

# Людина та її реальність

Збірник матеріалів XII  
Міжнародної науково-практичної  
конференції

2022

Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

# ***Людина та її реальність***

***Збірник матеріалів XII  
Міжнародної науково-практичної конференції***

***(24-25 листопада 2021 року, м. Ніжин)***

*За редакцією доктора психологічних наук, професора М.В. Папучі*

Ніжин

2022

УДК 159.923(082)

Л 93

Рекомендовано Вченою радою  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя  
(НДУ імені Миколи Гоголя)  
Протокол №11 від 28.04.2022 р.

Людина та її реальність. Збірник матеріалів XII Міжнародної науково-  
Л93 практичної конференції (24-25 листопада 2021 р., м. Ніжин) / за ред.  
М. В. Папучі. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2022. – 169 с.

Збірник містить матеріали доповідей учасників XII Міжнародної науково-практичної конференції "Людина та її реальність", яка відбулася 24-25 листопада 2021 р. У збірнику аналізуються стан та перспективи досліджень психології людини; висвітлюються теоретико-методологічні проблеми сучасної науки; вивчається проблема емпіричних психологічних досліджень. Значна увага приділена роботі з реальністю людини в психологічних практиках. Розглядаються питання освітньої взаємодії в умовах нової української школи (зокрема, в інклюзивній освіті).

Збірник буде корисний фахівцям, які цікавляться проблемами психологічної науки, та студентам, які вивчають психологію.

УДК 159.923(082)

© НДУ ім. М. Гоголя, 2022

## ЗМІСТ

<i>Пануча М. В.</i> Реальність переживання.....	6
<i>Troitsky., Psyadlo E. M.</i> Analysis of the study of the phenomenon of psychological well-being in psychological science .....	9
<i>Беліцкі О. Г.</i> Природа мотивації .....	12
<i>Васильєв Д. В.</i> Особливості дитини з розладами аутистичного спектру .....	14
<i>Вернік О. Л.</i> До питання історії методичного забезпечення викладання психології у середній школі .....	18
<i>Вовк О.</i> Особливості соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами .....	22
<i>Гетьман Т. О.</i> Особливості мовленнєвої компетентності вчителя у структурі професійних якостей педагога.....	25
<i>Гурова О. В.</i> Переживання стану самотності в контексті неформальної освіти.....	28
<i>Данилова И. В.</i> Психология конфликтов в Китае .....	31
<i>Дикіна Л. В.</i> Child violence in cyberspace.....	34
<i>Долгіх Т. В.</i> Психологічні особливості спілкування вихователя ДОЗ .....	38
<i>Дудар О. М.</i> Самотність в період пандемії COVID-19.....	41
<i>Ерос М. В.</i> Психологическая характеристика системы ценностей личности .....	48
<i>Забаровська С. М.</i> Стан психологічного благополуччя учнівської молоді як проблема психологічної практики .....	50
<i>Здоровець Т. Г.</i> Психологічне благополуччя особистості вчителя в умовах дистанційного навчання .....	55
<i>Карченкова А. І.</i> Особливості емоційних переживань людини.....	57
<i>Ковтун А. Ю.</i> Порівняльний аналіз особистісного становлення дошкільників, які розвиваються в рамках вікової норми, і дітей з вадами розвитку.....	59
<i>Kologrynova N. M.</i> Fairy tale therapy as a method of psychological assistance in a crisis situation.....	61
<i>Кошова І. В., Кривошея А. В.</i> Особливості копінг-стратегій особистостей, включених у ситуацію повторного вибору професії.....	65
<i>Кресан О. Д.</i> Психологічне консультування осіб, що постраждали від війни (гуманістичний напрямок) .....	68

<i>Ласкавая М. С.</i> Восприятіе внемности человета .....	73
<i>Литовченко Н. Ф.</i> Трансформаційна реальність арттерапії.....	75
<i>Ліпатнікова І. С.</i> Механізм виникнення психологічних бар'єрів при вивченні іноземної мови .....	77
<i>Лозбина А. В.</i> Косплей – спосіб самовираження чи бажання бути побаченим і почутим.....	83
<i>Мар'яненко Л. В., Пушкарьська Л. П.</i> Міжособистісні регулятори розвитку пізнавальної діяльності нормальних учнів і учнів з особливими потребами гуманістичного навчання.....	86
<i>Мельник О. М.</i> Психологічні особливості internet-залежності у дорослих .....	89
<i>Мельник С. В.</i> Значимість інклюзивної освіти в Україні .....	93
<i>Мостова Т. Д.</i> Особливості використання методу кататимно-імагінативної психотерапії (символдрами) у психокорекційній роботі з наркозалежними .....	95
<i>Муліка О. В.</i> Особливості девіантної поведінки в підлітків .....	99
<i>Наконечна М. М.</i> Психологічна реальність інтерсуб'єктної взаємодії в юнацькому віці .....	101
<i>Нестеренко П. О.</i> Методологія історико-психологічного дослідження наукової спадщини М. Грота .....	105
<i>Нефедова В. О.</i> Особливості кохання у юнацькому віці .....	112
<i>Никоненко О. П.</i> До питання щодо розширення діагностичних можливостей психогіометричних та ідеографічних конструктивних методик в процесі дослідження особистості .....	118
<i>Павлєєв В. О., Дем'яненко Б. Т.</i> Психодіагностика та психокорекція синдрому емоційного вигорання у юнаків .....	121
<i>Пирог О. М.</i> Особливості виникнення психосоматичних нервових захворювань .....	126
<i>Поліщук М. С.</i> Надання переваг психогіометричним формам особами з різним типом акцентуації.....	128
<i>Прозерська Т. В.</i> Особливості усвідомлення екзистенційних данностей у дорослому віці .....	131
<i>Різка К. С.</i> Гендерні особливості жіночої тривожності.....	135
<i>Робаківська Ю. П.</i> Психологічна травма. Її вплив на життя людини .....	137
<i>Соловей Я. Г.</i> Ціннісний вплив вчителів на розвиток музично обдарованої особистості .....	140

<b>Степура Є. В.</b> Риси особистості у світлі тенетного принципу побудови наукового знання .....	144
<b>Тхоревська О. В.</b> Актуальність проблеми прокрастинації в сучасному житті.....	146
<b>Хохлюк Т. Ю.</b> Сприйняття та пізнання реальності дитиною раннього дошкільного віку .....	149
<b>Шевельова В. П.</b> Основи інклюзивної освіти в навчальних закладах .....	152
<b>Шевчук О. О.</b> Вплив космічного простору на психічний стан людини.....	156
<b>Шевякова І. П.</b> Проблема кібер-адикції в умовах пандемії.....	158
<b>Юхимович Ю. С.</b> Особенности переживания человека в условиях пандемии .....	161

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та практичної психології, Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя, м. Ніжин, Україна

## **РЕАЛЬНІСТЬ ПЕРЕЖИВАННЯ**

У вітчизняній психології проблемі переживання завжди відводилось особливе місце. Його вважали одиницею психологічного аналізу (Л.С.Виготський), "значимі переживання" виступали предметом психології (Ф.В.Бассін). В останні часи питання про природу переживань стає особливо актуальним. Це пов'язано, перш за все, з розвитком прикладної психології, що покликана допомагати людям, які в складних життєвих обставинах втратили життєвий смисл, спокій та душевну рівновагу. Крім того, завдячуючи дослідженням феномена переживання, наприклад, роботі Ф.Ю.Василюка "Психологія переживання" [2], де зроблена досить серйозна і небезуспішна спроба осмислення переживання з діяльнісної позиції, хоча в цілому проблема природи переживання залишається не досить проясненою.

Одним з перших, хто надав феномену переживання функцію поняття і змістовне навантаження, був В.Дільтей. Аналізуючи переживання, він виділяє наступні його ознаки:

1) переживання як таке існує лише в теперішньому, навіть якщо має пряме відношення до минулого;

2) переживання – це якісне буття, реальність, що не може бути жорстко визначена;

3) переживання обумовлює структурування життя людини і пов'язане з ним через цілепокладання;

4) переживання – це єдність, окремі аспекти якої пов'язані загальним значенням або значимістю [5, с.131–136].

На думку Е.Дюркгейма, переживання являють собою невід'ємний компонент колективних уявлень і, відповідно, суспільного життя.

Досить цікаве визначення Й.Хейзінги: "всіляке переживання несе в собі ігрове начало, зі всіма притаманними грі атрибутами: переживання не є повсякденне життя; всередині переживання власний і безумовний порядок; у будь-якого переживання є свої власні внутрішні правила; переживання окутане таємницею, яка прагне через переживання заявити про себе людині; в тій чи іншій мірі переживання – це вільна діяльність або ж вільне саме настільки, наскільки вільна сама людина у власному житті" [8, с.219].

За О.М.Леонтьєвим, переживання виступають як внутрішні сигнали, через які усвідомлюються особистісні смисли актуальних подій. Л.С.Виготський в якості одиниці аналізу психіки недаремно назвав переживання, яке для нього було найбільш змістовною одиницею в структурі свідомості, динамічною і репрезентуючою особистість в ситуації соціального розвитку. "В переживанні, – вказував Виготський, – дане, з одного боку, середовище в його відношенні до мене, а з іншого – особливість моєї особистості" [4, с.383]. В даному висловлюванні відображена діалектично осмислена природа переживання як одиниці аналізу свідомості.

Переживання – це динамічне і змінюване утворення. Його змістовна змінюваність залежить від особливостей онтогенетичного розвитку людини і характеризується своєю внутрішньою напруженістю, пристрасним відношенням людини до світу. Робота переживання спрямована як на злиття людини зі світом, так і на їх розмежування: в обох випадках або формується між ними певний бар'єр, або ж він руйнується. Тому можна сказати, що переживання відпочатково містить в собі межу між особистістю і світом. Ф.В.Бассін говорить про переживання як про активність, що змінює і трансформує свідомість людини, а в самому широкому значенні – її психіку. Розвиваючи поняття "значущих переживань" як предмета власне психологічного дослідження, він відзначав, що світ для людини стає значущим тому, що вона здатна до його переживання [1, с. 54].

Продовжують загальну лінію розуміння переживання роботи Ф.Ю.Василюка: "...переживання розуміється як особлива діяльність, особлива робота по перебудові психологічного світу, спрямована на встановлення смислової відповідності між свідомістю і буттям, загальною метою якої є підвищення осмисленості життя" [2, с.30]. Ця діяльність виникає в критичних ситуаціях неможливості досягнення суб'єктом головних мотивів і планів його життя, руйнації ідеалів та цінностей; результатом такої діяльності є перетворення психічної реальності.

Кожне зі значень переживання підживлюється психологічними фактами та підкріплюється теоретичними побудовами. І, починаючи з В.Дільтея, особлива роль в переживанні відводиться процесу рефлексії, процесу вираження задля наповнення переживання реальним змістом і зверненню людини до значимого і цінного в її житті.

Досвід, спостереження, нечисленні, але доказові емпіричні факти, вивчення джерел – все це дозволяє нам визначитись з поняттям переживання. Аналіз літератури, зокрема практично-психологічного напрямку, засвідчує, що



переживання залишається "Попелюшкою" психології – термін вживають часто, з ним працюють багато, але явище, що лежить за цим поняттям, залишається недослідженим (ця редуційна позиція йде ще від Дільтея, який ніби всю психологію намагався побудувати на переживанні, але крім описів нічого не дав). А відомо, що самі описи, якими б ретельними вони не були, не замінюють аналізу. Ми будемо виходити з аналізу поняття "переживання", здійсненим Л.С. Виготським в останній своїй роботі [4]. З аналізу, який вже використовують і впроваджують в практику в США і інших країнах, але який залишається поза увагою вітчизняних психологів. Крім того, нас приваблює (відповідає нашими даним і досвіду) позиція Ф.Ю. Василюка [2] і філософська концептуальна ідея Ф.Т. Михайлова [7]. Для нас істотним є два положення В.М. Волошинова – про знакову природу переживання (1) і про його єдність з вираженням, причому не переживання формує вираження, а, навпаки, вираження формує переживання, надаючи йому певної дійсної форми і динамічної структури [3]. Хоча за "законами жанру" визначення поняття повинне витікати з аналізу і завершувати його, нам тут зручніше вчинити навпаки: ми дамо спочатку робоче визначення поняття, а потім покажемо основні складові аналізу, що привів до цього значення.

Отже, переживання ми розуміємо як "одиницю аналізу" особистості – складну міжфункціональну динамічну систему, яка виражає в знаковій формі загальний стан особистості, що виникає під дією враження.

Переживання існує лише як вираження, конструюючи зовнішнє і внутрішнє смислове поле життя особистості (зовнішній і внутрішній світ). Як і будь-яка форма мовлення, оповідь має зовнішню і внутрішню сторону. Зовнішня сторона – фонічна, цікавить нас зараз менше. Внутрішня ж, власне, семічна сторона оповіді і є тим, що ми називаємо переживанням – носієм і вибудовувачем нових сенсів та їх зв'язків.

На даний момент, ми можемо сказати, що переживання можна визначити лише гіпотетично: внутрішній активний цілісний процес, природа якого залишається невідомою, але реальність якого безсумнівна, місце якого невідоме, дію якого можна і треба вивчати, без якого неможливе життя особистості, "як без вітамінів або гормонів життя організму" (вираз Л.С. Виготського [6, с. 208]).

Зазначимо ще один парадокс: мимовільність і опосередкованість переживання ставлять цю функцію в доволі своєрідну позицію. Культурно-історична теорія чітко визначає, що вищі психічні функції є довільними і опосередкованими, а нижчі, природні – мимовільні і безпосередні. Переживання в цій класифікації виявляється дійсно "попелюшкою" – воно – вища функція,

оскільки опосередковане, але, водночас і нижча – оскільки мимовільна... Є сенс працювати в цьому напрямі.

### Список використаних джерел

1. Бассин Ф. Б. "Значащие" переживания и проблемы собственно психологической закономерности. *Вопросы психологии*. 1972. №3.
2. Василюк Ф. Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). Москва, 1984. 200 с.
3. Волошинов В. Философия и социология гуманитарных наук. Санкт-Петербург: Аста-Пресс, 1995. 380 с.
4. Выготский Л. С. Собр. соч. в 6-ти томах. Т. 4. Москва: Педагогика, 1984. 432 с.
5. Дильтей В. Описательная психология. Санкт-Петербург: Алетейя, 1996.
6. Записные книжки Л.С. Выготского. Избранное / под. общей редакцией Е. Завершневой и Р. Ван дер Веера. Москва: Канон, 2017. 608 с.
7. Михайлов Ф. Т. Немота мысли. *Вопросы философии*. 2005. №2 С. 39-55.
8. Хейзинга Й. Homo ludens. В тени завтрашнего дня. Москва: Изд. группа "Прогресс", "Прогресс-Академия", 1992. 464 с.

**Troitsky., Psyadlo E.M.**

Post-graduate student of the Department of Psychology,

Doctor of Biological Sciences

Professor of the Department of Practical and Clinical Psychology

Faculty of Psychology and Social Work

Odessa National I.I. Mechnikov University,

Odessa, Ukraine

### **ANALYSIS OF THE STUDY OF THE PHENOMENON OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN PSYCHOLOGICAL SCIENCE**

The well-being and health of the individual is a continuous process of ascent and the implementation of personal self-actualization; unhappiness and illness entail the inability to become a full-fledged person. The study of psychological well-being, in our opinion, will make it possible to significantly advance in solving the problem of a person's choice of adequate coping strategies that help preserve physical and mental well-being, improve the quality of life and contribute to a more complete self-actualization of the individual.

Psychological well-being is that psychological phenomenon that personifies the

natural human desire for inner balance, comfort, and a sense of happiness.

Happiness, well-being, satisfaction, comfort are concepts related to a person's subjective experience of the processes taking place in his life. These phenomena characterize him socially – psychologically. They contain the social history of a person – a person who has acquired his personality, who has the ability to create his own life, create a history of his life, his destiny and relate to the history of the life of other people – specific or generalized personalities. If he succeeds, positive emotions, consciousness and an experience of well-being arise. It should not be assumed that subjective well-being is a phenomenon of the distant future or a certain age period. In one aspect or another, it can be presented at all stages of the life path and is associated with any activity.

The problem of psychological well-being of the individual is one of the fundamental in philosophy, medicine, psychology. Each science has its own understanding and content of this concept.

It is easy to assume that for people at different stages of the ontogenetic process, the relationship between such parameters as personality traits, the level of student self-actualization and the quality of professional training should be different. According to the majority of both domestic and foreign authors, the earlier the directed personal and professional development of a person begins, the more it is possible to predict psychological well-being, life satisfaction and personal growth of each subject in the modern changing world.

The analysis of psychological well-being is based on the ideas about the positive aspects of personality functioning, formed within the framework of the humanistic approach (J. Bugental, S. Jurard, A. Maslow, K. Rogers, E. Shostrom; A.B. Orlov, L.A. Petrovskaya et al.); the concept of psychological well-being by N. Bradbourne, K. Riff, A.V. Voronina; E. Diener's concept of subjective well-being; the theory of self-determination by R. Ryan, E. Deci; research of various aspects of psychological well-being in Russian psychology (NK Bakhareva, AE Sozontova, PP Fesenko); ideas about personal potential, developed by D.A. Leontiev, E.Yu. Mandrikov, E.H. Osin.

All approaches to the study of the phenomenon of psychological well-being can be divided into several groups. One of these groups includes the study of the phenomenon of "psychological well-being" as two main trends: hedonistic and eudemonistic.

The hedonistic theories include all those teachings where well-being is described mainly in terms of satisfaction – dissatisfaction, is built on the balance of positive and negative affects, this is the concept of N. Bradburn and E. Diener.

Within the hedonistic approach, psychological well-being is defined through the

achievement of pleasure and avoidance of displeasure, while pleasure is not only bodily pleasure, but also satisfaction from achieving meaningful goals. As the most general indicator of psychological well-being, the supporters of this approach accept the "experience of happiness" or "subjective well-being" of a person.

The eudemonistic approach is developed primarily within the framework of humanistic psychology. Among the authors involved in the theoretical development of the issue of the main "contours" of psychological well-being are J. Budgethal, A. Maslow, K. Rogers, E. Fromm, G. Allport. From the standpoint of this approach, psychological well-being is viewed as "the completeness of a person's self-realization in specific living conditions and circumstances, finding a" creative synthesis "between meeting the needs of the social environment and the development of one's own individuality."

Within the framework of the eudemonistic approach, based on the earlier research of M. Yagoda, K. Riff developed a multidimensional model of psychological well-being. It includes six basic components of psychological well-being: having a purpose in life, positive relationships with others, personal growth, environmental management, self-acceptance, and autonomy.

Currently, K. Riff's multidimensional model is accepted by many researchers, and the methodology for measuring psychological well-being developed by her is actively used in research practice in many countries.

**Output.** The psychological well-being of an individual is an integral socio-psychological education that includes the assessment and attitude of a person to his life and himself. It includes cognitive, emotional, behavioral components and is characterized by subjectivity, positivity and global dimension. In the research of psychologists, sociologists, philosophers, various aspects of subjective well-being are considered. At the same time, the focus of researchers is on needs and values, awareness of them, their behavior and the result of activities to satisfy them, causing a certain state (satisfaction, happiness, positive emotions).

### **Literature:**

1. Baturin N.A. Theoretical model of personal well-being / N.A. Baturin, S.A. Bashkatov, N.V. Gafarova // Bulletin of SUSU. Series "Psychology". - 2013. - №. 4. - V.6. - S. 4-14.

2. Pergamenchik L.A., Novak N.G. Socio-psychological conditions of psychological well-being of a person who has experienced a crisis event // Social psychology and society. - 2015. - Т. 6. - № 4.

3. Sozontov A.E. Hedonistic and eudemonistic approaches to the problem of psychological well-being // Questions of psychology. - 2006. - No. 4. - p. 105-114.

4. Shevelenkova T.D., Fesenko P.P. Psychological well-being of the individual (a review of concepts and research methods) // Psychological diagnostics. - 2005. - No. 3. - S. 95-129.

**Беліцкі О. Г.**

студентка V курсу заочного відділення, факультет  
психології та соціальної роботи

Науковий керівник – канд. псих. наук, доц.

Наконечна М. М., кафедра загальної та практичної психології

### **ПРИРОДА МОТИВАЦІЇ**

Мотивація – це сукупність причин психологічного характеру до спонукання активності, яка має спрямованість на задоволення своїх різних потреб.

Складність та багатогранність дослідження мотивації обумовлюється розумінням її сутності, природи, структури, а також методами вивчення.

У ході наукових досліджень було встановлено, що в поведінці людини є дві функціонально взаємопов'язані сторони: спонукальна та регулятивна. Спонукування забезпечує активізацію та спрямованість поведінки, а регуляція відповідає за те, як вона складається від початку і до кінця в конкретній ситуації. Психічні процеси, явища та стани: відчуття, сприйняття, пам'ять, уява, увага, мислення, здібності, темперамент, характер, емоції – все це забезпечує в основному регуляцію поведінки. Що стосується його стимуляції, чи спонукування, воно пов'язані з поняттями мотиву та мотивації.

Мотиваційні механізми, що включають всі рівні мотивації (від органічних потреб до ціннісних орієнтацій) відносяться до характеристик людини як індивіда та особистості.

Психофізіологічні функції включаються до складних систем суспільної поведінки з їх символікою, правилами та моральними нормами, відносинами, що регулюються правом і мораллю.

Так, зокрема А. Маслоу в своїй праці "Мотивація та особистість" сформулював теорію мотивації, у якій виклав свій погляд розуміння механізмів поведінки людини.

У своїй теорії А. Маслоу виходив із того, що мотивація безперервна, нескінченна та мінлива, вона є універсальною характеристикою практично будь-якого стану організму. Єдиною надійною основою для побудови теорії мотивації є класифікація цілей та потреб людини. На думку автора, людина має багато різних потреб. Умовно їх можна поділити на базові та метапотреби.

Основні засади, що характеризують природу людини:

- 1) потреби людей ніколи не можуть бути задоволені абсолютно;
- 2) стан часткового чи повного незадоволення потреб спонукають людину до дії;
- 3) існує ієрархія потреб.

Згідно з розробленим А. Маслоу принципом ієрархії, потреби кожного нового рівня стають актуальними для індивіда лише після того, як задоволені попередні запити.

Основні положення теорії ієрархії потреб не отримали підтвердження у наукових дослідженнях. Критики його теорії мотивації вказують на такі моменти:

1. Відсутність емпіричних доказів;
2. Відсутність чіткої п'ятиступінчастої ієрархічної структури потреб;
3. Недостатній облік індивідуальних відмінностей людей;
4. Недостатній облік впливу організаційних, соціальних, економічних та політичних факторів на поведінку індивіда.

Незважаючи на це, з моменту опублікування концепції мотивації у 1943 р. та приблизно до 1970-х А. Маслоу вважався провідним теоретиком у сфері мотивації, а більшість пізніших теорій мотивації у тому чи іншій мірі також ґрунтувалися з його ідей.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Симонова П. С. Мотивація як компонент розвитку здібностей // Молодий вчений. – 2017. – № 52 (186). – с.: 1–2.
2. Меджидова К.О. Мотивація як предмет наукових досліджень // Журнал "Психологія та Психотехніка". – 2012. – № 4 "Мотивація та духовність особистості". – с.: 44-50.
3. Маслоу А. Мотивація та особистість // Глава 4. Теорія людської мотивації. – переклад з англійської: А. М. Татлибаєва. – СПб., 1999. – с.: 100.

**Васильєв Д. В.**

магістрант Ніжинського державного університету  
імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ ДИТИНИ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ**

Останнім часом увага суспільства та дослідників прикута до феномену дитячого аутизму, зокрема у зв'язку з соціалізацією та навчанням таких дітей. Поняття *аутизм* ввів у науковий вжиток швейцарський психіатр і психолог Ейген Блейлер, який вперше і описав цей феномен.

На сьогодні цей термін використовується у декількох значеннях:  
а) уникання контактів із реальністю з поступовим заглибленням у світ власних переживань, де мислення індивіда підпорядковане афективним потребам;  
б) психоемоційний стан, що супроводжується зниженням можливості суб'єкта довільно керувати власним мисленням, відключатися від тяжких думок навколо обмеженого кола тем та бажань і зникає потреба у контакті з людьми та виконанні спільної діяльності.

Останнім часом поняття аутизм використовують для характеристики індивідуальних особливостей індивіда, пов'язаних з орієнтацією суб'єкта на свій внутрішній світ і внутрішні критерії в оцінці подій, що призводить у подальшому до втрати розуміння інших і неадекватній реакції на їх поведінку.

Аутизм, як порушення розвитку, зустрічається приблизно у 1% населення земної кулі. У широкому розумінні, це особливий психологічний стан, якому властиві проблеми з навичками соціальної поведінки і спілкування, сенсорним сприйняттям, рухами та дрібною моторикою, мовленням, а також

зрозумовими здібностями. Фахівці вважають, що краще використовувати термін не "аутизм", а "розлади аутистичного спектру (РАС)", оскільки нині існує широкий спектр симптомів і ступенів тяжкості, які дуже різняться між собою.

На сьогодні під розладами аутистичного спектру розуміють стан, який виникає внаслідок порушення розвитку головного мозку та характеризується вродженим та різностороннім дефіцитом соціальної взаємодії та спілкування. Його (РАС) неможливо вилікувати, проте з часом можна скоригувати й адаптувати людину до соціального життя.

РАС розвивається у дітей у віці приблизно 1,5-2 роки та проявляється в специфічних розладах розумової діяльності або у порушенні функціонування емоційної сфери зі збереженням інтелектуальної складової мислення. Зокрема виділяють: ранній дитячий аутизм; атиповий аутизм; синдром Ретта; синдром Аспергера. Кожен зі вказаних видів має ключові ознаки, загалом же аутист є емоційно закритим, зосередженим на собі і не виявляє бажання спілкуватися з людьми. В цілому, ці розлади досить негативно впливають на освітні та соціальні здобутки. І лише окремі люди, з подібними проявами, здатні жити самостійно, решта ж страждає важкими порушеннями та потребують постійної підтримки.

*Найбільш типовими ознаками людей з розладами аутистичного спектру є наступні:* нерідко називають себе у третій особі, не використовують звернень і особових займенників; під час розмови не дивляться в обличчя співрозмовнику, або взагалі відвертаються від нього, одночасно говорять монотонною мовою, схожою на звук автовідповідача, яка складається з коротких речень або повторень однотипних фраз чи слів; нерідко переривають розмову та йдуть геть, адже втратили інтерес до неї; часто не мають навичок самообслуговування (нерідко аутист може не вміти вміти обличчя, самостійно поїсти, нездатний переодягнутися). Навпаки, коли вони вміють це робити, то поводять себе як крайні педанти, створюючи при цьому певні ритуали; повторюють рухи (махи руками, хитання головою, піднімання плечей тощо); можуть страждати від незрозумілих нападів паніки, гніву, злості, інколи виявляють агресивні дії, спрямовані проти самого себе; мають підвищену сенсорну чутливість – можливі напади паніки через різкі і гучні звуки, яскраве світло тощо.

*Найбільш типовими ознаками дітей з розладами аутистичного спектру є:* порушення мовлення, уникання зорового контакту з дорослими й однолітками, схильність до стереотипії (ритмічне повторення одних і тих же рухів), а також одноманітність у проявах активності. Також діти-аутисти



заглиблені в собі, можуть годинами складати кубики чи ходити від стінки до стінки, а окремих випадках, особливо тоді, коли їм щось не вдається (спостерігається досить часто), можливі прояви аутоагресії.

Загалом ознаки РАС у дітей можна уявити наступним чином: надто обмежене коло інтересів і захопленість однією темою; сенсорна чутливість (гіпер- або гіпочутливість зору, нюху, слуху); захопленість рутинною, ритуалами й діями, які варто повторювати, життя за розкладом (стереотипність у поведінці, страх щось змінювати); ускладнення під час встановлення та підтримки соціальних стосунків; ускладнення у процесі комунікації та мовленнєвого розвитку; відсутність зацікавленості іграшками (слабкий інтерес або надмірне захоплення лише однією); усамітнення, яке покликано захистити дітей від проблем у спілкуванні, від різного роду проблем, пов'язаних із взаємодією.

Сьогодні дослідники, психологи вважають, що не потрібно дітей з РАС сприймати як хворих. Відомі випадки, коли людина, у якої в дитинстві діагностували розлади аутичного спектру, змогла досягти успіху у житті. Так, Темпл Грандін, професорка університету Колорадо, наголошує, що потрібно перестати сприймати людей з розладами аутичного спектра у якості гіршої версії "нормальних" людей, адже вони не ненормальні, вони просто інші.

Т. Грандін вказує, що основні відмінності між стилем мислення дітей з РАС та більш стандартним типом мислення – це **увага до деталей** та **мислення образами** (у завданні, де треба обрати великі літери та маленькі, то дитина з РАС набагато швидше помітить саме маленькі літери). Ще вона вказує на декілька особливостей аутистичного розуму – *проблеми з сенсорною обробкою інформації; відсутність здатності все робити завчасно; відсутність вміння виконувати завдання; фіксація дитини на чомусь одному і саме цю фіксацію варто використати для мотивації.*

Мислення образами, за словами Т. Грандін, це ніби прокручувати у голові фільм. Вона відмічає, що таке мислення образами у дітей з РАС може бути: візуальним – такі люди не дуже сильні в алгебрі; музикальним і математичним – такі люди можуть мати проблеми з читанням; вербальним – такі люди не дуже сильні у малюванні.

Для вихователів і батьків варто зрозуміти, що **удошкільному віці** головне – це формування у дитини соціально-побутових навичок і вмінь, зокрема:

□ □ самообслуговування – переодягнутися, сходити в туалет, помити руки, прибрати за собою тарілку тощо;

□□ використовувати предмети за призначенням – малювати в альбомі, ложкою їсти суп, ручкою писати в зошиті;

□□ розуміти мовлення, словесні інструкції та звертання – дорослий говорить, а дитина підтверджує те, що зрозуміла, діями (стрибає, крокує, піднімає руки або плескає в долоні);

□□ задовольняти потреби у загально прийнятій формі – підняти руку, коли впала кулькова ручка чи олівець, а не кричати і розкидати речі;

□□ дотримуватися правил поведінки в групі – не шуміти, виконувати завдання вихователя, повторювати за іншими дітьми.

Висновок: аутизм розглядають як особливий психічний стан, що змінює ракурс сприйняття та мислення дитини. На сьогодні дослідники для позначення таких дітей використовують поняття розлади аутистичного спектру, що вказує: на відмінності між стилем мислення дітей; на проблеми з сенсорною обробкою інформації; на відсутність здатності все робити завчасно; на відсутність вміння виконувати завдання; на фіксації дитини на чомусь одному.

