИ В. ХЛЕБНИКОВА «ЗАНГЕЗИ»)**

В настоящее время исследователи в области психологии восприятия располагают значительным арсеналом накопленных ранее знаний и доступных инструментов научного поиска. Человек живет в мире сложных ситуаций, но никак не изолированных форм, звуков, чувств. Что бы он ни воспринимал, он неизменно имеет дело не с отдельными ощущениями, а с целыми образами. Восприятие не является простым суммированием всех пережитых впечатлений. Оно амбивалентно, так как требует выделения из всего комплекса воздействий основных ведущих признаков с одновременным отвлечением от признаков несущественных. При этом комплекс признаков сопоставляется с прежними знаниями о предмете или ситуации.

Восприятие звуков чужого языка – один из важнейших вопросов при изучении речевой деятельности человека, поскольку при его изучении мы можем выяснить, какие свойства перцептивной обработки акустических характеристик зависят от фонологической системы родного языка, а какие – от универсальных свойств слуховой системы человека как существа говорящего [1].

Значительную роль в восприятии играет неосознаваемая переработка информации. Вопреки распространенному заблуждению, это – не упрощенная форма сознательной деятельности, а сложный информационный анализ [2]. Важное место при подготовке нашего исследования занимало ознакомление с материалами эксперимента, связанного с эмоциональным атрибутированием иностранной лексики, т.е. а priori незнакомой тем, чьи реакции исследуют. Н. Алешина провела исследование, в котором использовались норвежские слова – как с

положительной, так и отрицательной коннотацией. В результате исследования она подтвердила гипотезу, что лица, не знающие иностранный язык, способны к неосознанному приписыванию значений лексическим единицам.

В нашем исследовании нас прежде всего интересовал психоакустический аспект человеческого бессознательного восприятия. Последовательное различение акустических и перцептивных характеристик звуковых единиц связано со значительными успехами в области акустики и психофизиологии слуха, однако и в более ранние периоды специалисты различали два разных подхода к звукам – акустический, т. е. направленный на изучение объективных физических свойств звуков, и психоакустический, связанный с изучением того, как эти физические свойства оцениваются слухом [1].

На сегодняшний день значительно возрос интерес к искусственным языкам. Не всегда целью создания подобной знаковой системы является объединение говорящих: часто это делается как часть художественного коммерческого проекта (от «Властелина колец» до «Игры престолов»). Само наличие авторской знаковой системы может привлечь зрителя/читателя, пусть даже и не заинтересованного в лингвистике или психологии.

В качестве материала мы выбрали именно искусственный язык, названный его автором, футуристом Велимиром Хлебниковым, *звездным*. Он фрагментарно представлен в его сверхповести «Зангези». Звездный язык является примером попытки создания искусственного языка, понятного всем без исключения людям. Притом доступность обеспечивало именно обращение к бессознательному, во многом общему для всех нас.

Методика: в ходе эксперимента нами была получена 31 анкета, в которой респонденты описывали образы, спонтанно появляющиеся в их сознании под влиянием гласных звездного языка. Также им было предложено выделить ключевой образ собственных описаний, что и служило позже материалом для анализа. Образы могли быть какими угодно, респонденты не имели в этом ограничений. Все они были совершеннолетними, в совершенстве владели русским языком и не имели психологического образования.

Доминирующими оказались именно визуально-пространственные образы. На первом месте оказалась война. 22, 6% испытуемых описывали то, что так или иначе имеет отношение к войне: будь то

подготовка, революционное совещание, сами военные действия, оружие, образ солдата как такового. Порой война приобретала причудливые формы. Одна из респондентов описала войну между полем и городом.

19, 3% опрошенных так или иначе упоминали Восток. Некоторые из таких ассоциаций основывались на звуковых, некоторые были визуальными и включали в себя то, с чем объект ассоциирует Восток как явление, совокупность территорий и культурных пластов. Что касается звуковых ассоциаций, то это были отсылки к звучанию известных опрошенному восточных языков. Данная группа респондентов уловила ассоциативную связь между соединением составляющих звездного языка и способом словообразования, типичного для некоторых языков Востока.

Не всегда подобные ассоциации были положительными. Прозвучало также и мнение, что звездный язык является стилизацией под китайский, и что слова звучат искусственно, *«будто блеск пластиковой бутылки в траве»*.

Мы спросили, какое впечатление на опрашиваемых произвел звездный язык. Мало кого он оставил равнодушным: только 19, 4% отнеслись к прочитанному нейтрально. 29% относятся к звездному языку негативно. В подавляющем большинстве случаев из-за звучания и его влияния на текущее состояние опрашиваемого. И 51, 6% респондентов проявили непосредственный интерес, либо отнеслись к нему положительно.

В дальнейшем мы бы хотели повторить эксперимент на тех же материалах, но при полном отсутствии авторского текста, чтобы избавить участвующего от того, на что можно опереться при построении ассоциативных рядов, так как нас интересовали только чистые, первичные ассоциации. Мы заметили, что многие участники пытались анализировать текст, что не было предусмотрено программой эксперимента. Разумеется, в дальнейшем нам также бы хотелось продолжать исследования гласных уже в естественных, человеческих языках.

#### **Список использованных источников:**

1. 5.1. Перцептивный аспект фонетики и фонологические принципы анализа звуковой системы [Электронный ресурс] // URL: <http://www.speech.nw.ru/Manual/glava5.htm#n5-3-1-h>

2. По обе стороны сознания. Экспериментальные исследования по когнитивной психологии / Под ред. А. Ю. Агафонова. – Самара: Издательский дом «Бахрах-М», 2012. – 192 с.

## **ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ**

**Сірко Р.І.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
заступник начальника кафедри;*

**Слободяник В.І.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
заступник начальника інституту,*

*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності*

### **ВИКОРИСТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ ДЛЯ ПОДАЛАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ У ПСИХОЛОГА**

Для виявлення впливу психологічних тренінгових технологій на особистісну та професійну динаміку фахівців психологів та шляхів подолання ними власних кризових станів, ми використали розроблений нами «Тренінг саморегуляції». Дане дослідження проводилось на базі Львівського державного університету безпеки життєдіяльності впродовж 2015-2016 років серед студентів та курсантів спеціальності «Психологія»: 35 студентів третього та 33 студентів четвертого років навчання у загальній кількості 68 осіб.

Метою вищевказаного тренінгу являється навчити оволодівати навичками регуляції своїх емоційних станів, що дає можливість мобілізувати свої сили та оптимально вирішувати професійні завдання. Тренінг складається з двох основних блоків: перший – це методики «Аутогенне тренування» та «Релаксація», які дають можливість знімати емоційну напругу за рахунок розслаблення певних груп м'язів; другий – це «Медитація за допомогою кольору», яка на основі уявлення певних образів кольорового спектру дозволяє формувати потрібні емоційні стани у досліджуваних.

Засвоєння методів саморегуляції відбувалось в результаті проведення групових сеансів. Техніка використання даних методів формувалась за допомогою гетерогенного та аутогенного тренування, в основі яких лежить самонавіювання. Перед тим читалась оглядова лекція, мета якої дати респондентам знання про структуру емоційних

станів, їх впливу на індивідуальні властивості особистості. Акцентувалась увага на негативних емоційних станах, які виникають під час надзвичайних ситуацій та можливості використання саморегуляції для відновлення працездатності. Комплекс вправ засвоювався впродовж восьми тижнів. Проведено десять практичних занять: на перших – під керівництвом викладача здійснювався гетеротренінг, на наступних – респонденти самостійно здійснювали аутогенне тренування, релаксацію, медитацію. Тривалість сеансу не перевищувала п'ятнадцяти хвилин, після чого обговорювалось самопочуття обстежуваних, що дало змогу виявити негативні реакції та помилки при самостійному виконанні вправ.

Методика, запропонована В.А. Скуміним [1], дає можливість визначити ефективність психорегуляції.. Згідно цієї методики досліджувались реакції індивідів на використовувану саморегуляцію за такими стандартними показниками: цілющий вплив (+2); корисний ефект (+1); нейтральна реакція (0); негативний вплив (-1); відмова від виконання вправи або від участі у сеансі (-2).

Індивідуальні заняття оцінювались за такою формулою:

$$E_1 = \frac{e_1 + e_2 + \dots + e_n}{n}$$

де  $E_1$  – індивідуальна ефективність сеансу;  $e_1$  – індивідуальна оцінка ефективності першої вправи;  $e_2$  – індивідуальна оцінка ефективності другої вправи;  $n$  – кількість вправ, використаних у процесі сеансу.

Групова оцінка ефективності сеансу оцінювалась за такою формулою:

$$E_q = \frac{E_1 + E_2 + \dots + E_n}{N}$$

де  $E_q$  – групова оцінка ефективності сеансу;  $E_1$  – ефективність сеансу першого учасника;  $E_2$  – ефективність сеансу другого учасника;  $N$  – кількість людей, що займалися в групі.

Ефект психологічного впливу визначався за наступною шкалою: від 0,67 до 2,0 – добрий; від 0,66 до -0,66 – невизначений; від -0,67 до -2,0 – небажаний.