### Література:

1. Гошовська Д.Т. Спеціальна психологія та методика педагогічно-корекційного тренінгу: навч. – метод. посіб. Луцьк, 2011. 265с.

2. Кобильченко В., Омельченко І. Спеціальна психологія: навч. посіб. К.: Академія, 2020. 224 с.

3. Спеціальна психологія. У питаннях і відповідях: навч. посіб. / укл. О. В. Чепка. Умань: ВПЦ "Візаві", 2016 104 с.

4. Що таке аутизм і чим такі люди відрізняються від нас? TED Talk. *Українська правда* : веб-сайт.  
URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2019/03/17/236066/> (Дата звернення 14.05.2022).

Orcid 0000-0003-0572-2005,

провідний науковий співробітник лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,  
кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,  
м. Київ, Україна

## **ДО ПИТАННЯ ІСТОРІЇ МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВИКЛАДАННЯ ПСИХОЛОГІЇ У СЕРЕДНІЙ ШКОЛІ**

Одним з актуальних питань сучасної середньої освіти є її психологізація, результатом якої має стати психологічно освічена і культурна особистість, що має знання, вміння і навички щодо усвідомлення "людської природи", розуміння себе, розбудови власного життя у світі людей. Незважаючи на актуальність даного питання, маємо констатувати фактичну відсутність в освітній програмі сучасної середньої школи окремого предмету "психології" і в той же час значну кількість розробок, спрямованих на психологізацію освітнього процесу на усіх етапах шкільної освіти (див., наприклад, Е. Помиткін, 2016), на підготовку студентів до викладання психології у школі (О. Власова, 2012) й ін.. Разом з тим, причини такої ситуації варто шукати у вітчизняній історії.

Чи не вперше формально питання включення психології як частини філософії у середню освіту у вітчизняному освітньому просторі було поставлене П. Боборикіним в публікації 1899 року "Філософія в гімназіях" [1] у журналі "Питання філософії", в якій порівнювалася система освіти Франції і Російської імперії по відношенню до введення курсу філософії у середню освіту та соціальні, культурні і психологічні наслідки такого кроку для держави<sup>1</sup>.

Розвиток емпіричної психології в 1890-х – 1900-х роках в Російській імперії спричинив соціальну зацікавленість її предметом. В 1905 році Міністерством народної освіти було введено курс психології у середню школу. В пояснювальній записці [4] йдеться, що метою викладання психології в школі має стати досягнення учнями ясного розуміння специфіки душевних явищ, їх зв'язку з душевним життям в цілому, а також розуміння особливостей в ознайомленні з фактами душевного життя. Найближчим практичним завданням вивчення психології має стати вироблення в учнів навичок сприймання душевних явищ, вмінь у самозвітуванні щодо них й впливу одне на одне,

---

<sup>1</sup> Серед іншого варто відзначити наведені автором конкретні питання з філософії на випускний іспит з отримання атестату середньої освіти, пропонувані у Франції у 1890-х роках.

вироблення звички до усвідомленого їх читання. При цьому, викладання має бути пов'язаним переважно з емпіричними проблемами з використанням наочних засобів. Філософсько-метафізичні питання обговорювати дозволялося "за необхідності". Щодо обсягу і змісту курсу психології у школі, викладачеві надавалася майже повна свобода.

Перший в Російській імперії підручник з викладання психології у закладах середньої освіти було видано в Києві у 1905 році [5]. Його структура, на наш погляд, лягла в основу й досі залишається базовою щодо переважної більшості підручників, навчальних посібників і програм, що виходили в СРСР і сучасній Україні.

Саме з 1905 року починається певний "бум" видань, спрямованих на впровадження психології в середню освіту у Російській імперії. Серед авторів інших підручників того часу варто відзначити О. Нечаєва, І. Городенського, І. Продана й ін.. Усього за п'ять наступних років було видано, за твердженням І. Зачиняєва [2], 15 підручників й навчальних посібників з психології для середньої школи, з яких 9 – вітчизняних авторів. Він виділяє три основні підходи в розробці даних підручників – авторський синтетичний, до якого відносить підручники Г. Челпанова [5] і О. Нечаєва [3]; авторський аналітичний, насамперед, підручник І. Продана і компілятивно-еклектичний, найяскравішим представником якого є підручник І. Городенського.

Синтетичний підхід, що ґрунтується на поглядах В. Вундта, полягає у викладенні матеріалу від елементарних психічних явищ до більш складних – від відчуттів до сприймань, уявлень, пам'яті, мислення. Специфіка підходу О. Нечаєва полягає в зосередженні центру уваги на методах психології, на експериментах, через які й приходять відповідні розуміння, знання, вміння і навички. Тут можна говорити про активні методи засвоєння.

Аналітичний підхід ґрунтується на ідеях У. Джемса, згідно яких вивчати психологію варто не від елементарних явищ, які – суть абстракція, не існують в явному вигляді, а від цілісних конкретних станів, переходячи поступово до розгляду їх складових і характеристик, розділяючи їх у думці на основні елементи.

Підручники, написані у компілятивно-еклектичному підході, на думку І. Зачиняєва, не можна назвати науковими, оскільки, по-перше, страждають фактичними і теоретичними неточностями, й, по-друге, намагаються поєднати те, що не може бути поєднаним – метафізичний і емпіричний аспекти.

Вже через чотири роки, на другому з'їзді педагогічної психології (1-5 червня 1909 року) розгорнулася жорстка полеміка між Г. Челпановим і

О. Нечаєвим, яка знайшла своє відображення й на шпальтах "Питань філософії і психології", щодо доцільності окремих форм упровадження психологічної підготовки педагогів у середній школі<sup>2</sup>. Челпанов, на думку О. Нечаєва, по суті звинуватив його особисто і його однодумців у поширенні дилетантизму через розгортання останніми у закладах освіти, в тому числі середньої, психологічних лабораторій, спрямованих на психологічну підготовку педагогів. В той же час, Г. Челпанов бачить ситуацію по іншому<sup>3</sup>. Він висловлюється проти організації психологічних лабораторій виключно у середніх школах й при цьому наводить по-суті, один істотний аргумент – керувати такою лабораторією має спеціаліст – експериментатор, але таких спеціалістів серед викладачів психології з вищою історико-філологічною освітою, спеціально підготованих для експериментально-психологічних досліджень, істотно бракує (с. 811).

В даному контексті досить цікавою є опозиція у поглядах на педагогів у О. Нечаєва, якому досить цікава думка самих педагогів щодо впровадження у них психологічних лабораторій, і Г. Челпанова, який не поділяє такого інтересу. На його погляд, "нехай педагоги й не намагаються висловлювати власні погляди про придатність лабораторій, нехай краще прислухаються до поглядів спеціалістів" (С. 814). Оцінюючи спосіб використання в закладах освіти психологічних лабораторій, Г. Челпанов бачить тільки дві можливості, кожна з яких, на його думку, не може задовольняти завдань впровадження психології у середню освіту. По-перше, це використання лабораторій тільки в якості демонстративного матеріалу, й, по-друге, використання лабораторії в якості інструменту для збирання матеріалу, що може мати "серйозне наукове значення", для постановки "безпомилкових" діагнозів, і т.п.

Варто відзначити, що на цьому ж з'їзді (п'яте засідання, ранок 3 червня) Московським психологічним товариством було запропоновано Проект анкети з питання про постановку викладання психології в середній школі<sup>4</sup>, який було також опубліковано в "Питаннях філософії і психології"<sup>5</sup> опублікованих у 1910 році. Дана анкета містила 12 питань. По-перше, це питання доступності для розуміння матеріалу, що викладався в курсі й зацікавленості у предметі гімназистів (питання

---

<sup>2</sup> К вопросу о съезде по педагогической психологии и комментариях Г. И. Челпанова. – А. П. Нечаева // Вопросы философии и психологии, кн. 100, 1910. – С. 805-810;

<sup>3</sup> «Нужны ли психологические лаборатории для самостоятельных исследований при средних учебных заведениях?» (Ответ А. П. Нечаеву.) – Г. И. Челпанова. // Вопросы философии и психологии, кн. 100, 1910. – С. 811- 814.

<sup>4</sup> <https://viewer.rusneb.ru/ru/rs101003766395?page=69&rotate=0&theme=white>

<sup>5</sup> Анкета про постановку викладання психології в чоловічій гімназії // Вопросы философии и психологии, кн. 99, 1909. – С. 685 – 687. (201-233). – url: <https://runivers.ru/bookreader/book10314/#page/201/mode/1up>

1-4). По-друге, це питання співвіднесення даного предмету з іншими, тобто "органічності" його включення у навчальний процес в оцінці респондента, його оцінки інших викладачів й учнів (питання 5-6). По-третє, питання, що стосувалися повноти матеріалу, що викладався в рамках програми з психології, в тому числі, досвіду / доцільності у застосуванні спеціального приладдя (питання 7-9). По-четверте, питання, спрямовані на з'ясування ступеня зв'язку психології і філософії, зокрема логіки (питання 10-11). Дванадцять питань можна віднести до категорії "інші проблеми" у викладанні психології у середній школі.

У 1910 році, міністерство народної освіти запропонувало викреслити психологію з програм середньої освіти. 25 вересня 1910 року на засіданні Московського психологічного товариства відбувся виступ Г. Челпанова з досить контраверсійною темою "Чи є місце психології у середній школі", де він, скоріш за все ґрунтуючись на результатах аналізу анкетування, виділяє три ключові причини виключення психології з освітніх програм середньої школи:

- відсутність спеціальної професійної психологічної підготовки викладачів;
- методична непроробленість навчального курсу (нестача наочних засобів, навчального часу);
- місце предмету як другорядного, експериментального.

Розглянуте дає багатий матеріал для переосмислення поточної ситуації щодо впровадження предмету психології в програму середньої освіти.

Наступні кроки аналізу передбачають розгляд еволюції підручників з психології для середніх шкіл у період СРСР, досвід і сучасний стан щодо форм впровадження психології у середню освіту у світі та в Україні, визначення засад і напрямків викладання психології у сучасній українській школі.

### **Список використаних джерел**

1. Боборькин П.Д. Философия в гимназиях // Вопросы философии, кн. 47, 1899. – С. 113 – 145. (201-233). – url: <https://runivers.ru/bookreader/book10314/#page/201/mode/1up>
2. Зачиняев И.И. Обь учебникахъ психології для средней школы // Труды второго Всероссийскаго съезда по педагогической психології. – СПб., 1910. – С.147-163. – url: <https://viewer.rusneb.ru/ru/rsl01003766395?page=1&rotate=0&theme=white>.
3. Нечаев А.П. Учебник психологии для средних учебных заведений и самообразования. – СПб., 1907. – url: [http://elib.gnpbu.ru/text/nechaev\\_uchebnik-psihologii\\_1915/go,154;fs,1/](http://elib.gnpbu.ru/text/nechaev_uchebnik-psihologii_1915/go,154;fs,1/)

4. Циркуляр № 11657 от 16 июня – 4 июля 1905 г. "О программах преподавания в мужских гимназиях законоведения и философской пропедевтики" // Журнал Министерства народного просвещения. 1905, сентябрь. С. 39-40.
5. Челпанов Г.И. Учебник по психологии (для гимназий и самообразования). – К. 1905.

**Вовк О.**

магістрантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

Кожна дитина особлива і прийшла у цей світ для того, щоб її любили. В першу чергу це стосується дітей з особливими освітніми потребами. В них все по іншому: і розвиток, і сприйняття світу, та незалежно від стану здоров'я, наявності фізичного чи інтелектуального порушення, ці діти мають право на повноцінне життя та якісну освіту. Тому проблема навчання та виховання дітей з особливими освітніми потребами набуває все більшої актуальності.

На сьогодні виділяють такі категорії дітей з особливими потребами: з вадами слуху (глухі, слабчуючі, оглухлі); зору (сліпі, слабозорі, осліплі); інтелекту (з інтелектуальними порушеннями, із затримкою психічного розвитку); діти з мовленевими вадами; з порушенням опорно-рухового апарату; зі складною структурою порушень (з інтелектуальними порушеннями сліпі та слабозорі, розумово відсталі глухі та слабчуючі, глухі та слабозорі, сліпоглухонімі та ін.)

Створення сприятливого інклюзивного освітнього середовища є одним із пріоритетних напрямів сучасної української політики. На прикладі більшості країн світу, в Україні почала працювати концепція інклюзивної освіти, яка застосовується до людей з особливими потребами.

На перших етапах запровадження інклюзивної освіти в освітній процес виникало багато труднощів, звісно усіх проблем не подолано, та з кожним роком ситуація покращується. Для того, щоб досягти успіху в реалізації інклюзивної освіти важливо спрямувати роботу на ефективну співпрацю педагогів і родин дітей з особливими потребами [2, с.5].

Соціальна адаптація є одним із механізмів соціалізації та інтеграції, що дозволяє особистості активно включатися в різні структурні елементи

соціального середовища, посилено брати участь у праці і суспільного життя колективу, від спілкування до соціального і культурного життя суспільства, влаштовувати свій побут відповідно до норм і правилами соціуму [3, с. 328-332.].

Внаслідок особливостей, пов'язаних зі станом здоров'я, психіки, розумового розвитку, стану аналізаторів, нервової системи, ця група громадян є надзвичайно уразливою щодо впливів з боку як макро-, так і мікросоціуму. Їм набагато складніше пристосуватися до умов суспільства, побудувати стратегію і тактику власного життєвого шляху, оволодіти навіть нескладними знаннями, уміннями, навичками. Суспільство готове надати цим людям психологічну, педагогічну, соціальну підтримку та супровід. Одним із пріоритетних напрямів державної політики у галузі освіти у наш час є сприяння у реалізації прав на рівний доступ до якісної освіти дітей з особливими потребами.

Відомими і значущими є дослідження Г. Дульнєва, Ж. Шиф, В. Петрової, К. Турчинської, А. Висоцької, в яких доведено високу ефективність корекційного навчання, внаслідок якого відбуваються позитивні зміни в розвитку психіки, соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами.

Теоретико-методологічні основи дослідження соціальної адаптації закладено в наукових дослідженнях М. Вебера, Ч. Дарвіна, Р. Дарендорфа, Е. Дюркгейма, А. Дюссера, Е. Еріксона, А. Маслоу, Р. Мертона, Дж. Міда, І. Павлова, Т. Парсонса, Ж. Піаже, К. Роджерса, Г. Спенсера, Г. Тарда, О. Ухтомського, В. Франкла, З. Фрейда, Е. Фромма та ін. Праці вчених присвячено вивченню загальних проблем соціальної адаптації людини.

Має місце досить велика кількість досліджень окремих аспектів соціальної адаптації осіб з інтелектуальними порушеннями. Це праці А. Воробця, Н. Максимової, М. Матвєєвої, К. Мілютіної, В. Піскун, В. Синьова, В. Сорочинської, О. Хохліної, в яких глибоко проаналізовано можливості створення психолого-педагогічних умов з метою здійснення корекційного впливу на розвиток дітей з порушеннями інтелекту та визначено, що соціальна адаптація є процесом і результатом досягнення особистістю або соціальною спільністю ідентичності із соціальним середовищем у поєднанні з усвідомленням себе як його органічної частини й активним прийняттям середовищем прагнення до такої ідентичності, в основі якого лежать соціальні, психологічні та соціально-психологічні механізми. "Процес соціальної адаптації включає в себе соціальну реабілітацію, але не зводиться до неї. Основою всіх реабілітаційних заходів є апелювання до особистості індивіда, відновлення його втрачених чи послаблених суспільних зв'язків і відносин унаслідок інвалідності. Однак для досягнення соціальної адаптації цього замало. Специфіка



адаптаційного процесу за участю осіб з розумовою відсталістю полягає в тому, що для досягнення позитивного результату акцент повинен зміститися із суб'єкта на об'єкт адаптації. Суспільство повинно не тільки спостерігати за прагненням індивіда щодо досягнення ідентичності з ним, а й бути готовим прийняти таке прагнення, усіяко сприяти його реалізації" [1, с. 8-9].

Людина, яка працює, виконуючи різноманітні види діяльності, вдосконалює свою особистість, душевний і духовний розвиток, психіку. Особливо позитивну психотерапевтичну дію здійснює виконання тієї трудової діяльності, яка підвищує настрій. Під час праці відбувається знайомство дітей з народними ремеслами. "Організація творчої праці дітей із особливостями розвитку є важливим чинником соціалізації особистості, корекції їхнього розвитку. Порівняно високі можливості розвитку розумових процесів на уроках праці можна пояснити тим, що у вирішенні трудового завдання учні діють у відповідності зі своїм бажанням, а не тільки виконують волю педагога. Цим же фактором значною мірою визначається ефективність як морального і фізичного, так і естетичного виховання школярів за допомогою трудового навчання" [4, с. 434-435].

Отже, діти з особливими потребами внаслідок притаманним їм особливостям потребують створення особливих умов для розвитку, оптимального та позитивного для них, їхніх родин та суспільства в цілому. Соціально-педагогічну діяльність в закладі освіти необхідно реалізовувати як технологію трансформації соціальної ситуації розвитку дитини в педагогічну, освітню, виховну, навчальну та розвиваючу з орієнтацією на основні завдання соціальної адаптації, що полягають у формуванні цінностей і загальноприйнятих норм поведінки необхідних для життя в суспільстві, комунікативної та соціальної компетентності.

### **Література**

1. Воробець А. Ю. Соціальна адаптація осіб з розумовою відсталістю: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. соціол. наук : 22.00.04. Запоріжжя, 2011. 20 с.
2. Короленко Ю.І. Організація освітнього процесу дітей з особливими потребами в контексті аксіологічного підходу : методичний посібник / Ю.І.Короленко, Н.А.Романюк, Н.В.Оцалюк., Г.Г.Єлісеєва Вінниця : ММК, 2018. 107 с. С. 5
3. Супрун М., Мельниченко М. Особистість педагога-дефектолога – запорука успіху в питаннях вирішення завдань соціалізації вихованців спеціального закладу освіти / М. Супрун, М. Мельниченко // Наукові записки

[Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка]. Сер. : Педагогічні науки. 2013. Вип. 123(2). С. 328-332.

4. Шишова І. О. Творча праця як складова психокорекційної діяльності. Ідеї гуманної педагогіки та сучасна система інклюзивного навчання : зб. матеріалів Всеукр. науково-метод. конференції, присвяченої 97-річчю від дня народження В. Сухомлинського, 29–30 вересня 2015 р. Кіровоград : Ексклюзив-систем, 2015. С. 431–436.

**Гетьман Т.О.**

канд. психол. наук,  
вчитель української мови та літератури ЗОШ І-ІІІ ст. № 15  
м. Ніжин, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ МОВЛЕННЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ У СТРУКТУРІ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ПЕДАГОГА**

Освітні реформи в Україні потребують вдосконалення підготовки майбутніх вчителів, яка має відповідати суспільним запитам, сформульованим у професійних стандартах та стандартах освіти з врахуванням світових тенденцій та рекомендацій впливових міжнародних організацій. Вдосконалення системи педагогічної освіти спрямоване на підготовку педагогічних працівників нової генерації [2].

Зважаючи на те, що нова українська школа має стати місцем, де діти отримують не лише знання, але й уміння їх застосовувати та цінності для оцінювання і засвоєння навколишньої дійсності; бути закладом освіти з безпечним середовищем для розвитку, спілкування тощо. Розбудова нової школи потребує компетентного вчителя, здатного до використання нових методів, засобів, форм навчання, зміни формату спілкування учнів, упровадження проектної роботи, організації освітнього процесу через діяльність. Педагогічна компетентність є запорукою конкурентоспроможності вчителя на ринку освітніх послуг.

У сучасній вітчизняній та зарубіжній науково-педагогічній літературі чимало представлено досліджень з проблем теорії компетентнісного підходу та практики формування компетентностей здобувачів освіти, зокрема: І. Бех, І. Зимня, В. Краєвський, А. Хуторський, О. Овчарук, Н. Бібік, О. Локшина, О. Пометун й ін. вивчали різні аспекти компетентнісного підходу в сучасній освіті; В. Адольф, О. Гура, О. Дубасенюк, О. Коберник, Н. Кузьміна, А. Радченко, Т.

Шамова, Л. Хоружа та ін. розкривали психолого-педагогічні аспекти професійної компетентності фахівців; ключові та інші компетентності школярів досліджували С. Бондар, В. Бондар, І. Єрмакова, О. Савченко; проблеми розвитку мовленнєвої компетентності учнів – М. Вашуленко, В. Мартиненко, М. Наумчук, Г. Олійник, Г. Підлужна, Т. Піроженко, В. Семиченко, Н. Скрипченко й ін.

Вивчення і аналіз наукової психолого-педагогічної літератури з проблем компетентнісного підходу та формування мовленнєвої компетентності майбутнього вчителя дає нам підстави зазначити, що вчені мають різні підходи щодо визначення та розуміння термінів "компетенція" й "компетентність", їх структури і характеристик. Суперечності виявляються й в розкритті сутності та змісту мовленнєвої компетентності, її ієрархічності й підпорядкованості.

О. Корніяка під мовленнєвою компетентністю розуміє здатність особистості (система її знань та вмінь) до отримання інформації, адекватного розуміння її смислу, програмування і висловлення своїх думок; спроможність вільно (дохідливо, виразно) оперувати усним і писемним висловлюванням; розглядає її як структурну складову комунікативної компетентності [3, с. 85].

А. Богуш розглядає мовну компетенцію як рівень засвоєння мовних норм, а мовленнєву – як їх адекватне застосування [4, с. 68].

Важливою складовою професійної компетентності вчителя є *мовленнєва компетентність*, яка виявляється у свідомому спілкуванні між людьми (міжособистісний досвід), що формується й актуалізується в умовах безпосередньої людської взаємодії. Тобто під мовленнєвою компетентністю розуміємо здатність особистості будувати власну комунікативну поведінку відповідно до реальних ситуацій спілкування, передусім професійного.

Компетентний сучасний учитель має бути повноцінною професійною особистістю, яка володіє не лише системою спеціальних знань, умінь та навичок, а й здатністю діяти в конкретній життєвій ситуації, будувати комунікацію з іншими людьми, здійснювати нормативну мовленнєву діяльність. Останнє передбачає наявність умінь адекватно висловлюватись і адекватно розуміти сказане та прочитане. Тому вчитель-предметник повинен мати уявлення про комунікативні наміри учасника мовленнєвої ситуації і способи мовного вираження його задуму, а також про закономірності вживання мовних одиниць в усному та писемному мовленні.

Значення мовленнєвої компетентності в діяльності вчителя неможливо перебільшити, адже вона забезпечує розуміння чужих і створення власних висловлювань у повній відповідності до мети й обставин спілкування, вміння та

навички успішної комунікації, які доцільні для розв'язання освітніх завдань (дидактичних, управлінських та ін.), які реалізуються у професійній сфері.

Педагогу важливо визначити та врахувати систему цілей освітнього процесу, особливості конкретної навчальної ситуації, спілкування, емоційний стан кожного учня та класу в цілому, стиль, тон й характер взаємовідносин, можливості для отримання зворотного зв'язку, забезпечення рефлексії тощо

Пропонуємо деякі шляхи формування й удосконалення мовленнєвих навичок педагога:

1) контролювати як розвиток культури мовлення, так і культури спілкування учнів, створювати установку на оволодіння літературною мовою в різних ситуаціях спілкування;

2) контролювати і розвивати власні уміння виразного мовлення, що досягається вмільм інтонуванням залежно від змісту, умов спілкування, а також шляхом доречного вживання зображальних засобів, засобів образної словесної наочності;

3) контролювати і розвивати комунікативні уміння, розбиратися в питаннях техніки комунікації, з'ясувати свою соціальну позицію у спілкуванні [1].

Отже, мовленнєву компетентність учителя включають у структуру професійної компетентності вчителя, розвиток якої є процесом, що триває протягом усієї професійної кар'єри педагога. Саме тому вчитель, як творець духовного світу школярів, повинен постати перед учнями неповторною індивідуальністю, яка має фундаментальні знання з фаху в поєднанні з традиціями національного виховання, вважає їх часткою свого світогляду і світосприйняття, характеризується розвиненим мисленням, інтелектом, мовленнєвою пам'яттю та мовним чуттям.

Тому професійна компетентність вчителя – це інтегративна якість особистості, яка включає сукупність психолого-педагогічних, мовленнєвих, методичних, інформаційних і фахових знань, умінь, навичок та досвіду, що забезпечують ефективну педагогічну діяльність.

### **Література**

1. Залізник А. Мовленнєва компетентність як складова процесу професійної підготовки майбутнього вихователя / А. Залізник // Проблеми підготовки сучасного вчителя. 2013. № 8 (Ч. 2). С. 164-170.

2. Концепція розвитку педагогічної освіти. Наказ Міністерства освіти і науки України від 16 липня 2018 р. № 776. URL. [http://oipoppe.net/public/attached\\_files/5b7bb2dcc424a809787929.pdf](http://oipoppe.net/public/attached_files/5b7bb2dcc424a809787929.pdf)

3. Корніяка О.М. Психологія розвитку комунікативної компетентності на різних етапах професійного становлення особистості. Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. 2012. Вип. 39. С. 211–223.

4. Кравченко-Дзондза О. Комунікативна компетентність майбутнього вчителя початкової школи у змісті фахової підготовки. Молодь і ринок. 2016. № 6(137). С. 98–102.

**Гурова О.В.**

Молодший науковий співробітник  
Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України  
М.Київ, Україна

### **ПЕРЕЖИВАННЯ СТАНУ САМОТНОСТІ В КОНТЕКСТІ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ**

Так вже сталося, що нові часи диктують необхідність пошуку нових форм спілкування, навчання та внутрішніх ресурсів особистості щодо адаптації до них.

Відомо, що за умови достатньо розвинутої ідентичності особистості, яка навчається, структури учбової діяльності, розвинутих вольових якостей, мотиваційних аспектів, навичок самоорганізації, навчання впродовж життя, "long life learning", спонукає взаємодоповнювати форми учневої діяльності саме суб'єкту цієї діяльності. Легкість переключення поміж блоками інформації, баланс цікавості і концентрації в кліповому мисленні, має функцію захисту від інформаційного перенавантаження та емоційного вигорання, що важливо в нашому переповненому стресами житті. Якщо вміло і гнучко користуватись цим в процесі навчання, учіння, можна краще роздивлятися один предмет, тему, частини віртуальної цифрової інформації з різних боків.

Але не всі легко адаптуються до нових умов. Не завжди легко і не завжди результативно. Конфліктні стратегії поведінки є вибором людини (свідомим чи несвідомим) і поглиблюють відчуття самотності. Можна сказати, що тривожність часто зумовлює високий показник конфліктності. В свою чергу відчуття самотності диктує конфліктні психосоціальні форми реакцій та поведінки людини. Та часто вибір форм навчання. Неформальна та інформальна освіта дає як більше моментів свободи, індивідуального самовираження, усамітнення, нарешті, у вибраній формі навчання, у своєму шляху. Так, вона потребує, для орієнтації в широкому полі інформації, яка відкривається,

продуктивного надбання знань, достатньо зрілої відповідальної особистості, яка здатна брати відповідальність і організовувати своє навчання та творчого пристосування. Переживання стану самотності може з'являтися в цих умовах, якщо людина не готова до самотійного життя, навчання тощо. Індивідуальне навчання може поглиблювати соціальну ізоляцію, як це не парадоксально. І це ми зараз спостерігаємо в умовах дистанційного навчання в період пандемії. Звісно, це все індивідуально.

Самотність – це особистісний феномен, причинами якого можуть бути як соціальні, так і індивідуально-особистісні фактори. Це суб'єктивне відчуття. Дане почуття поширене серед людей, які не мають близьких стосунків, у яких відсутні дружні зв'язки, однак воно може проявлятися також і в осіб, які складно переживають своє призначення у світі, намагаються розібратися в собі та у відносинах з оточуючими, людям з переживанням екзистенціальної кризи тощо.

Зрозуміло, що самотність, яка викликана соціальною ізоляцією, особливо гостро переживається в юнацькому віці. Особливості юнацького віку свідчать про те, що молодій людині важко вийти на конструктивний рівень переживання самотності, особливо в тих випадках, коли вона виявляється відкинutoю групою однолітків і відчуває нестачу підтримки з боку значущих дорослих людей (батьків, вчителів).

Про формальну освіту ми знаємо багато років, з неформальною та інформальною освітами начебто теж, але вони зараз стрімко вриваються, разом з лавиною цифровізації і необмеженої доступності до Всесвітньої мережі, в достатньо сталі формальні рамки і дещо розмивають форми і жанри формальної освіти. Вебінари, онлайн-курси, освітні портали, ігрові освітні онлайн програми, серфінг в інтернеті в пошуках інформації, доступ до весвітніх архивів, самотійна повсякденна пізнавальна діяльність – можливості дійсно майже необмежені. Наразі в площині освіти стрімко формуються нові підходи до використання освітніх видів діяльності, які будуть актуальні і найкраще підходити до умов, які пропонуються обставинами. В даному випадку – пандемією COVID-19.

Можливість планування цікавого змісту, зручного і достатнього часу, місця і контенту, де і як буде проходити навчання, і про що воно буде, які потреби в освіті, в здобутті нових компетентностей при певних умовах буде задовільняти, дає почуття комфорту, гармонічності розвитку і відчуття авторства будування свого життя. Стимулюючий потенціал самотності – є в здатності визначення власної невлаштованості своїм становищем та прагненням до підвищення самооцінки й власної ваги в очах оточуючих. Люди, які схильні до

самотності, можуть вибирати стратегію постійного досягнення успіху, щоб компенсувати внутрішню "пустоту", відчуття самотності. А можуть і "загубитись" в потоці інформації. І це є проблемою – як формувати особистість, яка здатна опиратись на себе та свої потреби, брати відповідальність і йти своїм шляхом самореалізації, мала змогу продуктивно використовувати для свого всебічного розвитку всі доступні форми навчання.

### **Література**

1. Жукевич І. П. Інформальна освіта як фактор трансформації сучасної освіти. Збірник наукових праць Херсонського державного університету. Педагогічні науки. 2017. Вип. 79(1). С. 140-144. URL: Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znppn\\_2017\\_79\(1\)\\_\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znppn_2017_79(1)__30)

2. Краснощеков В.В. Разграничение и интеграция типов образования по международной стандартной классификации ЮНЕСКО//Научное обозрение. Педагогические науки.2018.№3. с.24-28.

3.Папуча М.В., Кричковська Т.Д. Особистість: розвиток, соціалізація, виховання. – Ніжин: Редакційно-видавничий відділ НДПУ ім. Миколи Гоголя, 2001. – 146 с.