Згідно проведеного дослідження, встановлений позитивний вплив психічної саморегуляції на емоційні стани респондентів. Так, середній бал по методиці в цілому склав 0,985 ум.од. Отже, засвоєння основ психорегуляції підвищило толерантність обстежуваних до стресових впливів, які так часто зустрічаються в учбовому процесі, навчило їх знімати емоційне навантаження і мобілізувати при необхідності антистресові резерви.

Таблиця 1

**Оцінка ефективності вправ тренінгу «Саморегуляція»**

| Вправа                                     | Оцінка вправи                      |                                     |                                     |                                    |   |
|--|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|---|
|  | +2<br>Цілю-<br>щий<br>вплив<br>(%) | +1<br>Корис-<br>ний<br>ефект<br>(%) | 0<br>Нейтраль-<br>на реакція<br>(%) | -1<br>Негатив-<br>ний вплив<br>(%) | -2<br>Відмова<br>виконан-<br>ня вправи<br>(%) |
| Оволодіння ритмом серцевої діяльності      | 22,5                               | 62,7                                | 7,3                                 | 7,5                                | -   |
| Викликання відчуття тепла                  | 20,7                               | 12,1                                | 55,2                                | 5,3                                | 6,7   |
| Оволодіння регуляцією ритму дихання        | 28,4                               | 54,3                                | 5,3                                 | 12,0                               | -   |
| Відчуття важкості в епігастральній області | 18,4                               | 20,1                                | 47,8                                | 8,5                                | 5,2   |
| Відчуття прохолоди в області лоба          | 21,6                               | 15,3                                | 51,3                                | 8,4                                | 3,4   |
| Релаксація                                 | 31,4                               | 62,6                                | 6,0                                 | -                                  | -   |
| Медитація «Синій колір»                    | 15,2                               | 44,9                                | 30,1                                | 7,5                                | 2,3   |
| Медитація «Червоний колір»                 | 21,3                               | 55,4                                | 23,3                                | -                                  | -   |
| Медитація «Зелений колір»                  | 25,7                               | 59,3                                | 15,0                                | -                                  | -   |
| Медитація «Помаранчевий колір»             | 23,5                               | 49,4                                | 27,1                                | -                                  | -   |
| Медитація «Жовтий колір»                   | 17,1                               | 41,4                                | 32,5                                | 5,6                                | 3,4   |



Розглянемо як оцінюють респонденти вправи аутогенного тренування (таблиця 1).

Найбільш ефективними є вправи, спрямовані на оволодіння регуляцією ритмом серцевої діяльності (85,2% відповідей). На другому місці знаходяться вправи по оволодінню ритмом дихання (84,5% відповідей). Проте до вправ, які спрямовані на відчуття тепла (32,8% відповідей), важкості в епігастральній області (38,5% відповідей) та прохолоди в області лоба (36,9% відповідей), більшість опитуваних віднесли нейтрально або ж продемонстрували реакцію відмови від виконання завдання.

Майже всі досліджувані позитивно оцінили також вправи по релаксації (82,7% відповідей), які помітно впливають на самопочуття та настрої. Потрібно зазначити, що саме методика релаксаційної техніки не викликала негативних реакцій ні у жодного респондента, що можливо пояснити швидкістю її проведення та легкістю при запам'ятовуванні формул.

Корисними обстежувані також вважають медитацію за допомогою кольорів. Так, найбільше сподобалась «Медитація за допомогою зеленого кольору», яка викликає почуття життєвої сили та задоволеності оточуючим світом (85,0% відповідей). Підвищує творчу активність та спонукає до мобілізації зусиль під час навчальної діяльності медитаційні техніки «Помаранчевий колір» (72,9% відповідей) та «Червоний колір» (76,7% відповідей), які також оцінені опитуваними ефективно. У той же час вправи «Жовтий колір» (58,5% відповідей) та «Синій колір» (60,1% відповідей), на думку респондентів, більш складніші для сприйняття та викликають нейтральну реакцію. Отже, запропонований нами «Тренінг саморегуляції» позитивно впливає на емоційні стани опитуваних та допомагає подолати деструктивні реакції, які виникають у кризових ситуаціях.

### **Список використаних джерел:**

1. Филатов А.Т., Скумин В.А. Психопрофилактика и психотерапия в кардиохирургии / А.Т. Филатов, В.А Скумин. – Киев: Здоровье, 1985. – 72 с.