4. Розвиток психіки в онтогенезі : у 2 т. Т.1. : Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології : монографія / Сергій Дмитрович

Магістрантка кафедри психології та соціальної роботи Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТОВ В КИТАЕ

Актуальность: На сегодня всем понятно что конфликт принадлежит как науке, так и обыденному сознанию, наделяющему его своим специфическим смыслом. Каждый из нас интуитивно понимает, что такое конфликт, однако от этого определение его содержания не становится более легким. В обыденной речи слово "конфликт" используется применительно к ши-рокому кругу явлений – от вооруженных столкновений и противостояния различных социальных групп до служебных или супружеских разногласий. Мы называем конфликтом семейную ссору, военные действия, дискуссии в парламенте, столкновение внутренних мотивов, борьбу собственных желаний и чувства долга и многое другое. Слово "конфликт" происходит от латинского *conflictus* – столкновение и практически в неизменном виде входит в другие языки {*conflict* – англ., *konflikt* – нем., *conflit* – франц.}. Анализ определений конфликта, принятых в различных современных неспециальных энциклопедиях, обнаруживает их сходство. Как правило, содержание понятия конфликта раскрывается через следующие значения.

1. Состояние открытой, часто затяжной борьбы; сражение или война.
2. Состояние дисгармонии в отношениях между людьми, идеями или ин-тересами; столкновение противоположностей.
3. Психическая борьба, возникающая как результат одновременного функ-ционирования взаимно исключаяющих импульсов, желаний или тен-денций.
4. Противостояние характеров или сил в литературном или сценическом произведении, в особенности главная оппозиция, на которой строится сюжет (Grolier Multimedia Encyclopedia, 1998). Из других изданий (Compton's Interactive Encyclopedia, 1996) к этому можно добавить еще одно значение: эмоциональное напряжение (волнение, беспокойство), возникающее в результате столкновения противоположных импульсов или неспособности согласовать, примирить внутренние импульсы с реальностью или моральными ограничениями.

В психологии понятие конфликта также применяется достаточно широко, фактически адресуясь к весьма разнородным явлениям. Например, "кон-фликт" используется для описания поведения групп, которые идут одна про-тив другой,



соперничества между индивидами и субъективной неопределенности внутри индивида" (Costello, Zalkind, 1963, p. 127).

Понятие конфликта сегодня не принадлежит какой-то одной определенной области науки или практики. В междисциплинарном обзоре работ по исследованию конфликтов А. Я. Анцуповым и А. И. Шипиловым выделяются 12 областей научного знания, так или иначе изучающих конфликты.

Анализ исследований конфликта, выполненный на основе изучения публикаций, показал, что в различных областях используются следующие понятия: военный конфликт, художественный конфликт, международный конфликт, региональный конфликт, этнический конфликт, межнациональный конфликт, "сложные конфликты в различных системах", конфликты в коллективах школьников, педагогических коллективах, конфликты в спорте, педагогический конфликт, социальный, трудовой, криминальный конфликт, конфликт поколений, конфликт "личность – группа", моральный конфликт, нравственный конфликт и др. (Анцупов, Шипилов, 1996.) Однако проблемы, возникающие с определением конфликта, и сегодня не решены. Конфликтологи часто ссылаются на неудачу американских социологов Р. Макка и Р. Снайдера, которые еще более двух десятилетий назад, в период особенно интенсивного развития исследований в области конфликтов, попытались навести порядок в использовании терминов и проанализировали ряд понятий, таких как антагонизм интересов, агрессивность, вражда, конкуренция, социальный раскол и др. Признав, что ни одно из них не является синонимом конфликта, авторы были вынуждены констатировать: "Очевидно, "конфликт" представляет собой большей частью резиноподобное понятие, которое можно растягивать и полученное использовать в своих целях" (Нечипоренко, 1982, с. 38-39). При этом разные дисциплины наделяют понятие конфликта своим содержанием: экономисты часто отождествляют конфликт с конкуренцией, психологи – с "трудностями", "напряженностями", социологи заменяют им понятия "дебатов", "оппозиции" и т. д. (Доронина, 1981.) Сегодня многие – особенно западные – конфликтологи высказывают весьма скептическое отношение к возможности (и необходимости) создания единой универсальной теории конфликта, приложимой к разнородным конфликтным явлениям.

Психология конфликтов в Китае сейчас очень актуальная тема поскольку сами конфликтные ситуации могут быть дипломатического (между Послом Украины и консулом Китая), стратегии развития экономики Китая, политические дебаты, а также междуособовые конфликты (семейного характера).

На сегодня Китай считается самым продуктивным источником конфликтов, по скольку был проведенный анализ работы" с теории психологии конфликтов в Китае", "на сколько конфликты развиваются именно в Китае вг.Шанхая, и оценка развитие конфликтов между депломатичесго уровня состоит – 34%,политических дебатов -20%,экономических-16%,междусобовые конфликты – 57%.

Поэтому самым продуктивным источником конфликтов будет именно Шанхай, всего более 57%конфликтов семейного характера. Данные есть достоверными по скольку, я сама лично была вКитае в Шанхае и смогла оценить характер конфликтов семейного типа и результат моего исследования был достоверный за период 2018-2019, и 2020-2021год.

Таким образом за данным исследованием было проведено анализ конфликтов в Китае, Шанхае за период 2018-2019, 2020-2021 год. Данны результаты есть достоверными.

### Литература

- 1.Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М., 1991.
- 2.Агеев В. С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические про-блемы. М., 1990.
- 3.Агеев В. С. Психология межгрупповых отношений. М., 1983.
- 4.Акатов Л. И., Крикунов А. С, Подорога В. Я., Тимощук Е. И., Шанин Е. А. Реак-ция контактных групп на конфликтные ситуации // Материалы IV Всесо-юзного съезда общества психологов СССР. Тбилиси, 1971.
- 5.Алешина Ю. Е. Проблемы теории и практики медиации // Личность. Обще-ние. Групповые процессы. Современные направления теоретических и прикладных исследований в зарубежной психологии. Сборник обзоров. М" 1991. С. 90-100.
- 6.Бахтин М. М. Проблемы поэтики Достоевского. М., 1972.
- 7.Бекк-Виклунд М. Феноменология: мир жизни и обыденного знания //
- 8.П. Монсон. Современная западная социология: теории, традиции, пер-спективы. СПб., 1992. С. 71-106.
- 9.Беккер Г., Бесков А. Современная социологическая теория. М., 1961.
- 10.Беннис У., Шепард Г. Теория группового развития // Современная зарубежная социальная психология. Тексты / Под ред. Г. М. Андреевой, Н. Н. 11.Бо-гомоловой, Л. А. Петровской. М, 1984. С. 142-161. Берг Л. – Э. Человек социальный: символический интеракционизм // П. Мон-сон. Современная западная социология: теории, традиции, перспективы. СПб., 1992. С. 157-191.

12. Введение переговоров и разрешение конфликтов / Пер. с англ. М., 2006. (Серия "Классика Harvard Business Review"). Витгенштейн Л. Логико-философский трактат. М.: Изд-во иностр. лит-ры, 1958.

13. Волкан В., Оболонский А. Потребность иметь врагов и друзей // Дружба народов. 1992. № 7. С. 171-184.

14. Воробьев Н. Художественное моделирование, конфликты и теория игр // Со-дружество наук и тайны творчества. М., 1968.

**Дикіна Л.В.**

Старший викладач кафедри практичної та клінічної психології  
Одеського національного університету імені І.І. Мечникова,  
м. Одеса, Україна

### **CHILD VIOLENCE IN CYBERSPACE**

The problem of violence against children in cyberspace is becoming relevant for all countries of the world. The term "cyberspace" was coined by William Gibson, who first used it in 1984 in the novel *Neuromancer*. At present, cyberspace is understood as a "virtual" set of information networks: telephone conversations, chats, other online discussions, in general, all computer communications are carried out in cyberspace.

Today, for many teenagers, communication on the Internet has become an important part of their lives. In this virtual world, they enter into the same interaction as in reality, communicate with peers, trust them with their secrets, seek information and exchange it. Moreover, the guys come into contact with strangers, make new friends, learn and develop value systems, play and just "hang out", while becoming very vulnerable. According to surveys conducted in some countries, adolescents most often communicate on the Internet – with relatives, with "virtual friends", with strangers.

Moreover, "virtual friends" are, as a rule, also strangers, whom they trust and communicate with on a regular basis. Consequently, most of the time the guys spend on contacts with strangers, so the virtual world, as well as the real one, can become dangerous. Experts identify four main types of cyberspace violence:

- molestation, or "grooming", in the network (grooming) – the entry of an adult into the trust of a child in order to use him in the future for sexual gratification;
- ridicule, insults, intimidation, physical or psychological terror with the aim of causing fear and submission (bullying);
- demonstration of materials that can cause psychological or physical harm to the child;

- production, distribution and use of child pornography and materials depicting child sexual abuse.

Grooming is a process during which someone communicates with a child on the Internet and gradually seduces him. Cyberspace makes it possible to establish contact with children without the knowledge of adults, which is often difficult to do in the real world. Criminals hunting children in cyberspace are most likely to contact them through chat rooms, instant messaging, email, or forums. They try to attract the teenager with attention, care, kindness and even gifts. They are usually well aware of the latest music and hobbies of today's youth. Therefore, teenagers often turn to virtual friends for help in solving problems that have arisen. As a rule, these are children who do not find understanding from their loved ones, find it difficult to make friends at school, in the yard, therefore they are looking for communication on the network. It is these children who most often suffer from violence both in real life and in the virtual world.

Scheme of the actions of criminals. An adult can go to places where teenagers congregate, including chats, forums, online games, etc., and observe and / or interact with the participants.

It identifies potentially vulnerable children who seem lonely, upset about something, or who are looking for help and support. The attacker listens to the problems of adolescents and empathizes with them, gains trust.

Once online contact has been established, the adult may begin to persuade the child or teen to move from the public chat room to a more secluded place. If the teen agrees and continues to communicate, the adult can begin a more intense courting process. He begins to gradually involve the teenager in discussing intimate issues, showing sexually explicit materials, trying to weaken the moral prohibitions that restrain young people. Criminals are gradually evaluating the possibility of meeting children in real life. Such tactics in the future leads to the fact that the child is not opposed to receiving such materials and may agree to a meeting outside the network.

A child targeted as a victim may be involved in the production of pornography by sending pictures of themselves or using webcams. Subsequently, this gives the perpetrator an additional means of control over the adolescent who can be threatened with exposure to a wider audience. In addition, the parents of a teenager can be subjected to blackmail, especially if it is a child from a wealthy family.

Courting is a lengthy process, and it can be interrupted at any stage if the attacker feels that he will not be able to achieve his goal.

The next type of violence is bullying (the English word bullying, from bully – bully, fighter, bully, rude, rapist). This type of violence is widespread among

adolescents. Experts identify three main types of bullying:

- physical – aggression with physical violence;
- behavioral – the victim is placed in offensive and degrading circumstances, using gossip, boycotts, extortion, blackmail;
- verbal – humiliation with the help of obscene words, mocking labels, nicknames, etc.

The newest "achievement" in this area is the so-called cyberbullying, carried out using electronic means of communication.

Cyberspace harassment of the targeted teenager can be carried out through the transmission of telephone text messages, images, e-mail messages, as well as online discussion groups and personal web pages.

The specificity of the virtual space contributes to the involvement of adolescents in the persecution of their peers. To do this, websites are created dedicated to students who, for one reason or another, have become "outcasts", they are sent anonymous insulting and threatening messages, posted on the Internet incriminating photos, spread indecent rumors, accompanied by unfounded derogatory comments. Sometimes, on the contrary, on behalf of this or that teenager, offensive messages are sent to other peers, often accompanied by photographs.

The consequences of this kind of violence can be extremely devastating, as adolescents can also have interpersonal difficulties and feel like they have nowhere to hide; they fear that large audiences in cyberspace might watch their humiliation; the victims of bullying subsequently begin to persecute others themselves.

Unfortunately, many adolescents do not report harassment because, first, they do not believe that adults can understand and help them; secondly, they are afraid of subsequent even greater bullying; third, they fear that they will not be allowed to use the computer.

The next type of violence is the demonstration of materials that can cause psychological or physical harm to the child.

The proliferation of the Internet increases the likelihood that children and adolescents may access material that is not age appropriate and potentially harmful. Teenagers can receive information and invitations to suicide clubs, offers to join destructive sects, and take part in non-traditional forms of sex. Recently, a new danger has emerged in the form of the so-called "digital drugs".

But, the most widespread are products of a sexual nature. Most often, teenagers accidentally come across pornographic images, but someone gets these images from potential criminals, and someone deliberately goes to porn sites. Regardless of how the child receives materials that are not age appropriate, the child is harmed. For most

children and adolescents, explicit sexual materials cause anxiety and anxiety, but for some children, viewing pornography later becomes an incentive to participate in the production of pornography. Recently, there have been more and more allegations that child pornography on the Internet is becoming rampant.

The production, distribution and use of child pornography or material depicting child sexual abuse is a form of child abuse in cyberspace.

Children and adolescents from all walks of life are at risk of facing any form of cyber violence, whether they use the Internet or not. Those who do not yet have access to the Internet can become victims of child pornography criminals, or be harassed and intimidated using mobile phones.

Importantly, the most common victims of violence in cyberspace are children who are abused in real life.

Children affected by cyberspace violence are typically:

- those in a socially or economically difficult situation (children from low-income families and families at risk);
- victims of sexual violence and exploitation (involved in prostitution, victims of trafficking and / or sexual violence);
- have low self-esteem;
- deprived of love and warmth of family and friends;
- inmates of orphanages, boarding schools, orphanages.

As in the real world, a child protection system must be created in cyberspace. A new and effective mechanism for suppressing violence in cyberspace can and should be the formation of an information culture among adolescents, teaching them the rules of safety in cyberspace. It is also necessary to create and implement educational programs for adults, including professionals.

**Output.** The harm done to children and adolescents in or through the virtual environment is acts of real violence and has consequences in the real world. If "bullying" is a manifestation of physical or psychological violence towards others in general, then "cyberbullying" is the same violence, only in the digital space.

It is important to remember that cyberbullying is more of a general definition for different types of online bullying and should not be confused with cyberbullying and cyberbullying. Sometimes cyberbullying can go offline. Many bloggers and public figures are faced with cyberstalking. This is a form of violence where followers track down influencers and start harassing them outside of social media.

One of the important benefits of online bullying for an aggressor is a sense of impunity. A live victim can attract strangers or give a physical rebuff, and anonymous bullying at a physical distance unties the hands of the aggressor.

Any bullying – including cyberbullying – is dangerous for the psychological health of victims. Research shows that bullying often leads children and adolescents to depression and other disorders, lowered self-esteem, and isolation. They think about suicide more often, and sometimes it really comes to suicide.

**Literature:**

1. Andreeva A.O., Manipulation on the Internet / A.O. Andreeva // Information security and issues of prevention of cyber extremism among young people. – 2015 . – - S. 21-28.
2. Grebenkin E.V. Prevention of aggression and violence in school. – Rn / D: Phoenix, 2006. – 160 p.
3. Kon I.S. What is bullying and how to deal with it // Family and school. – 2006. – No. 11. – S. 15-18.
4. Cherkasenko O.S. The phenomenon of cyberbullying in adolescence / O.S. Cherkasenko // Personality, family and society: issues of pedagogy and psychology. – 2015. – No. 6. – S. 52-54.

**Долгіх Т.В.**

магістрантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ  
ВИХОВАТЕЛЯ ДОЗ**

Професійна діяльність вихователя неможлива без ефективного педагогічного спілкування, покликаного максимально сприяти психічному розвитку дітей.

Згідно із Законом України "Про дошкільну освіту", виховання дитини передбачає її повноцінний та гармонійний розвиток, який зумовлений правильно організованим педагогічним спілкуванням із дорослими, зокрема, з вихователем закладу дошкільної освіти. Оптимальна організація означеного процесу постає невід'ємним аспектом існування людини, важливою передумовою формування особистості в соціальному аспекті, взаємодії з різноманітними спільнотами, а також існування суспільства загалом. Розвиток таких якостей, як ініціативність, комунікативна активність, самостійність, залежить саме від ефективності педагогічного спілкування.

Концептуальні основи розробки проблеми спілкування пов'язані з працями Б.Г. Ананьєва, О.О. Бодальова, Л.С. Виготського, Г.С. Костюка,

О.М. Леонтьєва, Б.Ф. Ломова, В.М. М'ясищева та інших психологів, котрі розглядали спілкування як важливу умову формування особистості.

Класичні дослідження онтогенезу спілкування в галузі дитячої психології, зокрема М.І. Лісіної, розкривають закономірності зв'язку форм і засобів спілкування дитини дошкільного віку з дорослими. При цьому наголошується на вирішальному впливі форм спілкування на становлення провідних видів діяльності (О.В. Запорожець, М.М. Поддьяков, Д.Б. Ельконін), що дає змогу вважати механізми розвитку спілкування найважливішими спонукальними силами психічного розвитку дитини.

Педагогічне спілкування – система взаємодії педагога з дітьми з метою здійснення на них виховного впливу, формування педагогічно доцільних взаємин, створення сприятливого для їхнього психічного розвитку мікроклімату.

Спілкування – це не тільки обмін інформацією, оскільки підтримуються емоційні стосунки двох чи кількох індивідів, кожен з яких є активним його суб'єктом, а й процес контакту мовців, що включає обмін інформацією, сприйняття й розуміння співрозмовника, в результаті чого забезпечується спільна успішна діяльність. Однак більшість дослідників вказують на вирішення професійних завдань представників соціально-педагогічної галузі саме через культуру спілкування – гармонійне поєднання знання, творчої дії, почуттів і спілкування, яке виступає засобом передачі форм культури та суспільного досвіду [3].

Ю. Косенко підкреслює ефективність педагогічного спілкування вихователя ДОЗ передусім за умови врахування вікових та індивідуальних особливостей дітей, їхніх батьків, колег. Також, на думку вченої, позитивний результат досягається завдяки досконалому володінню вихователем вербальними та невербальними засобами спілкування, доцільним їх поєднанням, наявності таких комунікативних якостей мовлення, як правильність, виразність, точність, ясність, доцільність і, насамкінець, вміння зауважувати, адекватно реагувати на невербальні сигнали дошкільників чи дорослих [2, 182–235]. На обов'язковість комунікативної виразності педагога вказує й І. Бех, який наголошує: "Слово педагога лише тоді буде переконливим, коли в ньому гармонійно поєднуюватимуться глибокий зміст та зворушлива велич. Професійне мовлення педагога має перевершувати, бути сильнішим за висловлювання дитини" [1].

Для забезпечення ефективного педагогічного спілкування вихователю потрібно знати, чого чекають від спілкування з ним вихованці, враховувати їхню потребу у спілкуванні з дорослими, розвивати її. Педагогічно правильне спілкування з дітьми у "зоні найближчого розвитку" суттєво сприяє реалізації



їхніх потенційних можливостей, готує до нових складніших видів діяльності. Форма і зміст його обумовлюються завданнями, які педагог намагається розв'язати у роботі з дошкільниками.

Ефективність педагогічного спілкування також залежить від уміння вихователя враховувати вікові та індивідуальні особливості дітей: з найменшими він частіше виявляє особливу теплоту, використовує ласкаві форми звертання, до яких вони звикли у сім'ї; зі старшими йому потрібні не лише чуйність і зацікавленість, а й уміння пожартувати, а за необхідності – вдатися до категоричності. Позначаються на спілкуванні педагога інтереси, нахили, стать дітей, особливості їхнього сімейного мікросередовища.

У процесі взаємодії з дітьми педагог використовує:

- а) прямий педагогічний вплив, який безпосередньо звернений на вихованців, стосується їхньої поведінки, взаємин: пояснення, вказівки, заохочення, покарання тощо;
- б) непрямий педагогічний вплив, який здійснюється через інших осіб, відповідну організацію спільної діяльності. Педагог не створює жодних перешкод, не дає вказівок, але так змінює умови, що діти особисто вибирають бажану для них форму діяльності.

Найефективнішим у роботі з дошкільниками, особливо молодшого і середнього віку, є непрямий вплив, для здійснення якого вихователь використовує гру, ігрове спілкування. Завдяки цьому він без натиску, моралізування спрямовує діяльність дітей, їхній розвиток, регулює взаємини, вирішує конфлікти. Для цього можуть бути використані казки, вірші, приказки, малюнки, іграшки тощо.

Правильно організоване педагогічне спілкування створює найсприятливіші умови для розвитку творчої активності дошкільників. Щодо цього особливим потенціалом наділене особистісно-ділове спілкування, яке задовольняє потреби у співробітництві, співпереживанні, взаєморозумінні, сприяє створенню атмосфери співтворчості. Його ефективність підвищується раціональним вибором стилю педагогічного спілкування (найширші можливості для педагога і дитини створює демократичний стиль).

Оптимальне педагогічне спілкування є запорукою максимального використання особистісного потенціалу, професійних умінь, навичок, здібностей вихователя. Значною мірою це залежить і від психологічного клімату у колективі дошкільного закладу.

Отже, на досягненні суттєвих результатів в організації спілкування з дітьми необхідно застосовувати систему факторів, які найкраще стимулюють

психічний розвиток дошкільника, а саме: досконале володіння вихователем вербальними і невербальними засобами спілкування, доцільним їх поєднанням; вміння зауважувати й адекватно реагувати на невербальні сигнали вихованців; використання принципу підтримання позитивного образу "Я" в дитини; дотримання демократичного стилю спілкування. Проте головний чинник попередження та подолання негативних явищ – це щирі взаємини дитини з дорослими, емоційний контакт, що ґрунтується на довірі та взаєморозумінні.

### **Література**

1. Бех І.Д. Виховання підростаючої особистості на засадах нової методології / І.Д. Бех // Педагогіка і психологія. 1990. № 3. С. 5 – 6.
2. Косенко Ю.М. Основи педагогічної майстерності вихователя. Навч. – метод. посіб. для студентів вищих навчальних закладів спеціальності "Дошкільна освіта". Маріуполь : Видавництво "Азов'є", 2013. 330 с.
3. Спіріна Т.П. Принципи професійного спілкування майбутніх соціальних педагогів. URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/1236/1/T\\_SPIRINA\\_ZNPVIKNUITS\\_25\\_KSP%26KO\\_IPSP.pdf](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/1236/1/T_SPIRINA_ZNPVIKNUITS_25_KSP%26KO_IPSP.pdf)

**Дудар О.М.**

студентка магістратури факультету психології та соціальної роботи за спеціальністю "Клінічна психологія та основи психотерапії" Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, м. Ніжин, Україна

### **САМОТНІСТЬ В ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ COVID-19**

Пандемія COVID-19 стала серйозним випробуванням не лише для українського суспільства, а й для всього людства. Відбуваються зміни як на рівні психіки окремої особистості, так і на макросоціальному рівні. Від самого початку пандемії COVID-19 Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) висловлювала занепокоєння щодо впливу пандемії на психічне здоров'я і благополуччя населення. [1] Стурбованість, підвищення рівня стресу, тривога, особливо серед груп ризику – людей старшого віку, людей із хронічними захворюваннями, медичних працівників, а також суворі карантинні заходи, що змінили звичну діяльність, розпорядок дня та фінансовий стан багатьох

домогосподарств, очевидно несли високі ризики для психологічного благополуччя: депресія, самотність, зловживання алкоголем тощо.

Доки весь світ зосередився на боротьбі з коронавірусом та його наслідками, планету непомітно накрила не менш лякаюча епідемія – самотності. Протягом більшої частини 20-го століття самотні домогосподарства були привілеєм зростаючого достатку, урбанізації та індивідуалізму. Швидкий темп життя, мегаполіси, гаджети та їх комунікаційні можливості, високий рівень матеріального благополуччя, стрес, втому від натовпу призвели до зниження необхідності в соціальних зв'язках, зниження рівня шлюбів, участі в спілках, церквах і клубах. Але 2020 рік показав мільйонам людей, наскільки самотньою може почуватись сучасна людина і наскільки виснажливим може бути тиждень без контакту з іншою людиною.

**Самотність, ізоляція і самота.** Самотність – переживання стану відчуженості людини від суспільства [2, с. 21-28]. У психологічному словнику А. В. Петровського та М. Г. Ярошевської [3] самотність – один із психогенних факторів, що впливають на емоційний стан людини, що знаходиться в змінених (незвичних) умовах ізоляції від інших людей. Самотність можна розглядати як внутрішнє емоційне переживання та як зовнішнє відчуження від людей. Варто відрізнити поняття "самотність" від понять "самота" та "ізоляція". Ізоляція – це локалізація людини від соціального оточення, що більше визначається зовнішньою ситуацією, ніж внутрішнім переживанням. На відміну від ізоляції, самотність відображає розлад зі світом і з самими собою, супроводжуючись при цьому стражданням, кризами. Ізоляція та самотність не є ідентичними поняттями ще й тому, що можна бути самотнім і не ізолюватися від суспільства, а можна бути ізолюваним і не переживати самотність. Самота як добровільна ізоляція також відрізняється від самотності. [4]

#### **Дослідження проблеми самотності в світі в умовах пандемії**

У 2020-му році мільйони людей опинилися у вимушеній ізоляції на місяці. Тому тенденція поглиблення самотності набула катастрофічного масштабу. Бельгійський психолог доктор Ельке Ван Хуф оголосила карантин найбільшим у світі "психологічним експериментом" – подією, безпрецедентною за швидкістю і масштабом, що зачіпає приблизно 2,6 мільярда людей, або третину населення планети. Експерт зі стресу, вигорання та травм, який очолює робочу групу з питань психічного здоров'я Бельгійської вищої ради охорони здоров'я, попередив про наближення вторинної кризи психічного здоров'я у статті на сайті Всесвітнього економічного форуму. [9] Ця стаття спирається на огляд 24 досліджень про психологічний вплив карантину, що підтверджує "широкий

спектр симптомів психологічного стресу та розладу" серед осіб, які перебувають на карантині, "включаючи поганий настрій, безсоння, стрес, тривогу, гнів, дратівливість, емоційне виснаження, депресія та симптоми посттравматичного стресу".

Згідно звіту Об'єднаного дослідницького центру Європейської комісії [5], у Європі істотно зросла кількість самотніх людей. Так, кожен четвертий громадян ЄС заявляв, що у квітні-липні 2020 року почував себе самотнім. Експерти порівнювали рівень самотності на початку 2020 року з рівнем самотності у 2016 році. З початку пандемії рівень самотності зріс у всіх регіонах Європи до 22-26%. На понад 15% рівень самотності збільшився у Болгарії, Естонії, Франції, Німеччині, Польщі, Португалії та Швеції.

Самотність відчувають особи будь-якого віку, але особливо гостро в період пандемії її стали відчувати міленіали (покоління людей, що народилися з 1981-го по 1996 рік) та зумери (ті, хто народився в період з 2002-го по 2005 рік). У 2016 році самотніх у цій віковій групі було 9%, але під час локдауну їх кількість зросла до 35%. Серед 26-45-річних про самотність заявляли 25% (10% у 2016-му), серед 46-64-річних – 23% (12% у 2016-му), серед літніх людей від 65 років – 23% (15% у 2016-му). На думку авторів звіту, молодь 18-25 років зазвичай відділяється від родини та потребує підтримки однолітків, контакти з якими тимчасово обмежені через ізоляцію і пандемію. Люди, які живуть самі, на 22% частіше повідомляли, що почувалися самотніми у порівнянні з тими, хто живе з партнером/дітьми (на 9%). Чоловіки й жінки приблизно однаково переживали ізоляцію.

Гарвардська школа освіти в 2020 році опублікувала доповідь [6], в якій за результатами національного опитування 950-ти американців 36% респондентів повідомили, що відчували себе самотніми "часто" або "майже весь час" або "весь час" за попередні чотири тижні. 61% молодих людей у віці 18-25 років і 51% матерів з маленькими дітьми повідомили про критичні ступені самотності після спалаху пандемії. На думку експертів, ціна самотності зависока. Самотність пов'язана з ранньою смертністю та широким спектром серйозних захворювань, викликає фізичні та емоційні проблеми, включаючи депресію, тривожність, серцеві захворювання, зловживання психоактивними речовинами і домашнє насильство.

За даними американських психологів, соціальна ізоляція негативно впливає не лише на психічне здоров'я. В організмі соціально ізольованих людей посилюються запальні реакції: так само організм реагує на стрес, поранення, інфекції та інші загрози життю та здоров'ю. У самотніх людей на 22 відсотки

вищий ризик передчасної смерті. Самотність негативно позначається на роботі серцево-судинної системи, а також її пов'язують із розвитком ішемічної хвороби серця та ризиком розвитку діабету другого типу. [7]

Японські вчені порівняли показники психічного здоров'я населення з докарантинними та відзначили погіршення більшості психічних симптомів. [8] Виявилось, що найважче люди переживають соціальну ізоляцію. В грудні 2019-го року японські психологи провели перше онлайн-дослідження, в якому взяли участь 2274 громадянина Японії. Згодом повторили у серпні 2020-го, грудні 2020-го та квітні 2021-го. Дані розділили на чотири групи: 1) загальний психіатричне навантаження; 2) соціальна ізоляція, пов'язані з нею інтернет-залежність та соціальна тривожність; 3) проблеми з алкоголем; 4) депресія. Результати дослідження показали, що три групи симптомів із чотирьох посилювалися під час пандемії. Загальний психіатричний тягар і депресія досягли піку на початку пандемії, а потім дещо знизилися. Симптоми, пов'язані із соціальною ізоляцією, навпаки, продовжували неухильно погіршуватись. Автори дійшли висновку, що саме із цим пов'язані найважчі психологічні наслідки пандемії: люди змушені обмежувати себе в живому спілкуванні з сім'єю, друзями та товаришами по службі, закриття шкіл, віддалена робота і навчання, або втрата роботи. Депресія через занепокоєння наслідками інфекції, переживання через можливість заразитися. Щоб позбутися самотності багато хто проводить більше часу в інтернеті, що посилює проблему ізоляції. Соціальна тривога та інтернет-залежність викликають соціальну ізоляцію, а соціальна ізоляція сприяє соціальній тривозі та інтернет-залежності. На думку дослідників, вплив пандемії на психічне здоров'я є складною комбінацією взаємопов'язаних проблем, які з часом змінюються.

**Психо-емоційний стан українців.** В Україні централізованих досліджень соціальної ізоляції та самотності поки що не проводилося. Тому досягнути масштаб проблеми можна лише за непрямими ознаками. В Україні проживає 2,6 мільйонів людей з інвалідністю та 740 тисяч самотніх пенсіонерів. Найбільш незахищеними перед всіма негативними наслідками ізоляції стають саме літні люди, люди з інвалідністю, самотні мами та мами малолітніх дітей.