## **ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ, ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Гуцол А.А.**

*студент,*

*Науковий керівник: Штуфурак В.Є.*

*доктор педагогічних наук, професор,*

*Вінницький торговельно-економічний інститут*

*Київського національного торговельно-економічного університету*

### **ФАКТОРИ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТОК КАР'ЄРИ**

У сучасних умовах актуальними для психології кар'єри постають питання, що пов'язані з становленням та розвитком кар'єри, оскільки даний процес дає змогу людині самореалізувати здібності та потреби в сучасних умовах. Тому актуальною проблемою є визначення факторів, що впливають на успішність кар'єри та їх акумулювання в організаціях.

Питання, що стосуються факторів впливу на становлення та розвиток кар'єри досліджувались такими вченими, як: Г.С. Костюка, Л.Г. Почебут, В.О. Чікер, А.Н. Занковський, Е.В. Комаров, М.Д. Виноградський, А.М. Виноградська, А.Л. Єськова, О.М. Ястремська та ін. Зокрема, було встановлено, що становлення та розвиток кар'єри неможливий без певних знань, які стосуються сутності професійної кар'єри, її основних факторів, які сприяють розвитку професійної кар'єри.

Професійне становлення – це цілеспрямований, динамічний, безперервний процес, в основі якого лежать механізми залучення людини до праці, свідомого вибору професійного шляху та побудова професійної кар'єри, формуванням відношення до праці і до себе як до професіонала.

Розвиток кар'єри – це дії, спрямовані на підвищення конкурентоспроможності робочої сили з метою досягнення організаційних і особистих цілей.

У загальному переліку типів кар'єри виділяють ділову кар'єра яка є результатом взаємодії трьох груп факторів:

– особистості самої людини. Кожна людина унікальна у поєднанні своїх професійних і особистісних якостей. Рівень професійної компетенції визначається здібностями людини, набутими знаннями, вміннями та досвідом, які необхідні для виконання певного виду діяльності, а також особистісними якостями. Серед особистісних якостей найбільш важливі темперамент, характер, емоційно-вольова сфера, психологічні установки;

– професійного середовища, в якому людина працює і розвивається. Професійна діяльність повинна насамперед забезпечувати матеріальні потреби людини. У країнах з розвиненою економікою у більшості населення потреби нижчого рівня задоволені. У країнах з перехідною економікою задоволення матеріальних потреб все ще залишається актуальним, але певні зрушення в цьому напрямку теж є. З іншого боку, саме професійна діяльність відкриває для працюючих широкі можливості для реалізації їх потреб вищого рівня;

– позаробочого середовища, в якому людина живе і відпочиває. Індивід живе не тільки роботою. Для багатьох робота – це засіб отримувати гроші, які необхідні для забезпечення сім'ї, цікавого відпочинку, підтримки здоров'я і взагалі всього того, що приносить людині радість і задоволення поза сферою роботи. Часто серед факторів цієї групи найбільшу значимість мають родинні стосунки (особливо для жінок). Варіанти впливу сім'ї на розвиток кар'єри можуть бути прямо протилежними – від повної відмови робити власну кар'єру заради блага ближніх до відмови створювати сім'ю, якщо сімейні обов'язки загрожують кар'єрному зростанню [2, с. 165-172].

Згідно з науковими розробками лабораторії організаційної психології Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України, у межах соціально-психологічного напрямку дослідження кар'єри доцільно виділити три рівні факторів, що впливають на розвиток професійної кар'єри [1, с. 189]:

1. Мікрорівень – це фактори, пов'язані безпосередньо з особистістю (мотивація, прийняття рішень щодо зміни ролей, проблеми професійної соціалізації, що проходить працівник).

Чинники мікрорівня, які заважають досягненню кар'єрного успіху, є перш за все недостатність «особистісного потенціалу» – відсутність необхідних якостей (низька мотивація, екстернальний локус контролю, нерішучість, емоційна нестабільність) та неконструктивні установки стосовно досягнень («страх успіху», невдач, нереалістичність цілей,

уникнення ризику, перевага в структурі особистості, спрямованості на себе, а не на справу).

2. Мезорівень – це фактори, що пов'язані з вимогами особистості й організаційним середовищем, впливом інших людей на професійне становлення індивіда (планування родини, співвідношення інтересів родини з інтересами роботи, зміни наставництва в організації).

3. Макрорівень – це фактори, що відображають зовнішні інституціональні впливи (особливості ринку, приналежність до національної субкультури та ін.).

Макрорівень включає в себе три групи факторів: соціально-політичні (світова політика, політика держави), соціально-економічні (фінансова політика і фінансова криза), соціальні (соціальна політика держави: якісне охорону здоров'я, адекватні житлові умови) [3, с. 258].