Результати опитування психо-емоційного стану українців, проведеного Соціологічною групою "Рейтинг" в січні 2021-го року, зафіксували у 1600 респондентів (віком від 18 років і старше) зниження рівня ознак депресії, тривожності та втоми в порівнянні з 2020-м роком. [10]

У динаміці у порівнянні із весною 2020 року знизився рівень усіх негативних емоційних станів серед молодшої вікової категорії (18-39 років),

ймовірно через їх здатність швидше адаптуватися до змін, гнучкість поведінки та кращий стан здоров'я. Також знизилися показники депресії, втоми та тривоги серед респондентів середньої та старшої вікових категорій (40-59 років).

Однак, в групі 60+ яскраво виражені ознаки депресії, паніки, розладів сну та втоми. Причинами є страх за власне здоров'я, вікова фізіологія, складність прийняття змін. Серед цієї групи більше тих, хто підтримує локдаун, вакцинацію, спостерігається відносно вищий рівень розладів сну, паніки та втоми, тривоги за життя. І хоч дослідження не включало цільові питання щодо почуття самотності в період карантинних обмежень, результати опосередковано свідчать про наступне: хто частіше комунікує зі своїми близькими, має нижчий рівень негативних емоційних станів. У опитаних рівень міжособистісної комунікації з родичами та іншими близькими людьми є високим. 78% опитаних зазначили, що часто або ж постійно спілкуються з родиною, часто спілкуються зі своїми друзями/колегами (32% постійно, 29% – часто). Кожен п'ятий респондент робить це іноді, або ж рідко., 1% опитаних ніколи не спілкується зі своїми близькими. Чим старший вік, тим частіше українці зазначали, що вони постійно спілкуються зі своїми рідними та відносно менше зі своїми друзями/колегами. "Спілкування та взаємодія з іншими – це соціальний капітал кожної людини, який є суттєвою підтримкою та ресурсом у житті, позитивно впливає на настрій, емоційну сферу і є певним "запобіжником" у розвитку депресії та тривоги."

**Стратегії вирішення проблеми ізоляції та самотності.** Світ проходить дуже важливе випробування. Кожна країна по-своєму вирішує проблеми ізоляції та почуття самотності їх громадян. Американці знайшли вихід у технологіях: за пандемію в разі зріс інтерес до сервісів знайомств та чат-ботів. Один із таких додатків – Replika – дозволяє створити віртуального друга для спілкування і має вже більше мільйона користувачів. Популярними у всьому світі стали додатки для психічного здоров'я, наприклад, сервіс Calm. А також Noisli – генератор фонових звуків для тих, кому важко працювати в тиші.

Десять років назад японці ввели термін "хікікоморі" – люди, які обірвали всі соціальні зв'язки і живуть в самоізоляції більш, ніж півроку. Хікікоморі – це люди, які не можуть повернутися в суспільство. І їх вже більш, ніж півмільйона осіб. Через велику кількість самогубств в період пандемії в лютому 2021-го року в Японії з'явилася нова міністерська посада – міністр з проблем самотності, який служить координатором заходів із запобігання самогубствам, спостереження за людьми похилого віку та дитячої бідності. До слова, ще в 2018 році Великобританія ввела посаду міністра, відповідального за заходи щодо самотності. Британська влада розробила стратегію: лікарі зможуть направляти

пацієнтів, які страждають від самотності, до психологів за індивідуальною підтримкою. Ще британський уряд виділить додатково 1,8 мільйона фунтів (2,4 мільйона доларів) для збільшення кількості доступних громадських місць, включаючи відкриття нових кафе, ресторанів та точок проведення дозвілля. Запрацювати на повну силу цей план може вже з 2023 року. [11]

В Бельгії запустили Everyone OK – онлайн-інструмент, який намагається запропонувати допомогу, використовуючи розроблені протоколи та заходи. В Україні запустили проєкт "Мій телефонний друг" в рамках національної кампанії солідарності ЮНІСЕФ та за підтримки Агентства США з міжнародного розвитку (USAID), працюють чат-боти. З самотністю можуть допомогти впоратись соцмережі. Та попри все, людині потрібна невербальна комунікація, яку не замінить жодний месенджер, стікер чи відеозв'язок.

Попередити негативні психологічні процеси в суспільстві можна завдяки впровадженню національних програм, спрямованих на підготовку до нових умов життя в період карантину з урахуванням специфіки ізолюваності окремих соціальних груп (і сімей особливо) та перебудови життя суспільства загалом. Засобам масової комунікації необхідно налаштовувати населення на позитив, фокусувати увагу на кількості одужавших, а не летальних випадків, стимулювати пошуки нових можливостей, самоосвіти та поєднання особистого життя та дистанційної роботи, тощо.

У міру поширення пандемії коронавірусу самотність у світі неминуче зростає, і люди планети мимоволі стали учасниками глобального психологічного експерименту. Світова криза оголила проблеми не тільки в економіці та охороні здоров'я, а й показала важливість психічного здоров'я, яке зазвичай залишалося на другому плані. Незалежно від обставин, люди почнуть пристосовуватися. Але швидкість залежить від рівня нашої енергії, нашої соціальної підтримки та багатьох інших факторів. Це дуже динамічний, дуже складний процес.

### Література

1. Mental health and COVID-19 [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/noncommunicable-diseases/mental-health-and-covid-19>.

2. Харламенкова Н.Е., Бабанова И.В. Стратегии самоутверждения и ценностные предпочтения одинокого человека. / Н.Е.Харламенкова, И.В. Бабанова // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20. – №2. – С 21-28.

3. Психология. Словарь / Под общ. ред. А.В.Петровского, М.Г.Ярошевского. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Политиздат, 1990.

4. Помазова О. В. САМОТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН / О. В. Помазова. // Наукові записки. Серія "Психологія і педагогіка". – 2009. – С. 206–214.

5. New report: Loneliness doubles in Europe during the pandemic [Електронний ресурс]. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://ec.europa.eu/jrc/en/news/new-report-loneliness-doubles-europe-during-pandemic>.

6. Loneliness in America [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: [https://static1.squarespace.com/static/5b7c56e255b02c683659fe43/t/6021776bdd04957c4557c212/1612805995893/Loneliness+in+America+2021\\_02\\_08\\_FINAL.pdf](https://static1.squarespace.com/static/5b7c56e255b02c683659fe43/t/6021776bdd04957c4557c212/1612805995893/Loneliness+in+America+2021_02_08_FINAL.pdf)

7. Association of loneliness with all-cause mortality: A meta-analysis [Електронний ресурс]. – 2018. – Режим доступу до ресурсу: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0190033>

8. Как пандемия влияет на психическое здоровье человека? [Електронний ресурс]. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://inbusiness.kz/ru/last/kak-pandemiya-vliyaet-na-psihicheskoe-zdorove-cheloveka>.

9. Lockdown is the world's biggest psychological experiment – and we will pay the price [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.weforum.org/agenda/2020/04/this-is-the-psychological-side-of-the-covid-19-pandemic-that-were-ignoring/>.

10. ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН УКРАЇНЦІВ НА КАРАНТИНІ: СІЧЕНЬ 2021 [Електронний ресурс]. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/psihoemocionalnoe\\_sostoyanie\\_ukraincev\\_na\\_karantine\\_14-16\\_yanvaryu.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/psihoemocionalnoe_sostoyanie_ukraincev_na_karantine_14-16_yanvaryu.html).

11. В борьбе с пандемией мир проглядел эпидемию одиночества. Какова цена изоляции? [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://lenta.ru/articles/2021/01/09/loneliness/>.



**Ерос М. В.**

студентка магістратури факультету психології та соціальної роботи  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя

**Науковий керівник – Кресан Ольга Дмитрівна**  
кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної  
психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя  
м. Ніжин, Україна

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ ЛИЧНОСТИ**

С самого момента рождения ребенок постепенно вырабатывает представления о самом себе, об окружающем мире и о своем отношении к нему. По словам К. Роджерса, для самого раннего периода развития характерно зарождение представлений о хорошем или плохом посредством так называемой "организмической оценки", позволяющей ребенку на основе физиологических реакций разделять, что ему нравится, а что нет [5, с.46].

Действительно, очень важно каким образом у ребенка, начиная с раннего детства, формируются понятия "хорошо" и "плохо".

Сократ, считающийся основателем этики, первым из философов античности пытался найти ответ на вопрос о том, что такое благо, добродетель и красота сами по себе, вне зависимости от поступков или вещей, которые обозначаются этими понятиями. По его мнению, знание, достигаемое посредством определения этих основных жизненных ценностей, лежит в основе нравственного поведения. С точки зрения Сократа, благо ("агатом") определяется как таковое при соответствии его поставленной человеком цели. Как отмечает Г. П. Выжлецов, "введение Сократом принципа целесообразности, общего для блага и красоты, возводит их из оценочных понятий ("хорошее", "прекрасное") в ранг идеальных ценностей" [2, с.67].

Таким образом, понятие "система ценностей" лежит в основе нравственного поведения.

Попытка придать научное значение этическим ценностям личности была предпринята И. Кантом, для учения которого характерно представление об "автономии" моральных ценностей от какого-либо высшего источника. В отличие от большинства своих предшественников, признающих религиозное происхождение ценностей, Кант полагает, что мораль и долг существуют в разуме и не нуждаются ни в какой божественной цели. Напротив, из морали возникает цель, имеющая сама по себе "абсолютную ценность" – личность каждого отдельного человека. Кант утверждает, что любое разумное создание

"существует как цель сама по себе, а не только как средство", в отличие от предметов, существование которых хотя зависит не от нашей воли, а от природы, которые "имеют тем не менее, если они не наделены разумом, только относительную ценность как средства" [3,с.269].

Одной из важнейших предпосылок формирования системы ценностных ориентаций личности является определенный уровень интеллектуального развития. Ж. Пиаже однозначно полагал, что смена стадий морального развития связана с общими когнитивными возрастными изменениями. Моральные суждения, проявляющиеся, по его словам, в "уважении индивидуума к нормам общественного строя и его чувстве справедливости", у детей формируются на основе взаимодействия между их развивающимися мыслительными структурами и постепенно расширяющимся социальным опытом [4,с.532].

На мой взгляд, Ж. Пиаже абсолютно прав полагая, что формирование системы ценностей личности напрямую связано с уровнем интеллектуального развития человека.

Завершающийся XX век вывел проблему осмысления ценностей человеческого бытия на первый план научного познания, ознаменовав тем самым современный, аксиологический, этап развития науки. Однако ценности и ценностные ориентации человека всегда являлись одним из наиболее важных объектов исследования философии, этики, социологии и психологии на всех этапах их становления и развития как отдельных отраслей знания. Г. П. Выжлецов, описывая онтологический, гносеологический и собственно аксиологический этапы развития философии, выделяет для каждого из них основные анализируемые ценности и идеалы – благо, счастье и духовную свободу [1,с.63-65].

### **Литература**

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: Пер. С англ. / Фонд "За экономическую грамотность". – М., 1995. – 296 с.
2. Выжлецов Г. П. Аксиология: становление и основные этапы развития // Социально-политический журнал. – 1995. – № 6. – С.61-73.
3. Кант И. Сочинения: в 6 т: Пер. С нем. -М.: Мысль, 1965. – Т.4. – Ч.2. – 544 с.
4. Крайг Г. Психология развития: Пер. С англ. – СПб.: Питер, 2000. – 992 с.
5. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия: Пер. С англ. – М.: Рефл-бук; Киев: Ваклер, 1997. -320 с.

**Забаровська С. М.**

викладачка ДПТНЗ "Сновське вище професійне училище лісового господарства", аспірантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, м. Ніжин, Україна

## **СТАН ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК ПРОБЛЕМА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ**

У практиці роботи психолога закладу освіти часто зустрічаються запити, що виражають різного роду психологічне неблагополуччя особистості. До них можемо віднести явні чи приховані порушення психічного здоров'я (наприклад, невротичні розлади, депресію, суїцидальну схильність, межові стани), соціально-психологічні негаразди (наси́льство в сім'ї, міжособистісні конфлікти, булінг, дисфункціональні сім'ї тощо), так і суб'єктивну незадоволеність собою і своїм життям (психологічні комплекси, низька самооцінка, втрата інтересу до життя, відсутність оптимістичного бачення власного майбутнього та ін.). Всі ці негаразди у психології прийнято позначати узагальнюючим поняттям "психологічне неблагополуччя". Метою ж діяльності психолога в даному випадку постає сприяння досягненню отримувачем психологічних послуг протилежного стану – психологічного благополуччя.

У сучасній психології значно зріс інтерес до цього поняття, однак не існує єдиного визначення та єдиної загальноновизнаної концепції психологічного благополуччя. Загалом, зазначають дослідники (Р. Райан, А.Е. Созонтов) склались два підходи до розуміння психологічного благополуччя особистості: гедоністичний та евдомоністичний. Так, згідно з гедоністичним підходом (розпочав розробляти американський психолог Н. Бредберн), психологічне благополуччя можна розуміти як співвіднесеність позитивного та негативного афектів особистості і переважання позитивного, що виявляється у таких психологічних явищах, як відчуття щастя, задоволеності життям.

Продовжив розробку поняття Е. Дінер, який оперував поняттям "суб'єктивне благополуччя", вважав його компонентом психологічного благополуччя та виділяв у ньому три компоненти: задоволеність, комплекс приємних емоцій і комплекс неприємних емоцій [4, с.53].

Евдомоністичний підхід, виходячи з гуманістичних традицій, в основу поняття кладе показники повноцінного функціонування особистості, повноту самореалізації людини в конкретних життєвих ситуаціях. Автором найбільш відомої теорії психологічного благополуччя, що бере до уваги показники повноцінно функціонуючої особистості, є американська дослідниця К. Ріфф.

Вона виділила шість основних компонентів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні відносини з навколишніми, автономія, управління середовищем, наявність цілей в житті, особистісне зростання [4, с.53].

Останнім часом спостерігаються спроби об'єднати два підходи у розумінні "психологічного благополуччя" та визначити його об'єктивні і суб'єктивні показники. До трактування цього поняття, розкриття змісту, визначення складових та чинників формування звертались як вітчизняні, так і зарубіжні дослідники: А.В. Вороніна, Е. Десі, В.М. Духневич, О.М. Знанецька, С.В. Карсканова, Л.А. Пергаменщик, Р. Раян, А.Е. Созонов, П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкова, О.С. Ширяєва та ін.

Природу психологічного феномену психологічного благополуччя особистості науковці розкривають через поняття "переживання", "суб'єктивна оцінка", "задоволеність життям" тощо.

Так, П.П. Фесенко [7], спираючись на ідеї К. Ріфф, визначає психологічне благополуччя як інтегральний показник ступеню спрямованості людини на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування (особистісного росту, управління середовищем, автономії, цілі в житті, позитивні стосунки з оточенням), а також ступеню реалізованості цієї спрямованості, яка суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям. Низький рівень актуального психологічного благополуччя обумовлений, як зазначає П.П. Фесенко, переважанням негативного афекту (загального відчуття власного нещастя, незадоволеності власним життям), високий – переважанням позитивного афекту (відчуттям задоволеності власним життям, щастя).

Згідно з Великим тлумачним словником української мови вихідний термін "благополуччя" трактується як "життя в достатку і спокої; добробут, щастя" [2, с.86]. Психологічне благополуччя є одночасно як досить стабільною, так і динамічною характеристикою особистості, яка у значній мірі залежить від суб'єктивних чинників (потреб, цілей, мотивів, цінностей, смислів, ставлень тощо), так і об'єктивних (якість життя, життєві події, стресори тощо).

На нашу думку у структурі психологічного благополуччя особистості значне місце займає суб'єктивне ставлення, тобто ставлення самої особистості до себе, власного життя, оточуючих людей. У значній мірі ставлення визначає оцінку явищ і подій життя, спосіб реагування та інтерпретацію досвіду.

Перед практичним психологом закладу освіти постає важливе завдання – систематичний скринінг стану психологічного благополуччя здобувачів освіти, що в свою чергу надає можливість вчасного попередження різного роду психологічних труднощів та надання необхідної психологічної допомоги.

Так, у 2020-2021 навчальному році нами було проведено дослідження стану психологічного благополуччя учнівської молоді закладів професійної (професійно-технічної) освіти Чернігівської області. У дослідженні взяли участь 120 осіб віком від 15 до 18 років. Були застосовані наступні діагностичні методики: методика "Шкали психологічного благополуччя" (К. Ріфф) [3, с.1], Шкала задоволеності життям Е. Дінера, авторська методика з визначення психологічного благополуччя особистості (С.М. Забаровська).

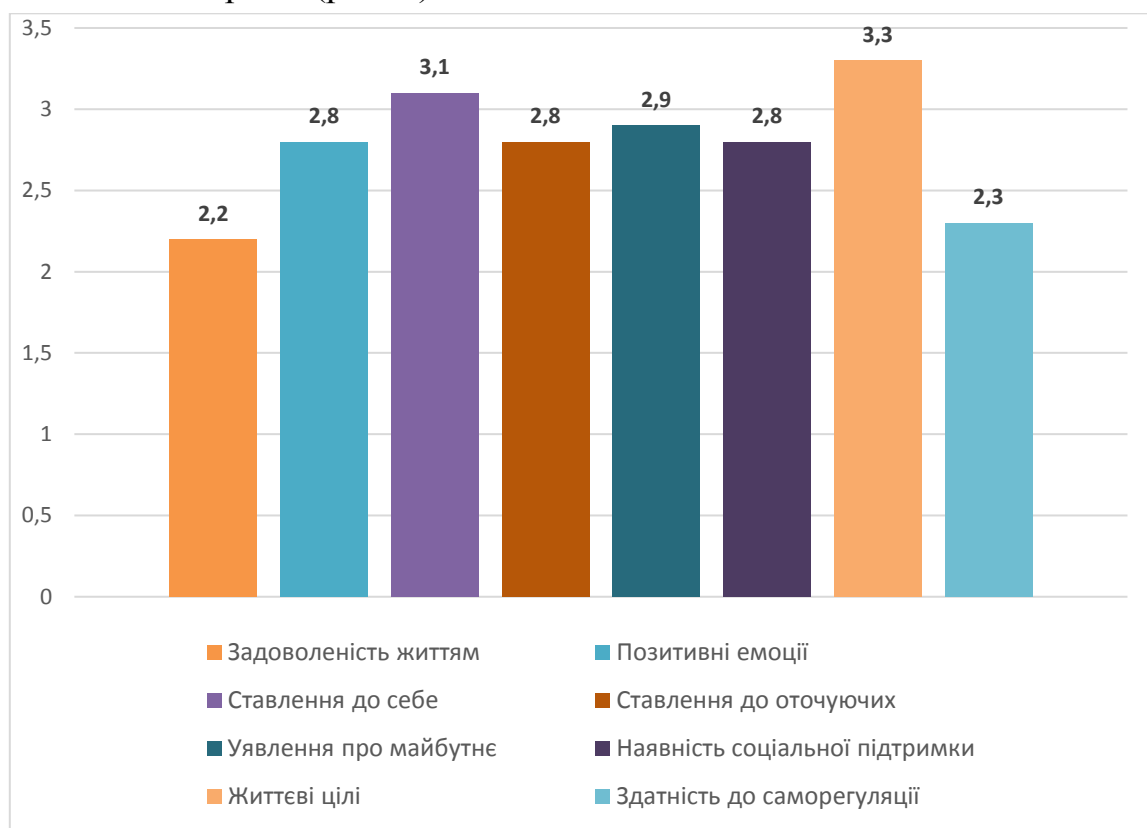
Авторська методика на визначення психологічного благополуччя особистості пройшла процедуру апробації та валідизації. Визначено критерійну (емпіричну) валідність: коефіцієнт кореляції Пірсона між даними, отриманими за авторською методикою та опитувальником "Шкали психологічного благополуччя" К. Ріфф становить  $r=0,77$  ( $p\leq 0,01$ ), із загальним балом за методикою "Шкала задоволеності життям Е. Дінера":  $r=0,86$  ( $p\leq 0,01$ ), з показниками за Шкалою депресії Бека  $r= -0,69$  ( $p\leq 0,01$ ). У ході перевірки надійності методики методом розщеплення отримано коефіцієнт  $r=0,812$ , що є статистично значущим ( $p\leq 0,01$ ). Коефіцієнт Альфа Кронбаха, що вказує на внутрішню узгодженість шкал методики, становить  $\alpha=0,865$ .

У ході аналізу даних дослідження стану психологічного благополуччя учнівської молоді ЗП(П-Т)О, узагальнені результати умовно розподілені за рівнями: низький, середній та високий. Таким чином, було з'ясовано, що за методикою К. Ріфф значна частина учнівської молоді (22,5% досліджуваних) має низький рівень психологічного благополуччя; 23,3% досліджуваних осіб виявили високий інтегральний рівень психологічного благополуччя; переважна більшість (54,2%) має середній рівень психологічного благополуччя.

Діагностування за методикою Е. Дінера на виявлення рівня задоволеності життям дало наступні результати: дуже низький рівень задоволеності – 1,7% молоді, низький рівень – 12,5%, незначний рівень незадоволеності – 24,2%, середній рівень задоволеності від життя – 20,8%, високий рівень задоволеності – 26,7%, дуже високий – 14,2%. Отже, спостерігаємо, що більше третини учнівської молоді відчувають незадоволеність власним життям.

За методикою на визначення психологічного благополуччя особистості (С.М. Забаровська) отримано наступні діагностичні результати: 9,2% учнівської молоді має низький загальний рівень психологічного благополуччя, 38,3% – середній рівень та 52,5% – високий рівень. Середнє арифметичне значення показника психологічного благополуччя юнаків складає 22,2 бали, що відповідає середньому рівню цієї характеристики. Опитувальник передбачає підрахунок

балів за шкалами. Середні бали по вибірці за шкалами методики представимо за допомогою гістограми (рис. 1):



*Рис. 1. Середні значення по вибірці за шкалами опитувальника на визначення психологічного благополуччя особистості.*

На рис. 1. можемо побачити, що найвищі показники юнаки та юначки отримали за шкалами "Життєві цілі", "Ставлення до себе", "Уявлення про майбутнє", найнижчі – "Задоволеність життям", "Здатність до саморегуляції".

Отримані дослідницькі дані вказують на те, що значна частина учнівської молоді діагностує невисокі показники повноцінно функціонуючої особистості, невисокий рівень задоволеності собою і власним життям.

Зокрема, здобувачі освіти мають життєві цілі, до яких прагнуть, налаштовані на життєві перспективи, в цілому юнаки досить позитивно ставляться до себе, мають здебільшого позитивне уявлення про майбутнє. Однак, досить посередньо задоволені своїм актуальним життям, тим, як наразі розгортається їх життєвий шлях, мають посередньо розвинену здатність до саморегуляції.

Отримані дослідницькі результати можуть бути зумовленими такими віковими особливостями юності, як знайомство зі своїм внутрішнім світом, активне формування ціннісно-сислової сфери, емоційна та особистісна

незрілість, перебування в процесі особистісного й професійного становлення, значна спрямованість у майбутнє.

Також результати емпіричного дослідження вказують на можливе психологічне неблагополуччя декого з досліджуваних, що повинно бути уточнене і визначене у ході поглибленої індивідуальної психодіагностики. Отримані низькі бали за методиками потребують обговорення, з'ясування причин і проявів у ході індивідуальних консультацій зі здобувачами освіти. З урахуванням результатів діагностування планується стратегія індивідуальної психологічної допомоги особистості.

### Література:

1. Большакова А.М. Психобіографічні характеристики в контексті психологічного благополуччя особистості. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/10\\_2009/3.pdf.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/10_2009/3.pdf.pdf) (дата доступу: 10.11.2021).
2. Великий тлумачний словник української мови (з дод. і допов.) / Уклад. В.Т. Бусел. К.; Ірпінь: ВТФ "Перун", 2005. 1728 с.
3. Карсканова С.В. Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. №1. С.1-9.
4. Орлова Д.Г. Оценка психометрического качества и модификация опросника "Шкалы психологического благополучия" К. Рифф. *Вестник Урдмуртского университета*. 2016., Т.26. Вып. 3. С. 53-62.
5. Созонтов А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия. *Вопросы психологии*. 2006. №4. С. 105-114.
6. Фомина О.О. Благополучие личности: проблемы и подходы к исследованию в отечественной психологии. *Интернет-журнал "Мир науки"*. 2016, Том 4, номер 6. URL: <http://mir-nauki.com/PDF/53PSMN616.pdf> (дата доступу: 10.11.2021).
7. Шевеленкова Т. Д., Фесенко П.П. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика*. 2005. № 3. С. 95-129.

асистент кафедри загальної та практичної психології Ніжинський державний  
університет імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ**

Психологічне благополуччя на роботі, як і загалом психологічне благополуччя, означає не тільки відсутність негативних індикаторів, таких як стреси, професійне стомлення, емоційне виснаження, а й припускає наявність позитивних: захопленість роботою, позитивні емоції, задоволеність працею. Як свідчать результати численних досліджень, виділяють три організаційні групи факторів, від яких залежить психологічне благополуччя співробітника: заробітна плата, відносини з керівництвом і колегами, умови праці.

Навчальний 2020-2021 рік істотно відрізняється від попередніх. Насамперед тим, що учасники освітнього процесу змушені докорінно змінювати і форми та методи навчання, і форми міжособистісного спілкування. Причина цього – карантинні заходи, зумовлені поширенням пандемії COVID-19.

Соціально-психологічні та індивідуально-психологічні наслідки надзвичайних ситуацій, зазвичай, бувають негативними – паніка, немотивована агресія, обмеження соціальних контактів, депресія, недовіра та ін. Усе це відноситься до непродуктивних форм поведінки в такій ситуації, що власне тільки посилюють негативні процеси [1].

Основні психологічні проблеми пандемії та загрози зараження коронавірусом COVID-19 полягають передусім у:

1) поширенні паніки та панічних настроїв, тривоги та страхів. Тривога і страх у період пандемії – нормальна реакція на "ненормальну" проблему. У такій ситуації люди часто видають гіпертрофовану "реакцію адаптації" – починають нав'язливо дивитися новини, читати матеріали про захворювання, обговорювати їх із рідними та знайомими, малювати драматичні картини майбутнього;

2) вивільненні часу при соціальній ізоляції чи самоізоляції і, як наслідок, фрустрація (блокування) головних потреб особистості – потреби у спілкуванні та соціальних контактах. Найбільш відомими психологічними ознаками карантину як форми ізоляції є сенсорна депривація, монотонія, одноманітність інтер'єру приміщення, дозвільний характер, гіподинамія, нудьга, похідними від яких може стати певний душевний дискомфорт і навіть депресія [3].



Водночас стрес, страх, панічні настрої, прояви агресії, які охопили вже мільйони та десятки мільйонів мешканців різних країн світу і України в ситуації пандемії, свідчать про гостру потребу в наданні професійної психологічної допомоги дітям і дорослим.

Якщо говорити про педагогів, то в ситуації вимушеної ізоляції учителю доводиться одночасно перебувати у двох ролях: вчителя і батька/ матері. А тому до тих проблем, що виникають у педагога як у батька/матері, додаються суто специфічні, зумовлені професійною діяльністю:

1. Зміна режиму освіти – перехід на дистанційне навчання. Дистанційне навчання до карантину знаходилося у стані незатребуваності в масштабах країни і поволі еволюціонувало. Зараз ситуація змінилася, і вчителю необхідно оперативно перебудуватися, змінити звичні форми і методи роботи, адже без прямої комунікації з учнями необхідно готувати більше карт, анімацій, експериментів. Це посилює напруження, що негативно позначається на психоемоційному та фізичному стані вчителя.

2. Часові обмеження в оволодінні сучасними освітніми ресурсами, які є необхідною умовою навчання в дистанційному режимі. До цього слід додати відчуття невпевненості у власних можливостях і здібностях як у засвоєнні інформаційних технологій, так і у розробленні власної методики навчання предмета з використанням інформаційно-комунікаційних технологій.

3. Зниження рівня працездатності в умовах самоізоляції та обмеженої рухової активності.

Відсутність живого зв'язку з учнем, як наслідок, відсутність спокою та морального задоволення від роботи.

Таким чином, психологічне благополуччя педагога можна визначити як інтегральний показник ступеня спрямованості особистості на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування, а також ступеня реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям.

Ключовими факторами, що чинять негативний вплив на добробут і продуктивність працівників, є погано налагоджений робочий процес, постійна понаднормова робота, стислі строки, нестача ресурсів для виконання трудової діяльності. Одним із важливих факторів, що свідчать про психологічне благополуччя на роботі, є мотивація. Ресурси – необхідний компонент для підтримання трудової мотивації, захопленості роботою, ефективності та збереження здоров'я працівників. З одного боку, дисбаланс вимог роботи і наявних ресурсів для її виконання призводить до негативних наслідків, а саме

виснажує розумові, психологічні та фізичні ресурси працівників, призводить до вигорання й проблем зі здоров'ям, що негативно позначається на психологічному благополуччі. З іншого – під впливом робочих вимог відбувається активація особистісних характеристик працівника, що сприяє підтримці психологічного благополуччя, фізичного здоров'я та мотивації.

### **Література**

1. Основи психологічної допомоги: теорія та практика психоконсультації: навч. Посібник / В. Г. Панок, Я. В. Чаплак, Я. Ф. Андрєєва / за заг. редакцією В. Г. Панка, І. М. Зварича. – Чернівці: Чернівецький національний університет ім. Ю. Федьковича, 2019. – 384 с.

2. Прикладна психологія у педагогічній практиці України. Психологія і суспільство, (4), 94- 108. <https://doi.org/10.35774/pis2017.04.094>

3. Психологія і педагогіка у протидії пандемії COVID-19 : Інтернет-посібник (с. 75-76). Київ: ТОВ "Юрка Любченка". <https://lib.iitta.gov.ua/719827/>

**Карченкова А. І.**

студентка магістратури Ніжинського державного університету імені  
Миколи Гоголя

Науковий керівник – **Наконечна М. М.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної  
психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя  
м. Ніжин, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНИХ ПЕРЕЖИВАНЬ ЛЮДИНИ**

Емоційні переживання – важлива частина психічного життя людини. Тема емоцій досліджувалась багатьма науковцями. Люди шукають відповідь на питання, що таке емоції? Навіщо вони потрібні? Що насправді відбувається, коли особа відчуває сильні переживання?