За результатами анкетування за методикою «Фактори творчої самореалізації» Е.В. Федосенко («Професійна самореалізація особистості в сучасному суспільстві»), яке було проведене серед 100 респондентів, було встановлено, що зовнішні фактори (макрорівень), що впливають на процес творчої самореалізації професіонала, відіграють значну роль, в основному це соціально-економічні фактори. В середньому цей показник 3,7 бали (з максимальних 5). А соціально-політичний фактор, граючи важливу роль у професійній самореалізації, склав 3 бали. Соціальні фактори, менш сприяють продуктивної професійної самореалізації фахівця і склав 2,6 бали.

Мікрорівень представлений двома групами факторів: соціально-економічні і соціальні. Під соціально-економічними (мікрорівень) ми розуміємо матеріальний добробут суб'єкта, рівень заробітної плати, загальний дохід сім'ї. Всі ці складові знаходяться в числі провідних факторів, що роблять безпосередній вплив на продуктивну самореалізацію людини в професійній діяльності. За результатами опитування це 3,7 бала. Звідси можливо зробити висновок: фінансова криза безпосередньо пов'язана з матеріальним становищем сім'ї.

Соціальні фактори (мікрорівень) являють собою соціальне оточення особистості. Характер взаємодії в сім'ї, в трудовому колективі для учасників анкети виявився більш значущим, ніж матеріальна складова сім'ї і більш значуще впливає на особистість фахівця і склав 4 бали [5, с. 25].

Було встановлено за результатами методики, що першорядне вплив на продуктивну самореалізацію фахівця у професійній діяльності

надають соціальні (взаємовідносини в мікро соціумі) фактори, соціально-економічні (мікрорівень). Найменш значущим виявився соціально-політичний фактор.

Інші психологи, такі як А.Н. Занковський та Е.В. Комаров, теж розрізняють фактори й за трьома категоріями, які умовно можна окреслити, як зовнішні, внутрішньоорганізаційні та індивідуальні [4]. Це певною мірою збігається з попередньою класифікацією. До зовнішніх відносять профспілку, державні установи, економічні умови, конкуренцію, склад виробничих сил; до внутрішньо-організаційних – цілі, організаційні норми, особливості взаємодії зі співробітниками й керівництвом та ін.; до індивідуальних факторів відносять вплив індивідуальних якостей працівника на його професійне становлення, особливості мотивації й адаптації в організації.

Отже, на становлення та розвиток кар'єри впливає чимало факторів, як зовнішніх, пов'язаних з умовами середовища в організації, так і внутрішніх, обумовлених рисами характеру працівника та його адаптивністю. Успішність кар'єри значною мірою визначається внутрішньою задоволеністю людини своєю працею, відчуттям значущості власних професійних досягнень, мірою реалізації творчого потенціалу і професійним визнанням.

### **Список використаних джерел:**

1. Гольдштейн Г.Я. Основи менеджменту: навчальний посібник / Г.Я. Гольдштейн. – Вид., доповн. і перераб. – Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2013. – 250 с.
2. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Організаційна соціальна психологія. – СПб. – 2010. – 730 с.
3. Самоукина Н.В. Психологія і педагогіка професійної діяльності. – М.: Асоціація авторів і видавців «Тандем». Издательство ЕКМОС. – 1999. – 276 с.
4. Кларін М.В. Сучасна кар'єра / М.В. Кларін // Управління персоналом. – 2008. – № 2. – С. 34-47.
5. Федосенко Е.В. Професійна самореалізація особистості в сучасному суспільстві. – СПб. – 2009. – 128 с.

## НОТАТКИ

## **НОТАТКИ**

*Наукове видання*

**СУЧАСНА ПСИХОЛОГІЯ:  
ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА**

МАТЕРІАЛИ ІІІ МІЖНАРОДНОЇ  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

*Матеріали друкуються в авторській редакції*

Дизайн обкладинки: А. Юдашкіна  
Верстка: Н. Кузнєцова

Контактна інформація організаційного комітету:  
73005, Україна, м. Херсон, а/с 20,  
Науковий журнал «Молодий вчений»  
Телефон: +38 (0552) 399 530  
E-mail: [info@molodyvcheny.in.ua](mailto:info@molodyvcheny.in.ua)  
[www.molodyvcheny.in.ua](http://www.molodyvcheny.in.ua)

Підписано до друку 17.05.2017. Формат 60x84/16.  
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Цифровий друк.  
Умовно-друк. арк. 6,05. Тираж 100. Замовлення № 0517-436.  
Віддруковано з готового оригінал-макета.

Надруковано: Видавничий дім «Гельветика»  
E-mail: [mailbox@helvetica.com.ua](mailto:mailbox@helvetica.com.ua)  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 4392 від 20.08.2012 р.