К. Ізард звертає увагу, що "...Комплексне визначення феномену емоції повинне включати фізіологічний, експресивний і емпіричний компоненти. Емоція виникає як результат нейрофізіологічних процесів, які у свою чергу можуть бути викликані як внутрішніми, так і зовнішніми чинниками". [3; с. 22]

Дійсно, емоції не існують окремо від тіла. Переживання людини – є результатом процесів в єдиній системі "тіло-емоції".

Емоції впливають на самопочуття та поведінку людини, і це відомо не тільки дослідникам в медичній та психологічній сфері, але й кожному з нас. Силу

цього впливу яскраво передає Л. С. Виготський: "Наявність могутніх імпульсів, що виникають в області мозку, не пов'язаній з когнітивною свідомістю, і що збуджують завдяки цьому сліпим і автономним способом сильну емоцію, пояснює, що така емоція не укладається у відчутті. Переживаючи емоцію, ми як би знаходимося у владі якоїсь сторонньої сили, яка примушує нас діяти, не зважаючи наслідків". [1; с. 124]

Що має вплив на виникнення емоції? Згідно К. Изарда: "...емоція може існувати у свідомості незалежно від когнітивних процесів і що саме тому людина може реагувати емоцією, не усвідомлюючи і не означаючи її як таку. <...> Хоча емоції є найбільш фундаментальними мотиваційними феноменами, важливу роль в їх активації і регуляції грають когнітивні процеси". [3; с. 77] Таким чином, емоції є відтворенням конкретних думок людини стосовно важливої для неї теми. При цьому ці "думки" можуть бути не завжди усвідомлюваними та існувати у формі глибинних переконань.

Про систему емоційних процесів та їх зв'язок з неусвідомлюваними когніціями говорить також Б. І. Додонов: "Головною особливістю емоційної діяльності людини, як ми думаємо, є те, що вона не лише "робить" "афективні хвилювання" як форму оцінки факту, але часто-густо включає ці свої "продукти" в новий "цикл" зіставлень і оцінювань. Це створює своєрідну "багатоповерховість" емоційних процесів у людини, причому якщо їх перший, "підвальний поверх" в основному прихований від самоспостереження". [2; с. 12]

Здатність людини коректно проживати свої емоції дозволяє їй максимально адаптивно реагувати на зовнішні обставини. Як відзначає К. Изард, великою мірою ця здатність індивідууму обумовлена "...особливостями його соціального досвіду, особливо досвіду, придбаного в дитинстві і в ранньому дитинстві". [3; с. 20]

Саме тому ми вважаємо, що визначення особливостей емоційних переживань людей є актуальною темою для дослідження. Як визначає М.В. Папуча, "...переживання можна визначити лише гіпотетично: внутрішній активний цілісний процес, природа якого залишається невідомою, але реальність якого безперечна, місце якого невідоме, дія якого можна і потрібно вивчати, без якого неможливе життя особи...". [4; с. 33]

### **Література:**

1. Выготский Л. С. Научное наследие / Под ред. М. Г. Ярошевского // Собр. произведений в 6 томах. Т. 6. – М.: Педагогика, 1984 – 400 с.
2. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. – М.: "Политиздат", 1978. – 272 с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций. – СПб., 1999. – 464 с.

4. Папуча М.В. Проблемы психологии переживания: монография. – К.: Изд. дом "Слово", 2021. – 236 с.

**Ковтун А.Ю.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОСОБИСТІСНОГО СТАНОВЛЕННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ, ЯКІ РОЗВИВАЮТЬСЯ В РАМКАХ ВІКОВОЇ НОРМИ І ДІТЕЙ З ВАДАМИ РОЗВИТКУ**

Соціальний та особистісний розвиток у дитинстві є результатом взаємодії соціальних впливів, біологічного дозрівання та уявлення дитини про соціальний, становлення причинно-наслідкових констант у системі "світ та Я". Така взаємодія виражається системою важливих стосунків, розвитком соціального розуміння, зростанням самосвідомості та самоідентифікації особистості та розвитком соціальної та емоційної компетентності в дошкільному віці, отриманням когнітивних навичок і здатністю соціально значущим й прийнятним чином виражати свої емоції. Інтелект чуттєвої сфери лягає в основу нормального психологічного й соціального розвитку дошкільника. На жаль, діти з ООП найчастіше мають відставання й складності на усіх або на певних етапах психічного чи фізичного розвитку, а відтак важко проходять етапи емоційного й соціального особистісного становлення.

Розуміння соціального та особистісного розвитку вимагає погляду на дошкільників з трьох точок зору: соціального контексту, в якому живе кожна дитина, особливо стосунки, що забезпечують безпеку, керівництво та знання; біологічного дозрівання, яке підтримує розвиток соціальних та емоційних компетентностей і лежить в основі темпераментної індивідуальності та уявлення дітей, що розвивають себе та соціальний світ.

Оскільки особистісне становлення це тривалий процес, у якому задіяно безліч факторів, то соціальний та особистісний розвиток найкраще розуміти як постійну взаємодію між цими соціальними, біологічними та репрезентативними аспектами психологічного розвитку. Порівнюючи дітей з ООП з їх однолітками дошкільного віку, слід відмітити й проаналізувати не лише вроджені проблеми

фізичного та психологічного плану, а й той специфічний досвід соціалізації й особистісного становлення, який вони проходять.

Соціальний та особистісний розвиток будується на основі соціальних, біологічних та репрезентативних впливів.

Вся сукупність факторів призводять до важливих результатів розвитку, що мають значення для дітей, батьків та суспільства: здатність дошкільника брати участь у соціально-конструктивних діях (допомагати, піклуватися, ділитися з іншими), стримувати ворожі або агресивні спонукання, жити відповідно до значущих моральних норм, розвивати здорову ідентичність та почуття власного "Я", розвивати таланти та досягати успіху у їх використанні. Це деякі результати розвитку, які позначають соціальну та емоційну компетентність. І акцентуючи увагу саме на цій компетентності, слід наголосити, що бувають випадки, коли дошкільники з ООП відстають саме за цим напрямком, не виходить належним чином соціалізуватися, дитина замикається у собі. І це не дає повноцінно і в нормальному. Звичному для однолітків темпі проходити етапи становлення особистості.

Також варто брати до уваги, особливості розвитку і потреб різних груп дошкільників з ОПП, підбираючи дієвий арсенал для розвитку особистісних компетенцій.

Таким чином, підтверджуються наукові дані про те, що дошкільний вік є сприятливим для розвитку інтелекту дитини, однак різні темпи розвитку у 6-тирічних дітей свідчать, що не всі діти можуть бути готові до інтенсивного навчання у молодшій школі.

Підбиваючи усе вищевикладене, слід констатувати, що належний розвиток особистості дітей із ООП залежить від особистісно орієнтованого індивідуалізованого підходу й значною мірою від оточення й інклюзії, що дає змогу зкоротити відставання від однолітків й включити дошкільника в комунікацію з оточуючим світом.

Отже, здійснюючи порівняльний аналіз особистісного становлення дошкільників, які розвиваються в рамках вікової норми і дітей з різними вадами розвитку, слід відмітити, що етапи особистісного становлення вони проходять однакові за винятком дітей з важкими вадами розвитку). Однак ці етапи проходять у специфічний спосіб, можуть займати значно довший проміжок часу. Також, в силу особливостей розвитку дошкільник може не пройти усіх тих етапів особистісного становлення, які притаманні його одноліткам, що розвиваються у рамках вікової норми. І саме тому такі дошкільники потребують особливого підходу.

### Література:

1. Ковтун А.Ю. Психологічні аспекти індивідуального підходу в інклюзивній освіті/ А. Ю. Ковтун // Науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал "Психологія особистості". ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника"., 2019 №1(10), С 166-171;
2. Ковтун А. Ю. For participation in the IX International Scientific and Practical Conference CHALLENGES IN SCIENCE OF NOWADAYS held on July 16–18, 2021 in Washington, USA "Проблема розвитку особистості в системі інклюзивної освіти" SCIENTIFIC COLLECTION "INTERCONF". 2021. № 66. P. 249–254.
3. Ковтун А.Ю. For participation in the IV International Scientific and Practical Conference THE THEORY AND PRACTICE OF SCIENCE: KEY ASPECTS held on July 19–20, 2021 in Rome, Italy, SCIENTIFIC COLLECTION "INTERCONF". 2021. № 67. P. 166–175. "Психофізіологічні та соціальні аспекти діагностики аутизму".

**Kologryvova N.M.**

Postgraduate student of the Department of Practical and Clinical Psychology  
Odessa National I.I. Mechnikov University,  
Odessa, Ukraine

### **FAIRY TALE THERAPY AS A METHOD OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN A CRISIS SITUATION**

Fairy tale therapy is the method that uses a fairy tale form to develop the creative abilities of an individual, expand consciousness, improve interaction with the outside world [4].

Fairy tale therapy is a direction of practical psychology that, using the metaphorical resources of a fairy tale, allows people to develop self-awareness, become themselves and build special trusting, close relationships with others [4].

I.V. Vachkov gives the following definition: "Fairy tale therapy is a direction of practical psychology that, using the metaphorical resources of a fairy tale, allows people to develop self-awareness and build special levels of interaction with each other, which creates conditions for the formation of their subjectivity." [3]

A fairy tale is the main tool of fairy tale therapy, it is a fairy tale that allows you to create models of various situations, so that you can look at them from the outside.

Firstly, the tale has always served as a means of meeting its listener or reader with himself, because the metaphor underlying the tale was not only a "magic mirror"

of the real world, but – first of all – his own, hidden, not yet realized inner the world ...

Secondly, the focus of fairy tale therapy on the development of a person's self-awareness, determined by the essence of fairy tales, provides both contact with oneself and contact with others. A fairy-tale metaphor, due to its inherent special properties, turns out to be a way of building mutual understanding between people.

Thirdly, there are no directly expressed morals or recommendations in the fairy tale, the assimilation of the necessary models of behavior and response, new knowledge about oneself and the world occurs imperceptibly, slowly. [1]

Fairy tale therapy as a psychological method imposes its own age restrictions when working with children: the child must have a clear idea that there is a fairy tale reality that is different from the real one. Usually, the skill of such a distinction is formed in a child under the age of 3.5-4 years, although, of course, in each specific case, it is necessary to take into account the individual characteristics of the child's development. A story told in time for a child means as much as psychological counseling for an adult.

Tkach R.M. [5] in his book "Fairy tale therapy of children's problems" structures fairy tales on separately taken children's problems:

1. Fairy tales for children who have fears of the dark, fear of the medical office and other fears.
2. Fairy tales for hyperactive children.
3. Fairy tales for aggressive children.
4. Fairy tales for children with behavioral disorders with physical manifestations: problems with eating; bladder problems, etc.
5. Fairy tales for children who are faced with family problems. In case of divorce of parents. In the event of a new family member. When children think that they will be better in another family.
6. Fairy tales for children in case of loss of significant people or loved animals.

According to I.V. Vachkov. [4], the main means of psychological influence in fairy tale therapy is a metaphor, as the basis of any fairy tale. It is the accuracy of the chosen metaphor that determines the effectiveness of fairy tale therapy techniques in working with both children and adults.

A fairy tale usually performs three functions: diagnostic, therapeutic (corrective), and prognostic. A diagnostic tale involves the identification of existing life scenarios and strategies for the child's behavior. The instructions given to the child in this case are as follows: "Make up a fairy tale about a little boy", "Make up any fairy tale." Then the psychologist analyzes the tale. Thus, the basic life scenario can be identified or the child's behavioral stereotypes become habitual ways of responding.

Also, a diagnostic tale can help to identify an attitude or state of a child that he does not want or cannot speak out loud.

A fairy tale is a mirror reflecting the real world through the prism of personal perception. And its possibilities are endless: in a fairy tale everything happens that cannot happen in reality, there are talking animals, magic wands, wonderful mills ... And, mind you, there is always a happy ending – she is optimistic, kind and reliable! And the listener can imagine himself as any of the characters, he certainly feels and lives through the twists and turns of the plot, responds to them with his soul, evaluates, compares ... and finds an opportunity to understand and accept himself and his work, increase self-esteem and change in the desired direction. And everything happens easily and simply, without visible efforts, resistance to the mind – playing! [2]

Fairytales therapy work with a child can be done in different ways:

1) An existing author's or folk tale can be used for work. 2) The psychologist and the child can compose a fairy tale together, simultaneously dramatizing all or individual elements of it. 3) The child can compose a fairy tale on his own. [1]

Fairytales therapy is the most childish method of psychotherapy, as it is addressed to the pure childish principle of each person. Through the perception of fairy tales, we educate the child, develop his inner world, give knowledge about the laws of life and ways of manifesting creative power and intelligence, and also help him to better know and understand himself.

However, there are recommendations for the use of fairy tale therapy, which can be formulated as follows:

1. A session of fairy-tale therapy must be carried out some time after the traumatic situation, when the child has calmed down and is able to look at what happened from the side in our case through the prism of fairy reality. The most suitable time for such communication is before daytime or nighttime sleep.

2. "In a certain kingdom, in a certain state" ... These words seem to make it clear that such a story could have happened anywhere: maybe beyond the distance, and maybe very close. It will depend on how close you want to take the fairy tale story. A certain place of action psychologically separates the child from the events taking place in the fairy tale. It is difficult for a child to transfer himself to a specific place, especially if he has never been there.

3. In order for the child to better perceive what is happening to him in the fairy tale, you can come up with your own ritual of transition to the Magic Land. One of the elements of such a ritual can be the "transformation" of a child into any fairytales hero (of his choice).

4. The way of presenting the fabulous material and the involvement of the child



in the creative process can be chosen independently. For example, telling a fairy tale, asking a question to a child in peak situations: for example, why do you think the hero did this, did you like his act, how would you act in his place? You can invite your child to compose a fairy tale together, telling its small fragments one by one. It is also possible that an adult invites the child to compose a fairy tale on a topic. Another variant of fairytale therapy work can be the narration of a famous fairy tale on behalf of different characters. [4]

When using psychotherapeutic fairy tales, it is important to remember three things: relevance: sincerity: dosage. No matter how much the psychologist likes fairy tales, their use should be appropriate. Otherwise, the whole idea can be distorted. It is appropriate to use the first psychotherapeutic tale only when it most vividly and figuratively illustrates the main idea of the psychologist when formulating "feedback" to the child.

The story of a psychotherapeutic fairy tale is always a reduction in the "distance" with the child. Therefore, the therapist is required to show openness and sincerity. The texts of fairy tales cause an intense emotional resonance in both children and adults. The images of fairy tales address simultaneously two mental levels: the level of consciousness and subconsciousness, which gives special opportunities for communication. This is especially important for correctional work, when it is necessary to create an effective communication situation in a difficult emotional environment. [2]

The following correctional functions of a fairy tale are distinguished: psychological preparation for intense emotional situations; symbolic response to physiological and emotional stress; acceptance in a symbolic form of their own physical activity.

Output. Thus, by combining different techniques of fairy tale therapy, you can help each child to live through many crisis situations and significantly expand his worldview and ways of interacting with the world and other people.

#### **Literature:**

1. Brett D. Once Upon a Time There Was a Girl Like You: Psychotherapeutic Stories for Children. – M.: Independent firm "Class", 2005. – 224 p.
2. Valitova I.E. Experience of teaching students – future psychologists – fairy tale therapy // Psychology at the university. – 2009. – № 2. – S. 30-43.
3. Vachkov I.V. Introduction to fairy tale therapy, or Hut, hut, turn your face to me. – M.: Genesis, 2011. – 288 p.
4. Korotkova L. D. Fairytale therapy for preschoolers and younger students. Methodical recommendations for pedagogical and psychocorrectional work. – M.: TsGL, 2005. – 128 p.
5. Weaver R.M. Fairytale therapy of children's problems. – SPb.: Speech; M.: Sfera, 2008. – 118 p.

**Кошова І. В.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

**Кривошея А. В.**

магістрантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя, факультет психології та соціальної роботи  
м. Ніжин, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ОСОБИСТОСТЕЙ, ВКЛЮЧЕНИХ У СИТУАЦІЮ ПОВТОРНОГО ВИБОРУ ПРОФЕСІЇ**

Проблематика професійного самовизначення у психологічних дослідженнях розглядається здебільшого у контексті життєвого вибору старшокласників. Дорослі, соціальна група, що змінює ситуацію вибору професії, залишається певною мірою поза увагою дослідників і вивчається здебільшого в ракурсі виявлення важливих для професії якостей особистості та у зв'язку з підбором (відбором) кадрів, вирішенням завдань управління людьми. Проблема зміни професії більше вивчається як професійна мобільність, зокрема, як вивчення зовнішніх (соціальних) та внутрішніх (психологічних) факторів переходу із однієї сфери праці до іншої. Недостатньо висвітленою залишається проблематика соціально-психологічних факторів, що сприяють/перешкоджають професійному самовизначенню дорослих та повторному вибору ними професії.

Професійне самовизначення, що є компонентом соціального самовизначення, відбувається в контексті професійного середовища й діяльності, має соціальний характер та супроводжується набуттям професійної ідентичності, що є основою професійного становлення. Стресогенна ситуація безробіття викликає значні зміни у самосвідомості людини, що можуть негативно впливати на професійний розвиток, тому сприяння професійному самовизначенню, професійній самореалізації безробітних, включених у ситуацію повторного вибору професії, є важливою складовою системи роботи служби зайнятості. Актуальним напрямком роботи якої є прискорення повернення незайнятих громадян на роботу та їх соціально-психологічна реабілітація.. Проблемними моментами роботи із безробітними є можливість виникнення негативної адаптації до ситуації бездіяльності, низька активність безробітних у пошуку роботи, зниження відповідальності за власний професійний розвиток. Загалом безробіття є критичною ситуацією, що зумовлює необхідність життєвоважливих професійних виборів. Це адаптивна життєва активність і

психологічне опанування такої ситуації відбувається через актуалізацію копінгових механізмів.

Для встановлення особливостей копінг-стратегій особистостей, включених у ситуацію повторного вибору професії нами було використано копінг-тест Р.Лазаруса (WCQ) в адаптації Т.Л. Крюкової. Було виявлено, що найвищий рівень напруження у безробітних мають стратегії "Планування рішень" (середній бал по групі 58,3 балів), "Конфронтація" (57 балів) та "Позитивна переоцінка" (56 балів). Найменш використовуваним виявився копінг "Втеча-уникнення" (50 балів). Працюючі особи надавали перевагу "Дистанціюванню" (54 бали), "Позитивній переоцінці" (53 бали) та "Плануванню рішень" (52 бали). Мінімально задіяною виявилася стратегія "Конфронтація" (47 балів).

Стратегія планування вирішення проблеми розглядається науковцями як адаптивна, така, що сприяє конструктивному вирішенню труднощів. Однак цілеспрямованість та планомірність може поєднуватися з надмірною раціональністю, недостатньою емоційністю, інтуїтивністю та спонтанністю у поведінці. Не завжди цілеспрямована поведінкова активність, що може бути елементом стратегії конфронтації, здійснення конкретних дій, спрямованих або на зміну ситуації, або на відреагування негативних емоцій у зв'язку з труднощами теж характерні для цієї групи. У разі надмірного вираження стратегії "Конфронтація" можливі імпульсивність у поведінці, ворожість, проблеми планування процесів та прогнозування результату активності, невиправдана завзятість. Тоді копінг-дії спрямовуються на розрядку емоційної напруги. Помірний прояв цієї стратегії створює основу опірності труднощам, дає енергійність і підприємливість під час вирішення проблемних ситуацій, проявляється у вмінні відстоювати власні інтереси, здатності справлятися з тривогою в стресогенних умовах, що ми спостерігаємо у групі безробітних. Поєднання стратегій "Планування вирішення проблеми" та "Конфронтація" зі стратегією "Позитивна переоцінка", що передбачає позитивне переосмислення та розгляд ситуації як стимулу для особистісного зростання, орієнтованість на надособистісне, філософське осмислення проблемної ситуації, включення її у контекст саморозвитку особистості, разом зі зниженим використанням стратегій "Втеча –уникнення" та "Дистанціювання", вказує на активне протистояння ситуації. Таке протистояння поєднує в собі пошук рішення, переоцінку та емоційне відреагування, хоча досить високий рівень напруження копінгів "Уникнення" та "Дистанціювання" (50% та 50,2% відповідно) не виключає використання заперечення проблеми, фантазування, невиправданих очікувань,

відволікання або повного ігнорування проблеми. Ці стратегії виявляються ефективними для швидкого реагування у гострих стресогенних ситуаціях, оскільки швидко знижують емоційне напруження в ситуації стресу.

Встановлено, що працюючі надають перевагу стратегіям "Дистанціювання" (середній бал 54), "Позитивна переоцінка" (53 бали), "Планування рішень" (52 бали). Найменше використовується ними стратегія "Конфронтація" (47 балів). Однак оцінка відмінностей між групами показала наявність достовірних відмінностей лише за стратегією "Конфронтація" ( $U_{\text{емп}}=67$  балів при  $U_{\text{кр}}=87$  ( $p \leq 0.01$ ) та  $U_{\text{кр}}=107$  ( $p \leq 0.05$ )). Загалом, якщо безробітні активніші, емоційно напружені, то працюючі емоційно відсторонюються від ситуації.

Наступним кроком нашого дослідження буде встановлення зв'язку між копінг-стратегіями та переживанням професійної затребуваності особистості в обох досліджуваних групах.

### Література

1. Баріхашвілі І. Психологічні основи профорієнтації і професійного самовизначення. Навчально-методичний посібник. Миколаїв, 2009.

2. Петюх В. М. Мотивація активності безробітних на семінарах з техніки пошуку роботи. *Регіональні перспективи. Мотивація ефективної праці в ринковій економіці*. Полтава. 2002. № 3–4. С. 120–122.

3. Ільніцький Я. Вдосконалення роботи центрів зайнятості щодо активізації безробітних та пошуку роботи. *Регіональні аспекти розвитку продуктивних сил України*. 2010. № 15. С.82–86.  
URL: <http://rarrpsu.wunu.edu.ua/index.php/rarrpsu/article/view/63>.

**Кресан О. Д.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології НДУ ім.М.Гоголя, м.Ніжин, Україна

### **ПСИХОЛОГІЧНЕ КОНСУЛЬТУВАННЯ ОСІБ, ЩО ПОСТРАЖДАЛИ ВІД ВІЙНИ (ГУМАНІСТИЧНИЙ НАПРЯМОК)**

З початком війни в Україні зросла актуальність психологічних досліджень особистості військових та осіб, що були задіяні у військових діях чи постраждали внаслідок них. В галузі військової психології існує чимало напрацювань та

досліджень, які стосуються внутрішніх змін особистості під час війни і загалом психології військовослужбовців та цивільних (В.І.Алещенко, П.П.Криворучко, П.Лісовський, В.І.Осьодло, А.Романишин, В.Ягупов та ін.). Напрямки та форми психологічної допомоги у випадку травми війни залежать від кількох чинників:

- Цільова аудиторія клієнтів: діти, дорослі, військові, цивільні, свідки, учасники бойових дій або ті, хто спостерігали за їх перебігом з новин тощо.
- Наявність та ступінь фізичної і психологічної травми. Особи з фізичними травмами чи пораненнями часто мають вищий ступінь стресу і, відповідно, труднощі з психологічним здоров'ям.
- Зміст психологічної проблеми та запит клієнта.
- Метод, у якому працює психотерапевт, а також арсенал засобів психологічної допомоги, які він застосовує.

Ми розглядаємо психологічне консультування постраждалих від війни у напрямку гуманістичної психології, зокрема у феноменологічному підході К.Роджерса, оскільки методологія гуманістичної психології та підхід до особистості як до самоцінності дозволяють максимально екологічно надавати допомогу у випадку психотравми, ПТСР та інших труднощів, які спостерігаються у тих, хто постраждав під час війни.

Для початку з'ясуємо, яку категорію осіб можна назвати постраждалими від війни. Згідно з нормативно-правовими документами, [6] особами, які **постраждали** від військових дій, вважаються:

- Особи, які отримали поранення, контузію, каліцтво внаслідок війни;
- Особи, які зазнали:
  - фізичного насильства – отримання людиною у період перебування в зоні воєнних дій та збройних конфліктів тілесних ушкоджень різного ступеня, які завдали їй фізичного болю, спричинили розлади здоров'я;
  - сексуального насильства – перенесені насильницькі дії сексуального характеру у період перебування в зоні воєнних дій та збройних конфліктів, зокрема: демонстрування статевих органів; статеві зносини чи розпусні дії щодо особи, втягнення особи в зайняття проституцією або примушування її до зайняття проституцією; примушування до участі у виготовленні зображень, кіно- та відеопродукції, комп'ютерних програм, інших предметів порнографічного характеру, а також інші правопорушення проти статевої свободи та статевої недоторканності особистості;
  - Були викрадені або незаконно вивезені за межі України;

- Насильно залучалися до участі у діях воєнізованих чи збройних формувань;
- Незаконно утримувалися, у тому числі в полоні;
- Зазнали психологічного насильства – моральні та психологічні страждання (травми) людини, що не потребують доведення, і які вона перенесла внаслідок її проживання/перебування в умовах воєнних дій, збройних конфліктів, тимчасової окупації, її внутрішнього переміщення, залишення свого місця проживання / перебування у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, а також загибелі (зникнення безвісти), потрапляння у полон, смерті внаслідок поранення, контузії або каліцтва, отриманих на території, де здійснювалися військові дії [6].

Як бачимо, в правовому полі офіційно постраждалими визнаються ті, хто зазнали травм чи насильства, проте є ряд внутрішніх, психологічних страждань, що спричиняють біль, внутрішній дискомфорт і подальші труднощі в різних сферах та у взаємодії з оточенням. На думку фахівця з військової психології В.Ягупова, сама ситуація війни вже становить для людини загрозу для життя, а отже сильний стрес, що призводить до психологічних труднощів та навіть розладів. За словами автора, "перебуваючи тривалий час у ситуації воєнних дій, неможливо не страждати від різних психологічних розладів" [7 с.62].

А зарубіжні дослідники Мурті та Лакшмінараяна (Murthy and Lakshminarayana, 2006), вивчаючи психологічне здоров'я дітей та дорослих у різних зонах збройного конфлікту (Афганістан, Балкани, Камбоджа, Палестина та ін.), дійшли висновку, що психологічні травми, зумовлені війною, мають довготривалі наслідки для психіки як дітей, так і дорослих. І чим довший конфлікт, тим серйозніші симптоми мають постраждалі [8].

За даними ВООЗ 10% людей, які пережили травматичну подію, пізніше мають симптоми психологічної травми, а ще 10% демонструють поведінкові зміни або психологічні розлади, що є перешкодою для повноцінної участі в повсякденному житті. Найпоширенішими серед них, на думку авторів, є тривожний розлад, депресія і психосоматичні розлади [Цит. за: 8].

У такій ситуації людина потребує психологічної допомоги, що може бути забезпечена співпрацею з фахівцем-психологом або психотерапевтом. Одним із видів психологічної допомоги, що є ефективним у стресові ситуації, є психологічне консультування, яке дозволяє клієнтові дистанціюватися від своїх труднощів і знайти шляхи для їх вирішення. На думку науковців, що займалися цим питанням (Ю.Є.Альошина, Г.С.Панок, В.М.Федорчук, Р.С.Немов та ін.), основною метою психологічного консультування є

усвідомлення ситуації, що склалася в житті клієнта і можливого виходу з неї. Таким чином у процесі консультування має відбуватися пошук шляхів для розв'язання ситуації.

Варто зазначити, що коли людина перебуває під впливом сильного стресу або знаходиться в небезпеці саме в цей момент, психотерапія або глибинні методи психокорекції можуть виявитися не корисними і навіть небезпечними, оскільки механізми захисту, що активізуються в цій ситуації, покликані забезпечити виживання, а глибинна робота має на меті "нівелювати" захисні механізми з метою подальшого впливу на особистісні структури та самоусвідомлення. В таких випадках, на наш погляд, більш ефективними є методи, що базуються на вираженні та відреагуванні почуттів та виході зі стану "ступору" й емоційної замороженості. При цьому, звичайно, сам клієнт має перебувати в безпечному місці без прямої загрози для його життя чи здоров'я (або для його близьких) у цей момент.

Одним із таких методів є особистісно центроване консультування (К.Роджерс), методологічними засадами якого є феноменологія – вивчення суб'єктивного досвіду людини та його розуміння замість настанов і готових рішень. *Принципи*, на яких базується феноменологічне консультування в гуманістичному напрямку це насамперед загальні *визнання позитивної природи людини та унікальності її досвіду, відсутність критики та безоціночне ставлення до клієнта, а також емпатія і розуміння внутрішнього світу людини* таким, який він є, без власних інтерпретацій та суджень [4].

Консультування постраждалих від війни може стосуватися різних проблем та ситуацій, ступінь психотравми також може бути різний і, відповідно, лише консультування в такому разі може бути недостатньо, а клієнт потребуватиме психотерапії чи інших форм взаємодії. "Невтручання" психолога у вираження людини через емоції та розповідь, емпатія та фасилітація діалогу, визнання цінності досвіду сприяють побудові історії, яка потребує вираження та формулювання. Таким чином людина може безпечно поділитися своїм досвідом і, можливо, вперше розповісти про події, що з нею сталися [2]. Діалогічний та підтримуючий характер взаємодії психолога і клієнта, побудова відносин між ними, що, на думку К.Роджерса, мають зцілюючий ефект, поступово сприяють прийняттю клієнтом самого себе і пережитого ним досвіду. Як відомо, травматичні ситуації, особливо у випадку роботи з постраждалими від війни, часто пов'язані з заблокованими почуттями й неприйнятим, непережитим досвідом, коли людина картає себе

за щось, шкодує, протестує і т.ін. До таких належить т.зв. *провина того, хто вижив* – сукупність емоцій, що складаються з провини, печалі, самозвинувачень, горя тощо від втрати близьких або внаслідок того, що хтось інший сильно постраждав. Людині складно змиритися з тим, що відбулося, і вона подумки повертається в травматичну ситуацію і картає себе за зроблене чи не зроблене в той момент.

У таких випадках напрямками роботи в руслі гуманістичного підходу можуть бути:

- Спонування діалогу, фасилітація висловлювання людини про ситуацію та події, з яких вона складається.
- Сприяння вираженню почуттів, їх віддзеркалення.
- Вияв емпатії, розуміння людини, конгруентне ставлення, відсутність критики чи конфронтації.
- Повага до людини, її прийняття, не залежно від характеру її досвіду.
- Пошук ресурсів для самоприйняття, саморозвитку і постановки майбутніх цілей.
- Спрямування клієнта на використання пережитого досвіду в майбутньому, інтеграцію всього пережитого для побудови майбутнього щасливого життя.

Таким чином, консультування клієнтів, які постраждали від війни, передбачає насамперед визначення ступеня травми чи емоційних, психологічних, міжособистісних або внутрішньо особистісних труднощів, які відчуває людина. Наступним етапом роботи є побудова діалогу та довірливих відносин з людиною. Ставлення психолога і клієнта один до одного в процесі консультування має більше значення, ніж техніки та прийоми роботи. Люди, які постраждали від війни, можуть відчувати сукупність негативних почуттів, фізичний біль, переживати горе і втрати, тому безоціночне ставлення, емпатія та простір для самовираження сприяють саморозумінню людини та продуктивному переживанню нею травматичних ситуацій і подій, які з нею відбулися.

### **Література**

1. Зварич І.М. Екзистенційна та гуманістична психологія : навч. посібник / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович ; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2019. 496 с. URL:



<https://archer.chnu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/2651/%D0%95%D0%BA%D0%B7%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B5%D0%BD%D1%86%D1%96%D0%B8%D0%CC%86%D0%BD%D0%B0%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B3%D1%83%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D1%96%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

2. Кресан О. Д. Життєві історії учасників АТО / О. Д. Кресан // *Військова психологія у вимірах війни і миру* : проблеми, досвід, перспективи : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. К. : КНУ імені Тараса Шевченка, 2016. С. 50–53. URL: [https://psy.knu.ua/files/pdf/web/download/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA\\_%D1%82%D0%B5%D0%B7\\_%D0%92%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0\\_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F\\_2016.pdf](https://psy.knu.ua/files/pdf/web/download/%D0%97%D0%B1%D1%96%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%BA_%D1%82%D0%B5%D0%B7_%D0%92%D1%96%D0%B9%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_2016.pdf)
3. Осьодло В. І., Зубовський Д. С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи // *Український психологічний журнал*. № 1 (3) 2017. С. 63-79.
4. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека [Пер. с англ.] / Общ. ред. и послесл. Исениной Е. И. М.: Издательская группа "Прогресс", 1998. 480 с. URL: <http://psylib.org.ua/books/roger01/index.htm>
5. Основи військової психології : навч. посіб. / Г. В. Бондарев, П. П. Круть ; Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2020. 272 с. URL: <http://dspace.univd.edu.ua/xmlui/handle/123456789/9309>
6. Порядок надання статусу дитини, яка постраждала внаслідок воєнних дій та збройних конфліктів URL: [https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/%D0%9F%D0%BE%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BE%D0%BA\\_%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F\\_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%81%D1%83\\_%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B8,%\\_D1%8F%D0%BA%D0%B0\\_%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B0\\_%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA\\_%D0%B2%D0%BE%D1%94%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%85\\_%D0%B4%D1%96%D0%B9\\_%D1%82%D0%B0\\_%D0%B7%D0%B1%D1%80%D0%BE%](https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php/%D0%9F%D0%BE%D1%80%D1%8F%D0%B4%D0%BE%D0%BA_%D0%BD%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%83%D1%81%D1%83_%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B8,%_D1%8F%D0%BA%D0%B0_%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B0_%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%BE%D0%BA_%D0%B2%D0%BE%D1%94%D0%BD%D0%BD%D0%B8%D1%85_%D0%B4%D1%96%D0%B9_%D1%82%D0%B0_%D0%B7%D0%B1%D1%80%D0%BE%)

D0%B9%D0%BD%D0%B8%D1%85 %D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%84%D0%BB%D1%96%D0%BA%D1%82%D1%96%D0%B2

7. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник / З. Г. Кісарчук, Я. М. Омельченко, Г. П. Лазос, Л. І. Литвиненко, Царенко Л. Г.; за ред. З. Г. Кісарчук. К. : ТОВ "Видавництво "Логос". 207 с. URL: [http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BC%2017\\_03\\_2015.pdf](http://psychology-naes-ua.institute/userfiles/files/%D0%9F%D0%9E%D0%A1%D0%86%D0%91%D0%9D%D0%98%D0%9A%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D0%B3%D0%B0%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BC%2017_03_2015.pdf)
8. Murthy, S.S. and Lakshminarayana R. (2006) Mental health consequences of the war: a brief review of research findings. World Psychiatry 5(1): 25-30.

**Ласкавая М. С.**

студентка магистратуры Нежинского государственного университета  
имени Николая Гоголя

**Научный руководитель – Наконечная М. Н.**

кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и практической  
психологии Нежинского государственного университета  
имени Николая Гоголя, г. Нежин, Украина

## **ВОСПРИЯТИЕ ВНЕШНОСТИ ЧЕЛОВЕКА**

Интерес к теме внешности волнует достаточно давно, однако именно сейчас она набирает популярность. Вследствие развития СМИ и проявления социокультурных стандартов, прогрессирует культ красоты, появляется "озабоченность" внешним видом, что приводит к ухудшению психологического и физического здоровья у людей.

Рамси Н. и Харкорт Д. в своей работе писали: "Внешность человека – это универсальная тема, которая имеет значение для всех без исключения. <...> Люди всегда проявляли интерес к тому, как они выглядят, и активно предпринимали самые разные действия для совершенствования своего внешнего

вида, однако в современном обществе обеспокоенность людей своей внешностью достигла размеров эпидемии". [3, с.13]

Почему так происходит?

Мода, телевидение, гляцевые журналы диктуют стандарты красоты, рамки того, как необходимо выглядеть, чтобы казаться красивыми, стать успешными, удачно выйти замуж или получить карьерный рост.

Бодалев А.А. утверждал, что "на восприятие человека человеком влияют такие факторы как: жесты, мимика, голос, компоненты внешнего облика – одежда, прическа, украшения. <...> От оформления облика человека зависит (больше или меньше) характер впечатления, которое складывается о нем". [1, с. 56]

Великие авторы: Цицерон, Аристотель, Шекспир, Оскар Уальд придерживались мнения, что по ней можно прочитать: характер, уровень достатка, благополучия, интеллектуального развития, состоянию физического и психологического здоровья.

В современном мире начала прогрессировать индустрия красоты: пластическая хирургия, косметология, спортивные секции, диетология.

Как результат, в погоне за улучшением внешности, мы получаем двоякую тенденцию: некоторые люди улучшают своё здоровье – занимаются спортом, правильным питанием, а некоторые – прибегают к хирургическому вмешательству, небезопасным процедурам, что только ухудшает здоровье.

Рамси Н. и Харкорт Д. писали: "Многие из людей, испытывающих неудовлетворенность, связывают со своей внешностью возникающие у них проблемы и начинают верить в то, что их жизнь станет гораздо лучше, если они будут выглядеть по-другому". [3, с. 215] Однако, пластическая хирургия, а также небезопасные косметологические процедуры, не всегда оправдывают ожидания, что приводит к дополнительному стрессу, ухудшению психологического здоровья.

Добролюбова А.В. в своей книге "Психология красоты" писала: "... когда мы размышляем о том, что наша жизнь могла бы сложиться по-иному, не так, как сейчас, лучше и успешнее, то основной причиной своих поражений и неудач мы считаем недостатки своей внешности". [2, с. 2]

Именно поэтому, тема восприятия внешности человека является актуальной для исследования и ее следует изучать, чтобы обезопасить более молодое поколение, стремящее к погоне за красотой.

## Литература

1. Бодалев А. А. Восприятие человека человеком. 2-е изд. М.: Издательский дом "Энциклопедист-Максимум"; СПб.: Изд. дом "Мирь", 2015. – 240 с., ил
2. Добролюбова А.В. Психология красоты. Тренинг привлекательности для девушек. – 435 с.
3. Рамси Н., Харкорт Д. Психология внешности / Пер. с англ. – СПб.: Питер, 2009. – 256 с.. ил. – (Серия "Мастера психологии").

**Литовченко Н. Ф.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна.

### **ТРАНСФОРМАЦІЙНА РЕАЛЬНІСТЬ АРТТЕРАПІЇ**

Вже на зорі цивілізації для лікування душі та тіла використовувалися різні види мистецтва, однак мистецькі твори виконували все ж переважно декоративні (для прикрашання житла та тіла) і магічні функції (відлякування злих духів і, навпаки, умолостивлення добрих, обереги тощо). Отже, художні образи були частиною ритуалів, спрямованих на захист та допомогу – носили психотерапевтичну функцію. Спільні рухові узгоджені дії, співання, обнімання (передвісники музичної, танцювальної, тілесної терапії) напередодні важливих подій, таких як війна чи полювання, використовувалися як засіб налаштування, формування певних установок та відновлення психологічних ресурсів.

Відомі ідеї Платона, пов'язані з музикотерапією. На його думку, ритми і лади, впливаючи на думку, роблять людину більш гармонійною. Услід за Платоном і Піфагором ідеї про вплив мистецтва на людину розвивав Арістотель у вченні про катарсис – концепцію "очищення" душі людини в процесі сприйняття мистецтва. Споглядаючи художні образи та співпереживаючи героям давньої трагедії, антична людина отримувала доступ до власних витіснених переживань, які приносили страждання і мала змогу вивільнити, виразити їх через сльози та емпатійне співстраждання з героями античної трагедії. Арістотель вказував, що таке очищення (катарсис) сприяє оновленню моральних критеріїв суспільства.

Мова художніх образів є універсальною мовою, яка в символічній формі

містить загальнолюдські поняття.

Наукова практика використання художніх образів у процесі психологічної допомоги, спочатку в лікуванні хворих, які мають психічні розлади, відноситься до початку ХХ ст. В цей час арттерапія розвивається в контексті теоретичних ідей З. Фрейда і К. Юнга.

З. Фрейд пов'язував процес сублімації, завдяки якому соціально неприйнятні переживання, що виникають через фрустрацію інстинктуально заряджених бажань, трансформуються у специфічну діяльність – створення художніх образів. Така трансформація енергії Ід допомагає позбутися переживань, відіграє роль компенсанції: "Мистецтво – ілюзія, що відводить від життя за допомогою фантазії. Мистецтво збуджує нас як слабкий наркотик і дає нам тимчасове сховище від труднощів." [1, 238].

Юнг дійшов висновку, що емоційно "навантажені" образи мають бути виведені з несвідомого, оскільки, залишаючись там, вони можуть негативно впливати на психологічне самопочуття особистості. Сни, спогади, історії та мистецтво здатні вивести витіснені образи у пласт свідомості. Особливий інтерес Юнга викликали мандали чи "магічні кола" як у власних малюнках, і у малюнках своїх пацієнтів. Юнг виявив взаємозв'язок між образом і психікою та розвинув основи розуміння змісту символічних образів у процесі вивчення архетипів та їх універсальних проявів у образотворчому мистецтві. К. Юнг вважає, що після виявлення основних внутрішньопсихічних конфліктів і вираження їх через мистецтво, художню діяльність, особистість зможе самостійно регулювати свою психічну діяльність, розкриваючи сховані можливості, розвиваючи самоцілювальні можливості психіки [1].

У зв'язку з цим суть арттерапевтичного впливу полягає в тому, що емоційне напруження, почуття, пов'язані з стресогенною чи травмівною ситуацією, за допомогою різних засобів мистецтва та художньої практики знаходять своє зовнішнє вираження, доводяться до катарсичної розрядки, внаслідок чого зменшується рівень душевного болю, стає можливим відчуття психологічного комфорту, гармонії з самим собою.

### **Література**

1. Юнг К. Г. Дух в человеке, искусстве и литературе / К. Г. Юнг. науч. ред. перевода В. А. Поликарпова. Минск: ООО "Харвест", 2003. 384 с.

Магістрантка 2-го курсу магістратури Ніжинського  
державного університету імені Миколи Гоголя  
Науковий керівник – доктор психологічних наук, професор кафедри  
загальної та практичної психології **М. В. Папуча**  
м. Ніжин, Україна

## **МЕХАНІЗМ ВИНИКНЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ ПРИ ВИВЧЕННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ**

Вивчення іноземних мов набуває все більшої популярності в умовах поглиблення міжнародного співробітництва, економічної інтеграції та трансформації ринку праці, оскільки оволодіння іноземною мовою є засобом взаємодії представників різних націй та культур. Однією з вимог, що висуваються роботодавцями на сучасному етапі, є володіння претендентом хоча б однією іноземною мовою, що свідчить про конкурентоспроможність найманого працівника. Отже, актуальність вказаної проблеми є очевидною.

В процесі засвоєння іноземної мови студенти зіштовхуються з різноманітними труднощами та помилками. Серед них, безперечно, постають психологічні бар'єри.

Аналіз літератури з проблем психологічних бар'єрів у вивченні іноземних мов показав, що така проблема не нова, та цікавила багатьох психологів і педагогів, що свідчить про її важливість і актуальність.

Важливе значення для розкриття генезису психологічних бар'єрів мають дослідження, спрямовані на вивчення психічних станів та емоційної стійкості особистості в екстремальних умовах діяльності (Ф.Е. Василюк [2], Л. І. Єрмолаєва, М.Д. Левітов [7], Я.О. Лупьян, А.А. Прохоров та ін.) [11].

Теоретичні основи розуміння психологічних бар'єрів представлені в роботах закордонних дослідників. Це психоаналітична теорія З. Фрейда та його послідовників (К. Юнга, К. Хорні, О. Феніхеля та ін.), гуманістична концепція особистості А. Маслоу, К. Роджерса, уявлення про особистість, що розвиваються К. Левіним і Е. Берном, когнітивний напрямок в інтерпретації особистості Дж. Келлі, а також дослідження інших учених, так чи інакше розглядають феноменологію психологічних бар'єрів [8].

А.В. Петровський, М.Г. Ярошевський [9; с. 36] вважають, що психологічний бар'єр – це психічний стан, який проявляється в неадекватній пасивності суб'єкта, що перешкоджає виконанню їм тих або інших дій. Емоційний механізм психологічного бар'єра полягає в посиленні негативних переживань і установок –

сорому, почуття провини, страху, тривоги, низької самооцінки, які асоціюються із завданням. К.К. Платонов [10] вказує, що психологічний бар'єр це мотив, що перешкоджає виконанню певної діяльності або дії. М.І. Конюхов [6] визначає психологічні бар'єри як інтенсивні емоційні переживання, частіше негативного плану (сором, почуття провини, страху, тривоги, низька самооцінка тощо), які заважають діяльності, реалізації особистісного смислу, особистісної потенції. Р.Х. Шакуров [12] розглядає психологічний бар'єр особистості як психологічну категорію, що є необхідною умовою саморозвитку особистості.

До психологічних бар'єрів можна віднести наступні переживання: острах критики й осміяння, недовіра, непевність, відраза, відсутність сталого інтересу до своєї діяльності, сумніви, страх тощо. Часто людина побоюючись труднощів, ухиляється від них і тому не стикається з психологічними бар'єрами. Однак таке поводження деформує життєвий шлях людини, перешкоджає її самореалізації як особистості. Отже, є реально діючі психологічні бар'єри та бар'єри, що зафіксовані в пам'яті індивіда для тієї або іншої ситуації [8].

Психологічні бар'єри відчуються студентами як складності у спілкуванні, тривожність, нерішучість, страх припустити помилку або дати невірну відповідь, а також як занижена самооцінка та навіть агресія. Ці бар'єри є причиною зменшення ефективності та успішності діяльності, виникнення напруги, непевності та негативних переживань щодо будь-якої ситуації або проблеми. У зв'язку з цим студенти не можуть адекватно реагувати на різні ситуації та зіштовхуються з труднощами в різних сферах свого життя.

Західні вчені при вивченні психологічних бар'єрів в пізнанні іноземної мови виділяють наступні: англофобія (психологічна відраза до англійської мови); непевненість в собі та сором під час вимовляння слів або тексту іноземною мовою; страх нового синтаксису та нової лексики, з ними учні зіштовхуються при самостійній побудові речень; неочікувана мовленнєва діяльність (вивчення іноземної мови також включає в себе розвиток навичок говоріння, вміння підтримати та продовжити будь-яку тему на мові, що вивчається); емоційний стан учня (відчуття суму, страху, гніву, тривоги або піднесення) впливає на сприйняття, заважаючи учневі сконцентруватися на змісті повідомлення викладача або однокласника, якщо він є емоційно скутим; страх невдачі, котрий змушує багатьох учнів нервувати під час розмови на іноземній мові, тому що вони більше концентруються на почуттях, аніж на запропонованій їм темі; короткострокова пам'ять [1].

У вітчизняній психології поняття "психологічний бар'єр" розглядається або як характеристика якостей особистості, або як аналіз виду пізнавальної і творчої

діяльності [3]. Окрема увага приділялася також вивченню видів психологічних бар'єрів: смислові, емоційні бар'єри в спілкуванні, психологічні бар'єри в навчальній діяльності.

Всі психологічні бар'єри можна умовно розділити на три підтипи, які наочно представлені в наступній таблиці.

**Підтипи психологічних бар'єрів**

<b>Підтип бар'єру</b>	<b>Опис</b>
Мовний та мовленнєвий	Нерозуміння сенсу повідомлення або його компонентів, надлишкова складність, неясність намірів відправника, недостатні знання, невірна методика навчання / вивчення
Міжособистісний	Негативні відносини між учасниками комунікації, що перешкоджають досягненню взаєморозуміння
Індивідуальний	Перешкоди, пов'язані з особистісними особливостями (сором'язливість, нерішучість, невпевненість, особливості темпераменту і характеру та ін.), а також з особливостями їхньої мовної поведінки; рівень мотивації

Психологічним бар'єром є такий стан особистості, при якому людина діє неузгоджено зі своїми внутрішніми переконаннями. Їй стає дійсно важко реалізувати себе в якійсь справі, досягати поставленої мети та й просто бути відкритою у спілкуванні з оточуючими [11].

Відповідно до психологічного словника С. Ю. Головіна, психологічний бар'єр – це психічний стан, котрий проявляється як неадекватна пасивність, що перешкоджає виконанню тих чи інших дій. Часто виявляється в ділових та особистих взаєминах, перешкоджаючи встановленню довірчих контактів з оточуючими [4].

Б. Д. Паригін визначає психологічний бар'єр як стан або властивість індивіда, що гальмує реалізацію духовно-психічного потенціалу в процесі його життєдіяльності, стійку установку або психічний настрій особистості. Він виділяє внутрішні бар'єри особистості (це труднощі, пов'язані з особистісними особливостями, такими як конформність, нерішучість) і зовнішні бар'єри, причина яких знаходиться поза особистістю, наприклад нерозуміння з боку іншої людини, брак інформації) [1].

Можна зробити висновок, що психологічний бар'єр, що виникає при вивченні іноземної мови, – це поширене явище, яке характеризується внутрішньо особистісними труднощами, котрі виникають в конкретних навчальних ситуаціях, та відображається на діяльності людини, полягаючи в неможливості оцінювати те,



що відбувається, шукати шляхи вирішення проблеми, а також нездатності контролювати свої емоції.

Студенти, які навчаються на немовних факультетах вузів, досить часто стикаються з безліччю труднощів в оволодінні іноземною мовою з огляду на її специфічні особливості як навчального предмета. На відміну від інших навчальних предметів, оволодіти котрими можна через вивчення їхніх окремих галузей, іноземна мова, за умови її успішного оволодіння, вимагає знання всіх її аспектів (таких, як граматики, лексика, навички читання) [6]. Вивчення іноземної мови вимагає витрат енергії і сил, а найголовніше – щоденної систематизованої роботи. Така особливість мови викликає в учнів почуття нездоланності, страху і невпевненості в своїх силах.

Студенти можуть знати граматичні структури, мати хороший словниковий запас, але через відсутність мовної практики вони не можуть їх використовувати в своїй розмовній мові. У зв'язку з питанням практики спілкування слід підкреслити, що весь процес навчання на заняттях з іноземної мови повинен бути побудований так, щоб створювалися ситуації, максимально наближені до реальності. Необхідно, щоб всі мовні навички, зразки так вміння тренувалися, практикувалися в умовах, максимально наближених до реальності. Студенти повинні розуміти, що кожне конкретне слово, кожна конкретна ситуація потрібні для вирішення того чи іншого комунікативного завдання як на заняттях, так і в реальному житті.

Ще однією проблемою, котра може викликати мовний бар'єр, є брак мотивації у студентів. Мотиваційний конструкт дуже важливий, і бажання говорити, спілкуватися, бажання висловлювати свої ідеї є основним моментом того, що людина може спокійно говорити і не відчувати ніякого мовного бар'єру. На заняттях з іноземної мови необхідно створювати такі комунікативні ситуації, які будуть цікаві студенту. Особливо це важливо при вивченні ділової англійської: викладач повинен дуже добре розбиратися в специфіці діяльності своїх студентів.

Необхідно також емоційно впливати, створювати такі ситуації спілкування, в яких студенту захочеться висловити свою думку, погодитися або спростувати сказане. Коли задіяний емоційний фон, людина починає говорити спонтанно: вона починає забувати, що вона говорить іноземною мовою. Для неї першорядну важливість набуває сама мета спілкування і мета висловити якусь ідею, а не засоби, за допомогою яких потрібно висловлювати ту чи іншу думку.

Якщо причина виникнення мовного бар'єру – негативний психологічний настрій, то тут може допомогти довга і старанна робота над собою, а також своїми установками. Якщо студенти постійно переживають почуття страху, що вони скажуть що-небудь невірно, неправильно зрозуміють свого співрозмовника або ж

просто будуть виглядати об'єктом насміхань, цей стан лише робить їх ще більш тривожними. Тому тут будуть доцільними деякі психологічні методики: застосування технік релаксації і медитації, самонавіювання, опрацювання власних страхів, а також пошук внутрішніх ресурсів для їх подолання.

Успішність оволодіння іноземною мовою залежить не тільки від внутрішніх чинників, що визначають здібності студентів до вивчення іноземної мови, а й від здатності до самостійної роботи і самоорганізації. Важливу роль відіграє і зовнішній фактор організації самого процесу навчання, методи роботи викладача і технічне забезпечення навчального процесу [11].

Отже, серед факторів, що сприяють виникненню психологічних бар'єрів в процесі вивчення іноземних мов можна назвати: страх зробити помилку, невпевненість у собі, внутрішнє хвилювання, недостатнє знання граматики та словникового запасу, відсутність розмовної практики і страх перед викладачем.

Також можна сказати про те, що до виникнення психологічних бар'єрів найчастіше схильні люди із заниженою самооцінкою, схильні до самокритики й такі, що сумніваються в своїх здібностях, уміннях і знаннях. Безпричинна скутість і тривожність під час заняття, спровоковані наявністю психологічного бар'єру, знижують ефективність навчальної діяльності та призводять до незадоволеності самим процесом навчання, заважають реалізації пізнавальних та інших потреб.

Однак можна виділити й такі чинники, що впливають на успішність засвоєння іноземної мови [11]:

- Мотивація. Студенти з високим рівнем мотивації частіше досягають хороших результатів, аніж ті, що навчаються з низькою мотивацією;
- Впевненість у собі. Успіх у вивченні мови безпосередньо залежить від того, як людина оцінює себе і свої сили;
- Низький рівень тривожності забезпечує більш високий результат в засвоєнні іноземної мови.

Проте не слід забувати, що людина може бути впевненою в собі, також добре знати граматику і мати великий пасивний словниковий запас і при цьому все одно відчувати труднощі в спілкуванні іноземною мовою. Отже, для ефективного навчального процесу важливу роль відіграватиме моделювання життєвих та максимально наближених до реалій ситуацій, які уможливають перенос лексичного запасу та граматичних конструкцій з пасивного в активний стан у певних контекстах. Слова і фрази слід не просто заучувати, але й постійно повторювати вголос, "приміряти" на себе різні ситуації, промовляючи якомога більше слів, для того щоб не тільки сприймати їх на слух, але й застосовувати в мові для усного пояснення та опису тих чи інших явищ, предметів, тощо.

Мову, як і будь-яку іншу навичку, можна засвоїти лише за допомогою тренування. Чим швидше людина почне тренуватися, тим швидше зможе позбутися бар'єрів у вивченні іноземної мови.

Таким чином, можна зробити висновок про те, що перешкодами, які знижують ефективність вивчення іноземної мови, є психологічні бар'єри – психічні стани, що гальмують розумові процеси, котрі не дозволяють навіть здібним студентам в повній мірі розкрити свій творчий потенціал. Оскільки студенти схильні до високої тривожності, страху невдачі, низької самооцінки, невпевненості та надмірної самокритики, які не дозволяють їм самостійно приймати рішення, то внаслідок цього вони болісно реагують на різного роду ситуації. Та варто ще раз підкреслити, що психологічні бар'єри при вивченні іноземних мов можна і треба долати шляхом невинної праці та самовдосконалення, а також за допомогою створення сприятливих для навчального процесу умов.

### Література

1. Аблашева Е. А. Психологические барьеры в изучении иностранных языков в подростковом возрасте // Наука и образование ONLINE (Новости науки). – 2017. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://student.eeescience.ru/listing/psihologicheskie-barery-v-izuchenii-inostrannyh-yazykov-v-podrostkovom-vozhraсте/>.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций / Ф.Е. Василюк [предисл. В.П. Зинченко]. – Москва: Изд-во МГУ, 1984.
3. Глазкова И. Я. Исследование проблемы барьеров в отечественной психологии // Вестник Таганрогского Государственного Педагогического Института. – 2012. – № 1с. – С. 137–142. – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-problemy-barierov-v-otechestvennoy-psihologii>.
4. Головин С. Ю. Словарь практического психолога. – Минск: Харвест, 2007. 976 с.
5. Зимняя И. А. Психология обучения иностранным языкам в школе. – Москва: Просвещение, 1991. 222 с.
6. Конюхов Н.И. Словарь-справочник по психологии / Н.И. Конюхов. – М., 1996. 224 с.
7. Левитов Н.Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д.Левитов // Вопросы психологии, 1967. – №6. С. 38-58.
8. Массанов А.В. Психологические барьеры в деятельности людини – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/4\\_2009/5.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2009/4_2009/5.pdf).

9. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. Психология. Словарь. – 2-е изд. – Москва: Политиздат, 1990. 494 с.

10. Платонов К.К. Краткий психологический словарь системы психологических понятий: учеб. пособие для заведений профтехобразования / К.К. Платонов. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Высшая школа, 1984. 174 с.

11. Сергеева А. В., Чаплыгина О. В. Проблема психологических барьеров при изучении иностранного языка // Научно-методический электронный журнал "Концепт". – 2019. – № 6 (июнь). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2019/192024>.

12. Шакуров Р.Х. Барьер как категория и его роль в деятельности // Вопросы психологии. – 2001. – №1. – С. 3-18.

**Лозбина А. В.**

студентка магістратури Ніжинського державного університету  
імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## **КОСПЛЕЙ – СПОСІБ САМОВИРАЖЕННЯ ЧИ БАЖАННЯ БУТИ ПОБАЧЕНИМ І ПОЧУТИМ**

Людина, її психіка та поведінкові норми – завжди були об'єктом досліджень багатьох наук. Психологія не є винятком, а радше навпаки. На поведінку людини безумовно впливають зовнішні чинники: матеріально-побутові умови, взаємовідносини з людьми, середовище у якому проживає людина, а останнім часом і віртуальне життя( соціальні мережі, онлайн клуби за інтересами, комп'ютерні ігри і т.п)

І якщо доросла людина в змозі проаналізувати все, що відбувається навколо неї, дати оцінку подіям та вчинкам, зробити для себе певні висновки і профільтрувавши інформацію прийняти самостійне рішення, то дитина, навіть якщо це підліток, за браком життєвого досвіду і бажанням бути дорослим, цього зробити в повній мірі ще не може. Психіка підлітка є ще хиткою і знаходиться у стадії формування та загартування від зовнішніх впливів.

Є багато запропонованих критеріїв виокремлення психологічних вікових груп. Підлітковий вік охоплює різні вікові рамки. Наприклад, Д.Б. Ельконін визначив підлітковий вік – 10(11-13)-14 років, а В.Ф.Моргун та Н.Ю Ткачова – 11-15 років. Оскільки немає загальноприйнятих визначення вікових рамок

підліткового віку, Організація Об'єднаних Націй прийняла рішення до підліткового віку віднести осіб 10-19 років.

Світ за останні десятиліття зробив величезний стрибок уперед у розвитку інноваційних технологій. Чи не щодня на ринку з'являється технологічні новинки. І якщо дорослі за браком часу, відсутністю потреби чи небажанням не гоняться за цим, то підлітки прагнуть бути в тренді всього нового. За думкою підлітків, якщо вони не знатимуть останніх брендів, то будуть нецікавими для своїх друзів. Адже, саме друзі стають авторитетами, прикладом для наслідування, людьми, яким можна довірити таємницю. Саме у підлітковому віці пошук друга стає головною необхідністю. А от авторитет батьків та вчителів втрачається. Вчителі і батьки розводять руками, що сталося з дитиною, яка ще вчора була вмотивована до навчання, була чемною і не дозволяла собі різко відповідати на зауваження вчителів?

Батьки не розуміють як таке може трапитися, що їх дитина, яка завжди ділилася секретами, детально розповідала як пройшов її день зараз може обмежитися фразою "Все нормально". Також для батьків стає несподіванкою нові захоплення та вподобання своєї дитини. Підліток прагне постати перед світом "новим", не таким, якого знають чи звикли бачити. Це ніби крок між дитинством і дорослістю, який так швидко прагне зробити підліток. Тому підлітки часто прагнуть змінити те, що не вимагає великих зусиль – зовнішність. Тому у них виникають бажання зробити пірсинг, пофарбувати волосся у яскравий колір, набити татуювання. Змінюється вподобання і в одязі. Зазвичай обирають одяг мішкуватий, не яскравих кольорів, на декілька розмірів більший, аргументуючи це тим, що їм так комфортно і це такий спосіб самовираження. Батьки, не відразу сприймають і підтримують у дітей у їх бажаннях. Слова "ти мене не розумієш", "моєму другу/моїй подрузі батьки дозволяють", "ти нічого не тямив у моді"... змушують батьків піддатися волі дитини.

Батьки для себе це пояснюють тим що, по-перше, так можна зберегти дружні відносини з дитиною; по-друге, щоб бути прикладом батьків, які розуміють своїх дітей; по-третє, легше змиритися, а ніж переконати дитину-підлітка в протилежному; по-четверте, батьки шукають цьому виправдання: "... а що? Так всі ходять", "зараз такі часи, така мода", "скоро йому/їй це набридне і він повернеться до попереднього образу". І таких "по-...", може бути безліч.

Самовираження – це спосіб заявити про себе, звернути на себе увагу, виділитися поміж інших. Є багато способів для самовираження: через творчість, спорт, волонтерство і т.п. Підлітки ж частіше всього обирають самовираження за

зовнішнім виглядом. Зазвичай підлітки хочуть бути схожими на тих ким захоплюються і кого звикли бачити по ту сторону екрану.

Косплей – для сучасного підлітка дуже важливий. Адже перебравши на себе зовнішній образ улюбленого героя, підлітки намагаються наслідувати і його психологічний стан.

Останнім часом над популярним для підлітків стає аніме. В акаунтах соціальних мереж у підлітків на аватарах ми бачимо анімешних героїв. І це не поодинокі випадки. Зараз аніме щось на кшталт підліткової субкультури.

Аніме – японські мультфільми, які передають насамперед не яскраві образи, а культуру Японії. Але ж підлітки ставлять акцент саме на образах-персонажах. Що їх так зацікавило у цих образах? Насамперед, герої аніме теж підлітки, адже аніме в першу чергу розраховане на аудиторію 10-15 років. Герої мають здавалося б такі ж проблеми, що і наші підлітки. Головний меседж анімешних мультфільмів – пошук сенсу життя, дружби, кохання. Анімаційні герої здебільшого самотні і прагнуть відшукати себе у світі, знайти справжніх друзів, хочуть відчувати себе потрібними будь-якою ціною. Саме такими почуваються і підлітки – самотніми та в пошуках розуміння. А зовнішній вигляд, який вони перейняли у аніме-героїв доповнює їх образ і допомагає привернути увагу оточуючих. Оскільки яскраво пофарбоване волосся та макіяж часто викликають обурення серед дорослого населення, власники яскравого образу знову ж таки залишаються без підтримки та розуміння. Натомість підвищують поріг яскравості у своєму образі.

Тому варто задуматися в першу чергу дорослим, косплей – це сліпе наслідування гаджетних героїв чи бажання підлітків бути побаченими і почутими? Від нас, дорослих, залежить чиїм життям буде жити дитина-підліток – своїм чи вигаданого героя. Головне не втратити цей "останній дюйм" переходу дитини у стадію підлітка.

**Мар'яненко Л. В.**

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник  
лабораторії психології навчання імені І.О. Синиці Інституту психології  
імені Г.С. Костюка НАПН України, м.Київ, Україна

**Пушкарська Л. П.**

молодший науковий співробітник лабораторії психології навчання  
імені І.О. Синиці Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України,  
м. Київ, Україна

## **МІЖСОБИСТІСНІ РЕГУЛЯТОРИ РОЗВИТКУ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НОРМАЛЬНИХ УЧНІВ І УЧНІВ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ ГУМАНІСТИЧНОГО НАВЧАННЯ**

На основі підходів гуманістичної психології, представниками якої були такі видатні психологи, як: Ш. Бюлер, К. Гольдштейн, А.Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Р.Бернс. та ін. Роджерс К. у власному феноменологічному напрямку створив концепцію гуманістичного навчання на протигагу традиційній системі освіти.

У гуманістичному навчанні розвиток особистості досягається за допомогою підтримуючих стосунків його учасників. Взаємодія вчителя з учнями прирівнюється з роботою терапевта (лікаря-психотерапевта) з пацієнтами (пацієнтом). Гуманістична взаємодія вчителя з учнем зводить до мінімуму страхи і неспокій учня, його захисні реакції і забезпечує самовираження учня, навіть досягається самоактуалізація учня, а через це розвиток його особистості. Вчитель демонструє своє ставлення до учня так, аби учень зрозумів, що він приймається вчителем. Вчителем створюється психологічна атмосфера прийняття кожного кожним у класі. За таких умов учень відкрито виражає думки і почуття, стаючи собою. Вчитель змінює міжособистісну взаємодію з негативної на позитивну. Він не стільки навчає учнів, скільки спрямовує кожного учня на самостійне навчання, вводить у самостійне творче пізнання. Занурення у самостійне пізнання захвачує всю особистість учня – його почуття, думки, дії, ставлення. Учень починає спиратися на себе, на свою самооцінку, він стає відповідальним, а оцінка інших починає для нього бути незначущою, такою, що не викликає страхів і руйнування його внутрішнього світу. Саме через цей захисний механізм в учня розвиваються внутрішня незалежність, відповідальність, творчі здібності.

В гуманістичному навчанні учень, відносно самостійний у навчально-пізнавальній діяльності, входить у рівноправну партнерську взаємодію з

учителем. Вчитель виконує роль консультанта і помічника, учні звертаються до нього, як до рівного партнера, обговорюють з ним питання, спілкуються. У самостійній пізнавальній діяльності (за умови гуманістичного навчання) кожен учень вчиться за своїми індивідуальними можливостями. Учні з вадами слуху в даному випадку відчують психологічний комфорт від того, що групове спілкування зведено до мінімуму, натомість превалює спілкування учня з книгами та індивідуальне спілкування з учителем. Саме це дозволяє таким учням досягати успіху в навчанні і не відчувати зайвих стресів від оцінок учителя, приниження з боку інших учнів.

На наш погляд, міжособистісна взаємодія може бути розвивальною, нейтральною і руйнівною стосовно впливу на учня. Гуманістична психологія проголошує допустимою лише позитивну розвивальну взаємодію. Нейтральна та руйнівна взаємодії у гуманістичній школі неприпустимі

Роджерс К. поділив учителів на ефективних і неефективних. Ефективний учитель робить акцент на ефективності і творчості, а не на оцінюванні. Результатом особистісного розвитку учнів у ефективних вчителів є збагачення їх "я-концепції".

У позитивній міжособистісній взаємодії має досягатися зворотній зв'язок діади "вчитель-учень". Для вчителів, які виявляють бажання опанувати вміннями гуманістичного навчання, необхідною є організація спеціальних навчальних занять і тренінгів [3; с.349-386.]. Вчитель має пройти тренінги для оволодіння навичок підтримуючих стосунків. Тренінги відбуваються протягом кількох років. У гуманістичному навчанні роль вчителя передбачає надання учням допомоги і створення сприятливої для них психологічної атмосфери, емоційного та інтелектуального зростання [1; с. 9].

У гуманістичному навчанні вчитель має бути водночас і висококваліфікованим психотерапевтом. Для викладання у гуманістичному навчанні вчителі мають пройти спеціальну підготовку і навчитись створювати виражені фасилітуючі умови: емпатію, конгруентність, позитивне прийняття себе і учнів. За таких умов учні краще відвідують школу, демонструють більш високі оцінювання себе по шкалі "я-концепція", тобто в них виникають позитивні уявлення про себе; покращується самоповага стосовно сфер взаємодії з учителями, власної зовнішності, міжособистісної компетентності, академічної успішності. Учні досягають більш значущого просування у навчанні, збільшують обсяг читання (змістовий і мотиваційний компоненти пізнавальної діяльності), також підвищується рівень їх мислення (операційний компонент), досягається більша спонтанність самовираження (творчий компонент) і



покращується самодисципліна (особистісний компонент) їх самостійної пізнавальної діяльності.

Розвивальні феномени гуманістичного навчання виникають тільки, якщо особистісні потреби учня (в самовираженні, повазі, активності, самоствердженні) задовольняються на основі взаєморозуміння і любові у взаємодії між вчителем і учнем. В навчальну програму для вчителя гуманістичної школи входить: встановлення добрих стосунків, товариські обійми, допомога. Ці стосунки реалізуються як з молодшими, так і з середніми і старшими учнями. Вчитель допомагає учням не тільки з свого предмету, а й з інших предметів. Учні стають зацікавлені у предметі, оскільки вони відчують самостійність у його вивченні і повагу до вчителя.

Працюючи над власними проектами, учні входять у відповідальну власну свободу навчання, не тільки у самостійну, але і у творчу діяльність. Учні неформально спілкуються на тему навчання і самостійно знаходять багато цікавого пізнавального матеріалу.

**Підсумок.** Досліджуючи вчителів, які здатні до проведення занять у гуманістичній школі, Роджерс К. та його послідовники дійшли висновку, що лише 10 % вчителів мають здатність працювати в людино центрованому напрямку, тому виникає проблема спеціальної підготовки вчителів, причому вчитель має виразити лише власне бажання до цього, і не бути обов'язково з вищим рівнем професійної майстерності. Працюючи у гуманістичній школі, вчителі мають бути відвертими зі своїми учнями, поважати унікальність кожного з них. Учні також мають бути впевнені, що вчитель обов'язково зрозуміє їхні почуття, тобто у вчителя з учнями має бути досягнутий позитивний (підтримуючий) зворотний зв'язок. Учителі для гуманістичного навчання мають пройти спеціальну підготовку і навчитись створювати виражені фасилітативні умови: емпатію, конгруентність, позитивне прийняття. За таких умов ставлення вчителя до учнів, вони краще відвідують школу, демонструють більш високі значення по шкалі "я-концепція" (позитивні уявлення про себе); у них покращується самоповага стосовно сфер взаємодії з учителями, зовнішності, міжособистісної компетентності, академічної успішності. Учні досягають більш значущого просування у навчанні, збільшують обсяг читання, у них підвищується рівень мислення (операціональний компонент пізнавальної діяльності), досягається більша спонтанність самовираження (творчий компонент) і покращується самодисципліна, оскільки виникає позитивна мотивація до навчання (особистісний компонент).

### **Література:**

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание: монографія / пер. с англ. Москва: Прогресс, 1986. 422 с.
2. Власова О. І. Педагогічна психологія : навч. посіб. Київ: Либідь, 2005. 400 с.
3. Роджерс К., Фрейберг Д. Свобода учитися. Москва: Смысл, 2002. 527 с.

**Мельник О. М.**

студентка І курсу магістратури факультету психології та соціальної роботи  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ INTERNET-ЗАЛЕЖНОСТІ У ДОРΟΣЛИХ**

Інтернет – залежність – це "нав'язливе бажання увійти до Інтернету, знаходячись off-line, і нездатність вийти з Інтернету, будучи on-line". Кімберлі Янг презентувала інше поняття – проблемне використання Інтернету. "Інтернет – залежність" – це широке поняття, яке означає велику кількість проблем поведінки та контролю над потягом.

В даний час значну частину аудиторії Інтернету складають дорослі. При цьому наголошується, що число дорослих в мережі Інтернет постійно зростає. Причини залежності від комп'ютера та Інтернету можуть бути різні: потреба в інформації та пізнавальна мотивація, висока соціальна активність, як причина пошуку знайомств у мережі, певні особистісні якості (інфантильність, сором'язливість, тривожність, вразливість, тощо). При формуванні Інтернет – залежності на перший план виходить прагнення до втечі від реальності, до відключення від наявних переживань.

В даний час людство переживає цифрову революцію історичного значення – комп'ютеризацію. Її вплив на психічні процеси і поведінку людини вже не викликає сумнівів. З розвитком Інтернету, з'явилися гіпертексти, які представляють собою зовсім нові способи подачі та переробки інформації. В зв'язку з цим дуже актуальні роздуми та побоювання Маршалла Маклюєна: якщо радіо та телебачення поступово знищать книгу, то, чи зможуть гіпертексти замінити її і як це відобразиться на психології та поведінці людей? Умберто Еко, роздумуючи над цією проблемою, запропонував ідею, що в найближчому

майбутньому суспільство розділиться на два класи: ті, хто дивиться тільки телебачення (тобто отримує готові образи та судження про навколишній світ без їх критичного осмислення), та тих, хто працює на комп'ютері (тобто тих, хто опрацьовує, критично осмислює та відбирає інформацію, в тому числі, і для показу по телебаченню).

В літературі з'явився термін "Комп'ютерна залежність" і як її складова частина – "Інтернет-залежність". Зараз цей вид залежності не входить до Міжнародної класифікації захворювань 10-го перегляду та в Diagnostic and Statistical Manual Mental Disorders (fourth edition) (DSM IV). Серед описаних там розладів найбільш близький стан – "патологічний потяг до азартних ігор" (F63.0). Клінічна картина патологічної схильності до азартних ігор, її динаміка, принципи корекції та профілактики можуть служити моделлю для опису аналогічних параметрів при комп'ютерній залежності.

Перше психологічне дослідження залежності від комп'ютера було проведене в 80-х роках минулого століття. В 1994 році К. Янг розробила та розмістила в Інтернеті особливий опитувальник. А. Голдберг в 1995 році одним з найперших запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету, який побудований на основі ознак патологічної пристрасті до азартних ігор. У 1997-1998 р. були створенні консультативно-психотерапевтичні веб-служби з даної проблематики. У 1998-1999 роках К. Янг, Д. Грінфілд та К. Суратт опублікували перші монографії на тему комп'ютерної залежності. До кінця 1998 року, як зазначає К. Суратт, комп'ютерна адикція виявилася фактично легалізована – не як клінічний напрямок у вузькому сенсі слова, але як галузь досліджень та сфера надання людям практичної психологічної допомоги.

Модель ACE (Accessibility, Control, and Excitement), розроблена К. Янг в 1999 році, пояснює як доступність, контроль та збудження відіграють головні ролі при розвитку Інтернет – залежності. Згідно з моделлю, потяг до Інтернету розвивається завдяки трьом основним факторам:

1. Доступність інформації.
2. Особистий контроль та анонімність інформації, що передається.
3. Внутрішні почуття, які на підсвідомому рівні встановлюють більший рівень довіри до спілкування on-line.

Подібні моделі спрощують розуміння головних проблем і дають можливість більш ефективно планувати курс лікування. Кімберлі Янг в 1996 році розробила стислий тест, за допомогою якого можна визначити ступінь залежності від Інтернету.

У вітчизняній літературі велика увага приділяється віковому фактору у формуванні психічних та поведінкових розладів. У дослідженнях комп'ютерної залежності групи обстежених найчастіше складають особи різного віку – від 8 до 45 років і старше. Надмірне захоплення комп'ютерною діяльністю є характерним для осіб з вираженими рисами інфантилізму, такими як слабо розвинене почуття обов'язку, відповідальності, прагнення до розважальних заходів, негайного задоволення своїх бажань і т.д. Наприклад, дорослий чоловік, проживаючи з дружиною та дитиною в одній кімнаті може грати на комп'ютері протягом ночі безперервно, не звертаючи увагу, що він створює незручності для інших членів сім'ї.

Інтернет – залежність частіше діагностується серед людей молодого віку чи добре освічених дорослих. Наприклад, тривале дослідження Інтернет – користувачів серед 93 сімей показало, що підлітки виходять в Інтернет частіше, ніж їхні батьки, а особи старшого та похилого віку менш зацікавлені в Інтернеті. Також зазначено, що люди старшого віку, навіть контролюючи час перебування в Інтернеті, відчувають менший дистрес, ніж підлітки, від використання Інтернету.

Останні дослідження не підтверджують попередніх висновків про те, що чоловіки більш схильні до розвитку комп'ютерної залежності. U.S. Census (2000) вказує, що зараз жінки становлять половину осіб, які надмірно використовують Інтернет, і що ця рівність з чоловіками, мабуть, пов'язана зі зростаючою кількістю жінок в Інтернеті загалом. Жінки частіше спілкуються у чатах, де вони мають можливість анонімно обмінюватися приватними повідомленнями.

За даними В. А. Лоскутової приблизно вісімдесят відсотків користувачів Інтернету заявляють про те, що відчувають ні з чим не порівнянне почуття інтелектуальної волі, коли "мандрують" по віртуальному світу. Але ніхто не думає при цьому, що віртуальна реальність може породити тільки віртуальне почуття волі, яке має наркотичну властивість залежності і вимагає постійного підкріплення.

Підсумовуючи огляд літератури з проблеми Інтернет – залежності, можна зробити висновок, що переважна більшість дослідників відзначають патогенний характер Інтернет – залежності (особливо у юнацькому віці) і вважають першорядним завданням розробку диференційованих програм корекції та профілактики залежності від комп'ютерних технологій.

## Література

1. Арестова О.Н., Бабанин Л.Н., Войскуновский А.Е. Мотивация пользователей Интернета. Гуманитарные исследования в Интернете. М.: Можайск-Терра, 2000. 431 с.
2. Бабаева Ю.Д., Войскунский А.Е., Смыслова О.В. Интернет: воздействие на личность. Психология зависимости: Хрестоматия. Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, 2004. 222 с.
3. Бабаева, Ю.Д., Войскунский, А.Е., Смыслова, О.В. Интернет: воздействие на личность. Гуманитарные исследования в Интернете. Ю. Д. Бабаева, А.Е. Войскунский, О.В. Смыслова. – М.:Можайск-Терра, 2000. 431 с.
4. Лоскутова В.А. Интернет – зависимость – патология XXI века. Вопр. ментальной медицины и экологии. – 2000. – Т. VI, №1. с. 11-13.
5. Малыгина Ю.А. Причины компьютерной зависимости (интернет – зависимости, игровой зависимости. М: Авант, 2006, 70 с.

**Мельник С. В.**

студентка I курсу магістратури факультету психології та соціальної роботи  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **ЗНАЧИМІСТЬ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ**

Питання навчання дітей з особливими потребами набуває широкої актуальності сьогодні, адже право на рівний доступ до якісної освіти за місцем проживання в умовах загальноосвітнього закладу – це право всіх дітей.

Концепція інклюзивної освіти відображає одну з головних демократичних ідей – усі діти є цінними й активними членами суспільства.

У 2009 році Україна ратифікувала Конвенцію ООН про права інвалідів визнаючи цим, що інклюзивна освіта не лише забезпечує найкраще середовище для навчання дітей з інвалідністю, але й допомагає усунути бар'єри та зруйнувати стереотипи.

Факти доводять, що діти, навіть із серйозними функціональними порушеннями, які регулярно навчаються, закінчивши школу, мають більше шансів продовжити далі освіту та отримати спеціальність, влаштуватися на роботу, стати активним членами суспільства. Батьки бажають, щоб їхні діти

зростали в колі друзів, відвідували школу разом з однолітками, братами та сестрами, залучалися до життя громади. Тому кожна сім'я повинна мати право вибору освіти для своєї дитини, незалежно від того, чи має дитина фізичні або розумові порушення.

Школа – одне з місць у громаді, де діти проводять багато часу, і одне з місць, яке може "охопити" дітей з інвалідністю. Нерідко стосунки, які формуються в школі, впливають на ставлення, цінності та переконання, що продовжуються в старшому віці. Коли діти навчаються разом, інвалідність не розглядається як щось особливе або унікальне.

Ось чому, коли в Україні у 2012 році розпочала свою діяльність Програма "Сприяння інтеграційній політиці та послугам для людей з інвалідністю в Україні", одним з її завдань було сприяння впровадженню універсального дизайну у сферу освіти на місцевому рівні. Даний проект реалізується Програмою розвитку Організації Об'єднаних Націй (ПРООН), Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ), Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ) [4. с.4-6].

Інклюзія (від Inclusion – включення) – процес збільшення ступеня участі всіх громадян у соціальному житті. Це політика й процес, що дає можливість всім дітям брати участь у всіх програмах [1. с.46].

Інклюзивна освіта – це система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права здобувати її за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з особливими освітніми потребами в умовах загальноосвітнього закладу.

Одним із головних завдань інклюзії є відгук на широкий спектр освітніх потреб в шкільному середовищі та поза його межами.

Інклюзія розглядається як процес визнання і реагування на різноманітність потреб всіх тих, хто навчається. Вона припускає їх активну участь в процесі отримання знань, в культурному і суспільному житті. Інклюзія приводить до зменшення сегрегації в системі освіти. Вона вимагає змін і модифікацій змісту, підходів, структури і стратегії освіти з урахуванням потреб усіх дітей, керуючись переконаністю, що системи загальної освіти зобов'язані навчати усіх дітей [2. С. 34-36].

Інклюзія особливо підкреслює надання можливостей для рівної участі дітей з інвалідністю (фізичною, соціальною і емоційною) в загальній системі здобування освіти, для індивідуального вибору і отримання спеціальних послуг і пристосувань для тих, кому це необхідно.

Інклюзивне навчання в українських школах лише на початках впровадження. Тому не дивно, що у педагогів виникає безліч запитань, як все організувати.

Алгоритм створення інклюзивного класу:

Батьки дитини з ООП звертаються до закладу освіти, пишуть заяву та додають до неї витяг ІРЦ про комплексну оцінку дитини.

Керівник закладу освіти дає подання до органу управління освітою щодо погодження організації інклюзивного навчання в його закладі.

Орган управління освітою дає лист-погодження або наказ про це.

Організацію інклюзивного навчання в ЗЗСО здійснює команда психолого-педагогічного супроводу дитини з ООП. Відповідно до висновку ІРЦ, результатів психолого-педагогічного вивчення дитини командою супроводу, протягом перших 2-х тижнів від початку освітнього процесу команда створює індивідуальну програму розвитку дитини (ІПР), яка погоджується з батьками та затверджується керівником закладу.

Інклюзивний заклад – заклад освіти, який формує спеціальні умови й забезпечує інклюзивне навчання як систему освітніх послуг. Зокрема: адаптує освітні програми та плани, фізичне середовище, методи та форми навчання використовує наявні в громаді ресурси залучає батьків співпрацює з фахівцями для надання додаткових послуг відповідно до різних освітніх потреб дітей створює позитивний клімат в освітньому середовищі [3. С23].

Розвиток інклюзивної освіти в Україні свідчить про те, що суспільство стає на шлях захисту невід’ємних прав людини. На сьогодні це пріоритетна державна проблема, яка є складовою Нової української школи.

Інклюзивне навчання – спосіб отримання освіти, у який учні з особливими освітніми потребами (ООП) навчаються в загальному освітньому середовищі за місцем свого проживання. Як створити інклюзивне середовище Мета інклюзивної освіти – зробити так, аби жоден із дітей з особливими освітніми потребами не відчував себе іншим, зайвим, небажаним. Тож організація інклюзивних класів і груп у закладах освіти є цінною як для дітей з особливими освітніми потребами та їхніх ровесників, так і для педагогів, батьків, керівників закладів освіти, зрештою для суспільства в цілому [1. с.76].

Інклюзивне навчання – це виклик вітчизняній системі освіти. Виклик вчителям, які ніколи раніше не проводили уроки для дітей з ООП, тому не знають, як адаптувати план уроку, та як розподілити обов’язки з помічником. Виклик батькам, які не знають, чого чекати від звичайної школи. Виклик учням,

котрі часто стають заручниками шкільних приміщень з високими сходами, без пандусів та упередженого ставлення однокласників та їхніх батьків.

Але все це тимчасові труднощі, які необхідно подолати на шляху корінних змін – не тільки застарілої системи освіти, але і свідомості українського суспільства, забезпечення доступності навчання, роботи і повноцінного життя людей з особливими потребами [2. с.126].

### **Література**

1. Індекс інклюзії: розвиток навчання та участі в життєдіяльності шкіл: посіб./ [Тоні Бут]; пер. з англ. – К.: ТОВ Видавничий дім "Плеяди", 2015. – 190.
2. Основи інклюзивної освіти. Навчально-методичний посібник / за заг. ред. Колупаєвої А.А. – К.: "А.С.К.", 2012. – 308 с.
3. М. Сварник. Інклюзивна освіта в Україні: попередній аналіз ситуації / Інклюзивна освіта. Збірник матеріалів проекту. – К.: 2013
4. Школа для кожного: посібник / Упорядник: Байда Л. Ю. – К., 2015. – 60 с.

**Мостова Т. Д.**

кандидат психологічних наук, викладач кафедри загальної психології та психології розвитку особистості Одеського національного університету ім. І. І. Мечникова, Одеса, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ КАТАТИМНО-ІМАГІНАТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ (СИМВОЛДРАМИ) У ПСИХОКОРЕКЦІЙНІЙ РОБОТІ З НАРКОЗАЛЕЖНИМИ**

Останнім часом питання, пов'язані зі здоров'ям особистості набувають особливої актуальності. У цьому контексті досить гостро постає проблема залежності, зокрема наркотичної. Незважаючи на інтенсивний темп зростання, поширення наркоманії, визначається досить низька ефективність профілактичних, протидіючих, стримуючих заходів та методів лікування, як з боку медиків, так і соціальних служб, згідно С. І. Рудаки та Л.М. Литвинчука [7, 11]. На сьогоднішній момент у психокорекційній роботі з наркозалежними використовують різні методи психотерапії, набір та арсенал психотерапевтичних методик величезний, але не завжди підбір їх обґрунтований саме для наркозалежних. В основному, виділяють раціональну терапію, групову, гіпнотерапію і т.д., які за своєю суттю не розкривають



поведінкові механізми залежності, а отже, не повною мірою враховують індивідуальні особливості особистості з наркотичною залежністю. Особливості особистості з наркотичною залежністю мають відмінності від інших клієнтів, що слід враховувати при побудові психотерапевтичної роботи.

Згідно з останніми дослідженнями, проблему особистості наркозалежних вивчають досить велика кількість теорій (соціальних, біологічних, психологічних), і багато вчених пояснюють феномен наркотизації через базові психологічні особливості наркозалежних [5]. Потреба залежності/автономії, згідно з А. А. Фільцем та К.Сєдих є універсальною особливістю особи [12]. Більшість сучасних досліджень, присвячених особистості наркозалежного, спрямовані на визначення характерологічних рис та особистісних особливостей в роботах В. Д. Менделевича [7] та А. А. Жарких [2], емоційних станів знаходимо у С.В. Михайлова [8], специфіки мотиваційної сфери наркозалежних у М.Л. Зобіна [3]. У дослідженнях О.О. Коляго розкрито зміст депресивних станів та надцінних утворень особистості [4]. Імовірність вживання наркотичних речовин зростає, коли ступінь стресу висока, а ресурси особистості та механізми психологічного захисту виснажені. Згідно А.Є. Лічко та В.С. Бітенського причинами вживання наркотиків також можуть бути низька стійкість до психічних навантажень, недостатність життєвих ресурсів, знижена пристосовність до нових складних ситуацій, погана переносимість конфліктів. Ульріх Заксе зазначив, що наркотична поведінка часто покликана подолати відчуття напруженості, внутрішньої порожнечі, нудьги та депресії. Під впливом наркотичних речовин людина відчувається спокійною, розслабленою, наповненою та задоволеною.

Профілактичні та реабілітаційні заходи можуть базуватися на особистісних ресурсах та прокладати шлях до формування психологічного здоров'я. Так К. А. Хохлова при аналізі особистості наркозалежного з позиції психології здоров'я виділяє нозоцентричну чи патопсихологічну модель, прийняту в клінічній психології та патопсихології та нормоцентричну чи психогігієнічну модель [13]. Підхід до вивчення особистості динаміці розвитку наркотичної залежності, з погляду психології здоров'я, відкриває доступом до розуміння психічних ресурсів, необхідних у процесі реабілітації та ремісії. Ресурсна підтримка наркозалежних клієнтів у процесі роботи сприятиме розвитку адаптивної особистості та формуванню психологічного здоров'я.

Враховуючи зазначене, виникає реальна необхідність в роботі з наркозалежними клієнтами використовувати ресурсні методи, одним із таких постає символдрама. Символдрама або кататимно-імагінативна психотерапія

(кататимне переживання образів або метод "сновидінь наяву") – це метод глибинно-психологічно орієнтованої психотерапії, який виявився клінічно високо ефективним при психосоматичних захворювань, депресивних розладах, а також при неврозах та невротичних розладах особистості, невротичних страхах і фобіях та наркозалежності.

Згідно з Гаральдом Ульманном кататимно-імагінативна психотерапія (КІП) – досить молодий метод, який заснований на традиціях гіпнотерапії, психоаналізу, аналітичної психотерапії та є найбільш глибоко і системно опрацьованим і технічно організованим методом, що має фундаментальну теоретичну базу [1]. У технічному плані, символдрамі близькі елементи ведення психотерапевтичної бесіди за К. Роджерсом і деякі стратегії поведінкової терапії, наприклад, по Вольпе. Основу методу символдрами становить вільне фантазування у вигляді образів, "внутрішніх картин" на задану психотерапевтом тему (мотив). Так на початковому етапі роботи (на перших 10-15 сеансах) з наркозалежними клієнтами слід проводити такі мотиви як "Квітка, яка має все", "Дерево" "Луг", "Мій луг", "Місце, де мені було добре", "Джерело сил", завдяки яким йде формування у клієнта потужного ресурсного стану на глибокому архаїчному рівні, що призводить до загального посилення організму, адаптації, підвищення настрою, появи бадьорості та впевненості у собі, а також дає відчуття захищеності, тепла та любові, якими, можливо, він був обділений в дитинстві. Після цього слід переходити до використання мотивів, спрямованих на опрацювання виявлених проблем, таких як мотиви "Узлісся лісу", "Корова", "Слон", "Будинок". На останніх сеансах можна застосовували мотив "Будівництво дома", який символічно передбачає побудову нової особистості [10].

Таким чином, кататимно-імагінативну психотерапію (символдраму) безсумнівно слід використовувати у психокорекційній роботі з наркозалежними клієнтами, оскільки вона здатна позитивно впливати не тільки на вирішення психологічних проблем, але і покращувати психоемоційний і фізичний стан клієнтів з наркотичною залежністю, може сприяти розвитку адаптивної особистості та формуванню психологічного здоров'я.

### **Література:**

1. Гаральд Ульманн Вступ до кататимно-імагінативної психотерапії, Київ, 2020. 125 с

2. Жаркіх А. А. Психологічні особливості наркозалежних ув'язнених: автореф. дис. ... канд. психол. Наук: 19.00.06. Рязань, 2013. 25 с.
3. Зобін М. Л. Теоретичні моделі адиктивного потягу: зв'язок з механізмами залежності та лікування. Ч. III. Неврологічний вісник. 2012. № 1. С. 49-58.
4. Коляго О. О. Клініко-психопатологічна структура синдрому надцінних утворень, що формується в рамках ендогенної депресії. Психіатрія. 2016. №70 (02). С.15-20.
5. Кочарян О. С. Особливості "Я"-концепції наркозалежної особистості / О. С. Кочарян, М. В. Савіна, В. В. Слюсар, М. О. Антонович. Медична психологія 2018. Т. 13, № 2. С. 66-71. – Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl\\_2018\\_13\\_2\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2018_13_2_17).
6. Литвинчук Л.М. Психологічні засади реабілітації наркозалежних осіб [Текст]: автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.04 / Литвинчук Леся Михайлівна; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка. – Київ, 2018. – 40 с.
7. Менделевич В.Д. Адиктивний потяг: теоретикофеноменологічна оцінка. Наркологія. 2010. №5. С. 94-100.
8. Михайлов С. В. Дослідження факторів формування хімічної залежності. Психологія та особистість. 2020. No 1 (17). С.94-108 <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2020.1.195233>
9. Михайлов С.В. Динаміка показників емоційної сфери наркозалежних у період реабілітації. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, VII (84), Issue: 207, 2019 Nov. <https://doi.org/10.31174/SEND-PP2019-207VII84-15>
10. Окунь Е.Н. Символдрама в комплексній терапії залежності у больних опийної наркоманією. В: Нові технології в медицині: Матеріали науково-практичної конференції освіти 21 грудня 2000 року. – Харків, 2000, с. 60.
11. Рудава С. І. Соціально-економічні проблеми наркоманії в Україні та її вплив на здоров'я людини. Вісник Вінницького національного медичного університету. 2018. Т. 22 №4. С. 752-759. [https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2018-22\(4\)-31](https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2018-22(4)-31)
12. Фільц А. А., Сєдих К. В. (2019) Ритуал зцілення як технологія психологічної реабілітації осіб із хімічною залежністю. Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія 60. С. 231-247. <https://doi.org/10.34142/23129387.2019.60.13> URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\\_psykhol\\_2019\\_60\\_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2019_60_15).

13. Хохлова К.А. Характеристики саногенного потенціалу особистості наркозалежних: Дисертація кандидата психологічних наук: 19.00.04. / Хохлова К. А. СПб., 2007. 234 с.

**Муліка О.В.**

студентка 2-го курсу магістратури Ніжинського державного університету  
імені Миколи Гоголя, спеціальність  
"Клінічна психологія з основами психотерапії",  
м. Ніжин, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ В ПІДЛІТКІВ**

Підлітковий вік є важливим етапом для розвитку особистості людини. Саме в цьому віці "колишня" дитина формує для себе цінності та переконання, на які буде спиратися протягом подальшого життя. Як ми вже знаємо під час підліткового віку відбуваються значні фізичні та психічні зміни в організмі, що викликає різноманітні негативні прояви в поведінці підлітка: часті зміни настрою, агресія до себе та оточуючих, дратівливість, небажання навчатися та ін [4].

Девіантна поведінка – це така поведінка, яка не відповідає правилам та нормам, які притаманні певному суспільству. Частіше за все девіантна поведінка – це наслідок комплексу причин. Завдання практичного психолога знайти цей комплекс причин, які дали поштовх до розвитку девіантної поведінки. До таких причин можуть бути віднесені стосунки підлітка в сім'ї, взаємовідносини с однолітками, друзями, психічні захворювання (психози, шизофренія, розумова відсталість), насильство, травми [1].

З точки зору психології девіантну поведінку можна пояснити тим, що підліток не може задовольнити свої потреби у визнанні, довірі та самоствердженні у соціумі. Прояви девіантної поведінки – це дії, які наносять шкоду підлітку та людям, які його оточують, спричиняють часті конфлікти з друзями та близькими, можуть розвивати страхи та фобії, знижують успішність в школі, самооцінку підлітка та сприяють появі різних комплексів [3].

Проблеми, які можуть викликати девіантну поведінку:

- Різноманітні страхи та комплекси у підлітка, про які він не може або не хоче розповідати дорослим;

- Відсутність контролю зі сторони батьків, коли підліток розуміє, що його не покарають за вчинені дії;

- Психічні порушення з якими підліток не може самостійно впоратися;

- Сприйняття оточуючого світу в темних тонах, агресія.

Існує декілька типів девіантної поведінки:

1. Адиктивна поведінка, назва походить від англійського слова "addiction", що в перекладі означає "шкідлива звичка". Підліток хоче втекти від реальності, від негативних переживань, зануритися у власний вигаданий світ. Цей тип девіантної поведінки проявляється в таких діях: вживання алкогольних напоїв, наркотиків, паління, потяг до комп'ютерних та азартних ігор, проституція.

2. Делінквентна поведінка – це дії в результаті яких порушується закон: крадіжки, вбивства, гвалтування, заподіяння тілесних ушкоджень. Делінквентна поведінка поділяється на три типи: слабка, середня та важка.

3. Антиморальна поведінка. Визначення антиморальної поведінки залежить від суспільства та традицій, які в ньому склалися. Наприклад зрада та проституція в нашій країні засуджуються, навідміну, наприклад, від Японії, де широко розвинені школи гейш.

4. Суїцидальна поведінка – самогубство. Суїцидальна поведінка може проявлятися у стані афекту, після перенесеного стресу, може бути демонстративною, щоб звернути увагу на себе, викликати жалість. В будь-якому випадку її не можна ігнорувати!

Девіантна поведінка в підлітковому віці піддається корекції, головне вчасно її помітити та почати з цим працювати. Необхідно скеровувати енергію підлітка в різноманітні форми самовираження, які не суперечать закону, наприклад в творчість, спорт. Також важливо створювати позитивний фон в повсякденному житті, що буває досить важко зробити, якщо підліток проживає в дисфункціональній сім'ї. В такому випадку дуже важлива робота психологів та соціальних працівників. Також гарно зарекомендувала себе групова психотерапія, де підліток може пересвідчитися, що він не один на один зі своїми проблемами, що схожі емоції та почуття переживає багато однолітків. Для діагностики індивідуальних особливостей та емоційного стану підлітка можна використовувати опитувальник Р. Кеттела (дитячий варіант, юнацький варіант – 14 F), тест-опитувальник Шмішека, методику колірних виборів Люшера. Для оцінки вольових якостей використовуємо методику виявлення рівня сміливості (Г.А. Калашникова), "Оцінка сили вольових якостей". Також використовуються загальновідомі методики – опитувальник батьківського ставлення (Варга, Столін), діти про батьків (Шафер), опитувальник соціалізації для школярів,

рисункові тести "Людина під дощем", "Дощ в казковій країні", вивчення ідентифікації з батьками (Захаров) [2].

На мою думку, профілактика девіантної поведінки дуже важлива в усіх навчальних закладах, і саме школа має проводити інформаційні заходи: бесіди, лекції, уроки на яких підліткам будуть пояснювати безпечні способи поведінки та самовираження, як можна пережити негативні емоції, куди можна звернутися за допомогою у разі потреби.

### Література

1. Вечірня загальноосвітня школа II – III ступенів Житомирської міської ради. Особливості девіантної поведінки у дітей підліткового віку [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <http://v.zosh.zt.ua/osoblivosti-deviantnoyi-povedinki/>.

2. Журнал KOZAKY Матеріали по психіатрії та хворобам ЦНС. Девіантна поведінка у підлітків. Приклади, причини, небезпека девіантної поведінки. Боротьба з ним і профілактика [Електронний ресурс] / Журнал KOZAKY Матеріали по психіатрії та хворобам ЦНС. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.kozaky.org.ua/deviantna-povedinka-u-pidlitkiv-prikladi-prichini-nebezpeka-deviantno%D1%97-povedinki-borotba-z-nim-i-profilaktika/>.

3. Баранов В. В., Похлебна І. О. Дослідження автобіографії дев'ятиного підлітка як один з прийомів виявлення його де соціалізації. – Практична психологія і соціальна робота. – 2001. №9

4. Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. – М. 1985.

**Наконечна М. М.**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та практичної психології, Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## ПСИХОЛОГІЧНА РЕАЛЬНІСТЬ ІНТЕРСУБ'ЄКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Юнацький вік розглядаємо як сенситивний для розвитку інтерсуб'єктної взаємодії, оскільки саме в цьому віці міжособистісне спілкування набуває особливого характеру. У стосунках між особистостями юнацького віку з'являються елементи відкритості, довірливості та інтимно-особистісного

спілкування. Саме в юності людина по-особливому переживає і своє перше кохання, і юнацьку дружбу. З іншого боку, у юнацькому віці специфічним стає спілкування із старшими та молодшими особами. Із молодшими юнак чи юнка можуть поводитися як дорослі, відповідальні індивіди, а зі старшими – з повагою дослухатися, вчитися в них (за умови гармонійного розвитку) або ж протестувати, відстоювати суб'єктивне Я (за умови дисгармонійного розвитку).

Інтерсуб'єктну взаємодію можна розглядати також як соціальну ситуацію особистісного розвитку в юнацькому віці, що сприяє взаємному зростанню та становленню, стимулюючи особистісний розвиток. Варто враховувати, що ситуації інтерсуб'єктної взаємодії є досить частими в юнацькому віці, однак це не єдина соціальна ситуація в юності, яка має результатом особистісне становлення, хоча вона є однією з важливих і значущих ситуацій.

Академік С. Д. Максименко у співавторстві з К. С. Максименко та М. В. Папучею писав: "Розвиток є формою існування особистості точно так, як сама вона являє форму існування психіки людини" [2, с. 7]. Позаяк розвиток є формою існування особистості, то інтерсуб'єктна взаємодія як дискретний, не континуальний процес – це один з чинників особистісного розвитку, зокрема в юнацькому віці. Для розгляду предмета нашого дослідження – психологічних особливостей інтерсуб'єктної взаємодії в юності – ми тимчасово абстрагуємося від інших чинників особистісного розвитку в юнацькому віці, щоб сфокусуватися саме на інтерсуб'єктних його вимірах.

Українська генетична психологія, яку розробляють у науковій школі, очолюваній С. Д. Максименком, побудована на ідеї особистісності психічного розвитку людини. Особистість живе в просторі розвитку, вона сама є такою, що постійно розвивається. Людська особистість народжується як безпомічна істота, водночас готова до засвоєння культурно-історичного досвіду людства. Як бачимо, українська генетична психологія розвиває ідеї культурно-історичної теорії Л. С. Виготського.

Інтерсуб'єктна взаємодія новонародженої дитини з матір'ю проявляється в ситуації "ми", яку описували Л. С. Виготський, М. І. Лісіна, Л. І. Божович та ін. Нерозривна єдність матері й дитини є суперечливою і готує передумови для того, щоб розвинути самостійність, автономію, свободу дитини. Кризи першого року життя, трьох років, семи років послідовно показують, як розвивається та формується суб'єктність маленької людини. У підлітковому віці розвиток самосвідомості дає ще один щабель для особистісного становлення. Нарешті, у юності як у перехідному етапі між дитинством та дорослістю суб'єктність стає

центральною особистісною характеристикою, що проявляється й реалізується, зокрема, в інтерсуб'єктній взаємодії юнаків та дівчат.

С. О. Ставицька зауважувала: "У юнаків розвиток самосвідомості, самооцінки, інтересів, ідеалів, цінностей та переконань відбувається в рамках становлення світогляду, що поєднується з підвищенням рівня моральних рефлексій, розширенням мрій, сподівань, диспозицій з орієнтацією на майбутнє" [4, с. 634]. Принципово важливим у юнацькому віці стає саме розвиток самосвідомості (О. М. Леонтьєв, С. Д. Максименко, С. О. Ставицька та ін.), відкриття власного внутрішнього світу (за І. С. Коном), оформлення его-ідентичності (за Е. Еріксоном). Юність – етап, коли людина й пізнає себе (когнітивно-оцінний компонент), і перетворює себе та ситуацію, у якій перебуває (суб'єктно-діяльнісний компонент вікового розвитку на етапі юнацького віку).

М. В. Папуча зауважував: "Найбільш суттєвою особливістю соціальної ситуації розвитку в ранній юності є те, що домінуючим і визначальним забарвленням всього життя старшокласника стає його ставлення до майбутнього. Це ставлення є афективним центром переживань юнака, тією генетичною задачею (головним протиріччям), розв'язання якої визначає розвиток як саморух особистості" [3, с. 10]. Уявлення про майбутнє як афективний центр юнацького віку було описане в працях Л. І. Божович [1]. Інтерсуб'єктна взаємодія в юнацькому віці також центрована навколо цього "афективного центру" й особливостей ставлення молодій людині до її майбутнього. Дружні розмови, інтимно-особистісне спілкування, взаємодія із старшими людьми часто мають своїм змістом різноманітні переживання стосовно того, яким бачиться майбутнє, як до нього ставляться, як до нього прийти, подолавши, зокрема, довгий та тернистий шлях. Із психологічної точки зору, зміст інтерсуб'єктної взаємодії в юності центрований на майбутньому, у той час як у період геронтогенезу часто може бути центрований на минулому. На думку Е. Еріксона, це період, коли людина або переосмислює своє життя та інтегрує якість мудрості, або впадає у відчай, бо не в змозі віднайти внутрішню цілісність, поглядаючи на свій пройдений шлях [5].

М. В. Папуча, дотримуючись методологічної логіки Л. С. Виготського, аналізує ранній юнацький вік з точки зору соціальної ситуації розвитку, новоутворень та проявів кризи, зауважує: "Центральним психічним новоутворенням ранньої юності є готовність до життєвого самовизначення. Це – суто особистісна, цілісна й інтегрована психічна структура, яка має складну будову, що включає в себе інтелектуальні, афективні та дійові компоненти (знання про майбутнє життя та про себе, розуміння свого життєвого шляху,



бажання відбутися як особистість, спроможність активно діяти, а не віддаватися лише спогляданням і мріям)" [3, с. 10]. Готовність до життєвого самовизначення як основне психологічне новоутворення раннього юнацького віку певним чином впливає на зміст та динаміку інтерсуб'єктної взаємодії в цьому віковому періоді. Розмови про майбутнє, життєві плани, про перспективи в особистій та професійній сферах стають змістом інтерсуб'єктної комунікації. Якщо обговорення майбутнього, розмови про особливості життєвого самовизначення надихають, допомагають відчувати ініціативу та внутрішній підйом, називаємо таку взаємодію інтерсуб'єктною. У цих випадках реалізується та розвивається якість особистої суб'єктності, людина самоздійснюється як відповідальний, активний, творчий суб'єкт, відбувається процес саморозвитку особистості. Готовність до життєвого самовизначення розкриває та розвиває особистісний потенціал у юнацькому віці, одним із психологічних засобів цього процесу може стати інтерсуб'єктна взаємодія як інтеракція з приводу взаємного внутрішнього зростання та збагачення.

Заслуговує на увагу така теза М. В. Папучі: "Рання юність як віковий період відзначається тим, що процеси індивідуалізації починають переважати над соціалізацією. Інтеграційні явища в особистості закладають підвалини індивідуальності як вищої і найбільш розвиненої форми існування особистості, в котрій реалізується унікальна і неповторна природа людської душі" [3, с. 11]. Віковий розвиток особистості характеризується складною динамікою процесів індивідуалізації та соціалізації. За загальною логікою спочатку переважають процеси соціалізації, входження в суспільство та оволодіння культурно-історичним досвідом людства. Юнацький вік – переломний, адже в цей період починають домінувати процеси індивідуалізації, сходження до власної індивідуальності, готовності здійснювати індивідуально-особистісний внесок у культуру, у взаємодію, у суспільство. Однією з форм реалізації процесів індивідуалізації є інтерсуб'єктна взаємодія, що надихає на створення нового, дає ініціативу для соціальних справ та проєктів, розвиває особистісний потенціал людини.

Інтерсуб'єктна взаємодія виступає як засіб опрідметнення та задоволення соціальних потреб в юнацькому віці. Зустрічаючись з іншим інтерсуб'єктно, юнак чи юнка реалізують потенціали власних суб'єктностей у соціальному плані. В інтерсуб'єктній взаємодії можна побудувати відносини на довірі, приязні та повазі. Юнаки чи юнки, взаємодіючи інтерсуб'єктно, задовольняють, водночас, потреби соціальні та особистісні. У таких взаємостосунках особистісні сенси стають предметами обговорення та змінюються, утворюючи та розвиваючи

сміслові динамічні системи (за Л.С. Виготським). Соціальні потреби особистості юнацького віку якнайповніше реалізуються саме в інтерсуб'єктній взаємодії, яка розвиває суб'єктності учасників та створює потенціал довіри й підтримки. В інтерсуб'єктній взаємодії юнак чи юнка можуть довіритися іншому, побудувати стосунки, в яких реалізуються особистісні сенси та значення, розвиваючись в діалогах або спільних діях.

### Література

1. Божович, Л. И. (2009). *Личность и её формирование в детском возрасте*. Санкт-Петербург: Питер.
2. Максименко, С. Д., Максименко, К. С., & Папуча, М. В. (2007). *Психологія особистості*. Київ: Видавництво ТОВ "КММ".
3. Папуча, М. В. (2001). *Психологія ранньої юності*. Ніжин: Редакційно-видавничий відділ НДПУ.
4. Ставицька, С. О. (2014). Теоретичний аналіз проблеми механізмів розвитку духовної самосвідомості особистості в юнацькому віці. *Проблеми сучасної психології : Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*, (24), с. 630-645.
5. Эриксон, Э. (1996). *Идентичность: юность и кризис*. Москва: Издательская группа "Прогресс".

**Нестеренко П. О.**

аспірант кафедри загальної та практичної психології  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **МЕТОДОЛОГІЯ ІСТОРИКО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ НАУКОВОЇ СПАДЩИНИ М. ГРОТА**

Писати теоретичну дисертацію з психології – це йти проти течії та стереотипу в науковій спільноті психологів, який почав складатися з часів Незалежності України, що мовляв психологія – це "математика" і в дисертації з психології "обов'язково повинні бути цифри та математичні формули". Ми вважаємо це помилкою. Психологія – це не математика. А цифри в психологічних дослідженнях – часто лише "красивий" симулякр психологічної науки. Бо душа людини, її психіка не вписуються в цифри. Наукові кандидатські

дослідження в психології повинні бути також теоретичного та проблематичного характеру. І саме теоретичні дослідження та глибока аналітика виведуть психологію з наукової кризи, тому що психологія без теорії – слабка та фактично "мертва" наука, яка перетворюється на сучасне книжництво і фарисейство.

У даних тезах ми ставимо за мету апробувати методологічний підхід до нашого дисертаційного дослідження з історії психології "Психологічні ідеї творчості у науковій спадщині М. Я. Грота (1852-1899 рр.)".

Будь-яке наукове дослідження вимагає від науковця обрання наукової методології, яка буде відрізнятися в залежності від галузі та сфери знання тієї чи іншої науки. Історико-психологічне дослідження відрізняється від загально-психологічного, емпіричного дослідження тим, що застосовується принцип історизму, а також система як історико-психологічних, так і загальнонаукових методів.

За Т. Корніловою та С. Смирновим, методологія – це "особлива форма рефлексії, самосвідомості науки (особливий рід знання про наукове знання), яка включає аналіз передумов і основ наукового пізнання (передусім філософсько-світоглядних), методів, способів організації пізнавальної діяльності; виявлення зовнішніх і внутрішніх детермінант процесу пізнання, його структури; критичну оцінку одержуваних наукою знань, визначення історично конкретних меж наукового пізнання при даному способі його організації [Юдин, 1978]" [3, с. 12]. Можна погодитися з авторами, методологія – це не просто сукупність методів, методологією можуть виступити наукові теорії-парадигми та система принципів наукового пізнання тощо.

За Т. Сватенковою та О. Тимошенком, методологія – це "вчення про загальні точки зору, з яких повинен виходити дослідник психічної природи "Я" людини, про правила, яких він повинен дотримуватися в дослідженні, та про засоби, якими він має користуватись. Методологія базується на своєрідності предмета науки. Методологічні принципи психології є водночас певним баченням її предмета і шляхів його дослідження" [9, с. 8].

Методологією нашого дослідження є сукупність наукових принципів та теоретичних методів (засобів, інструментів) за допомогою яких можна краще зрозуміти та досягнути складність, глибину та багатогранність психологічних ідей М. Грота. Методологічною основою дисертації є принципи науковості, детермінізму, розвитку, системності, об'єктивності та історизму.

**Принцип науковості**, згідно з українським дослідником В. Медяником, передбачає "правдиву інтерпретацію історичних явищ, знайомство з різними поглядами вчених та сучасними науковими розробками" [6, с. 42]. Цей принцип

потребує використання концепцій, напрацювань, ідей та здобутків як дореволюційної, так і сучасної історіографії при вивченні наукової діяльності М. Грота.

**Принцип детермінізму**, тобто вчення про існування причинно-наслідкового зв'язку між досліджуваними явищами. За О. Рудоміно-Десятською, принцип детермінізму "розкриває дію зовнішньої реальності на психіку через закономірності самої психіки з її властивостями вибірковості, об'єктивності, суб'єктивності. Ці властивості нерозривно пов'язані з різномірною активністю людини, починаючи від психофізіологічної і закінчуючи цілеспрямованою діяльністю. У системі цієї активності діяльність займає провідне місце, визначаючи розгортання всіх інших видів активності" [8, с. 268]. Отже, принцип детермінізму дозволяє розглядати творчий спадок М. Грота як причинно зумовлений феномен, результат його інтелектуальної діяльності, який виник у результаті зовнішнього впливу (причинно-наслідковий зв'язок).

**Принцип розвитку**. За Т. Сватенковою та О. Тимошенком, "принцип розвитку в діалектико-матеріалістичному тлумаченні є таким: кожному рівню детермінації відповідає свій тип розвитку (як організм суб'єкта розвивається у процесі визрівання своїх психофізіологічних підструктур, як індивід – у процесі діяльнісного привласнення, як особистість – у процесі перетворюючої діяльності) (Л. В. Рябова). Разом з тим мається на увазі, що організм, індивід й особистість також пов'язує між собою певна лінія розвитку – як три послідовні якісні стадії. Цей розвиток не нагадує саморозгортання психічної сутності, він є похідним від розвитку біологічної та соціальної систем" [9, с. 113]. Принцип розвитку дозволяє досліджувати як життєвий шлях науковця, так і еволюцію психологічних ідей М. Грота.

**Принцип системності**. За Т. Корніловою та С. Смирновим, цей принцип наукового дослідження означає "розгляд будь-якого предмета наукового аналізу з конкретних позицій: виділення складових елементів системи та структурно-функціональних зв'язків (причому не зведених до каузальних), обґрунтування її рівнів та системоутворюючих факторів, єдності та функцій, стабільності та управління" [3, с. 268]. Тобто науковий спадок М. Грота розглядається нами як система, як сукупність елементів (психологічних ідей), вивчення яких передбачає застосування теоретичних методів дослідження.

За С. Важинським та Т. Щербак, "методологічна специфіка системного підходу полягає в тому, що метою дослідження є вивчення закономірностей і механізмів утворення складного об'єкта з певних складових. При цьому особлива увага звертається на різноманіття внутрішніх і зовнішніх зв'язків

системи, процес (процедуру) об'єднання основних понять в єдину теоретичну картину, що дає змогу виявити сутність цілісної системи" [1, с. 55].

**Принцип об'єктивності** полягає у розкритті взаємозв'язку історичних фактів, у використанні максимально можливої повноти історичних джерел для вивчення наукової творчості М. Грота. За О. Івакіним, "головне в принципі об'єктивності – це спрямованість на те, щоб зрозуміти світ і будь-яку складову його частину такими, які вони були, є чи можуть бути" [2, с. 99].

Одним з основоположних правил пізнавальної діяльності є **принцип історизму**. За В. Медяником, принцип історизму "передбачає цілісне і всебічне дослідження історичних джерел та історіографічних фактів у діалектичному розвитку, з урахуванням історичної обстановки, історичного досвіду, уроків історії і у взаємозв'язку одне з одним" [6, с. 41–42]. У нашому дослідженні принцип історизму вимагає вивчення життя і діяльності М. Грота у зв'язку з історичними явищами його епохи, з урахуванням конкретно-історичних обставин його життєвого шляху. Саме цей принцип дозволяє розглянути психолого-наукову діяльність та життя М. Грота в їх розвитку, динаміці та змінах.

Для реалізації поставлених у роботі завдань розроблено програму дослідження, що передбачала використання таких методів:

1) **Історико-генетичний метод**, який передбачає дослідження наукової спадщини М. Грота з урахуванням соціально-історичних умов середини XIX ст.

За Л. Мазур, історико-генетичний метод – це "один з основних методів історичного дослідження, який націлений на вивчення генезису (походження, етапів розвитку) конкретних історичних явищ і аналізу причинності змін.

За своїм змістом історико-генетичний метод найбільшою мірою відповідає принципу історизму. В основі історико-генетичного методу лежать переважно описові технології, однак результат історико-генетичного дослідження тільки зовні має форму опису. Основна мета історико-описового методу полягає в поясненні фактів, виявленні причин їх появи, особливостей розвитку та наслідків, тобто аналізі причинності" [4, с. 153].

2) **Бібліографічний метод**, який дозволяє побачити особливості становлення особистості вченого, формування його наукових поглядів та філософського світогляду, його взаємостосунків з сучасниками та народження його теорій.

За О. Масловою та В. Нурковою, бібліографічний метод – це "один з методів гуманітарних наук, в якому джерелами емпіричних даних служать особисті документи (щоденники, листи, автобіографії, мемуари), а також

спеціальні біографічні (нарративні інтерв'ю). У кожній науці Б. м. має свою специфіку.

У психології, педагогіці, медицині Б. м. направлений на вивчення і опис одного людського життя, включаючи світ уявлень і переживань конкретної особистості (в цьому варіанті Б. м. іноді називають автобіографічним)" [5].

Отже, за допомогою бібліографічного методу ми досліджуємо та аналізуємо особисті документи М. Грота, а саме його листи, щоденники тощо.

3) *Порівняльно-історичний метод*. У Філософському енциклопедичному словнику під ред. В. Шинкарука дається наступне визначення порівняльно-історичного методу. Це "сукупність пізнавальних засобів, процедур, які дозволяють установити схожість і відмінність між явищами, що вивчаються, виявити їх генетичну спорідненість (зв'язок за походженням); різновид історичного методу" [12, с. 499]. Цей метод дає змогу здійснити порівняльний аналіз подій та фактів з життя та творчого шляху М. Грота.

Та інші загально-наукові теоретичні методи дослідження.

Методологічно значущою для нашого дослідження є праця українського дослідника М. Папучі "Проблеми психології особистісного розвитку" [7]. М. Папуча говорить, "не слід вважати, що науковість тотожна кількості математичних операцій при обробці емпіричних даних. Тут зовсім інші вимоги і критерії. Досліджувати особистість науково зовсім не означає "виміряти" її шматки тестами-опитувальниками, а потім "обрахувати" це різними хитрими способами з обов'язковим залученням вищої математики. Хоча і це треба, але зовсім не для науки, а для практики (наприклад, для профвідбору). Треба шукати дійсну науковість в інших місцях – там, де є різні експериментальні моделі, глибока аналітика, увага до безпосереднього досвіду. Там, де є діалог в межах науки з приводу об'єкту дослідження. Мабуть, це все попереду. І є надія..." [7, с. 381]. Дійсно, у науковій психології складається стереотип та є небезпечна тенденція – майже всі українські дисертації з психології мають математичний апарат. Але де ж тоді, якщо математика "єдиновірний шлях", нобелівські премії за наукову новизну та відкриття в психологічній науці (скільки вже захищено кандидатських дисертацій з психології з математичним апаратом з часів Незалежності України – а нобелівських премій немає, бо це "прикриття математикою" в дисертаціях з психології не хоче визнаватися міжнародною науковою спільнотою серйозно)? Згідно з дослідником В. Слабінським, серед видатних психологів, що здобули Нобелівські премії за психологічні дослідження, можна виділити наступні імена: "Павлов (1904), Гольджи і Кахаль (1906), Гульстранд (1911), Шеррингтон і Едріан (1932), Дейл і Леві (1936), Гесс

(1949), Моніш (1949), Камю (1957), Екслс, Ходжкин і Хакслі (1963), Сартр (1964), Граніт, Хартлайн і Уолд (1967), Лоренц, Фріш і Тинберген (1973), Сперрі (1981), Хьюбел і Візел (1981), Карлссон, Грінгард і Кандел (2000), Канеман (2002)" [10].

Чи не є цифри при вивченні психічної реальності, що часто наводяться у психологічних дослідженнях, лише симулякр науки? Бо психічна реальність так же не вписується в математичні формули, як говорив З. Фройд про головний мозок людини та психічні феномени: "... продовгуватий мозок – дуже серйозний і красивий об'єкт. Пригадую точно, скільки часу і праці багато років тому назад я присвятив його вивченню. Але тепер я повинен сказати, що мені невідомо нічого, що було б більш байдужим для психологічного розуміння страху, ніж значення нервового шляху, яким проходить його збудження" [11, с. 145].

Ми переконані, слідом за М. Папучею, що в українській психології потрібні дисертаційні дослідження теоретичного та проблематичного характеру. Бо суцільна математика в психології не вирішує ключових психологічних проблем науки – "криза в психології", відсутність єдиного предмета та розуміння термінів в різних парадигмальних напрямках психологічної науки (тобто майже будь-який термін в психології розуміється по-різному і не має єдино-прийнятого тлумачення), тощо. Науковець-психолог повинен мати свободу обрати методологічний шлях наукового дослідження. І якщо дисертант обирає шлях написання дисертації без математичного апарату – це норма, бо психологія потребує не тільки математики, але й глибокої аналітики та теоретичного аналізу психологічних феноменів.

### Література:

1. Важинський С. Е., Щербак Т. І. Методика та організація наукових досліджень: Навч. посіб. – Суми: СумДПУ імені А.С. Макаренка [Електронний ресурс]. URL: [http://www.knuba.edu.ua/ukr/wp-content/uploads/2021/01/Мет\\_орг\\_наук\\_досл.pdf](http://www.knuba.edu.ua/ukr/wp-content/uploads/2021/01/Мет_орг_наук_досл.pdf) (дата звернення: 30.10.2021).
2. Івакін О. А. Об'єктивність як неодмінний принцип пізнання. / Актуальні проблеми держави і права [Електронний ресурс]. URL: <http://www.apdp.in.ua/v29/20.pdf>.
3. Корнилова Т. В., Смирнов С. Д. Методологические основы психологии / Т. В. Корнилова, С. Д. Смирнов, СПб.: Питер, 2008. 320 с.
4. Мазур Л. Н. Историко-генетический метод / Теория и методология исторической науки. Терминологический словарь / Отв. ред. А.О. Чубарьян – М.: Аквилон [Електронний ресурс]. URL: [https://stavroskrest.ru/sites/default/files/files/books/teoria\\_i\\_metodologia\\_istoricheskoy\\_nauki.pdf](https://stavroskrest.ru/sites/default/files/files/books/teoria_i_metodologia_istoricheskoy_nauki.pdf) (дата звернення: 23.09.2021).

5. Маслова О. М., Нуркова В. В. Библиографический метод / Большая российская энциклопедия [Электронный ресурс]. URL: <https://bigenc.ru/sociology/text/1866743> (дата звернення: 27.09.2021).
6. Медяник В. Ю. Підприємницька, наукова та громадсько-політична діяльність М.Ф. Фон Дітмара (кінець XIX – початок XX ст.). Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата історичних наук [Електронний ресурс]. URL: [http://www.dnu.dp.ua/docs/ndc/dissertations/D08.051.14/dissertation\\_5847b591863af.pdf](http://www.dnu.dp.ua/docs/ndc/dissertations/D08.051.14/dissertation_5847b591863af.pdf) (дата звернення: 26.07.2021).
7. Папуча М. В. Проблеми психології особистісного розвитку / М. В. Папуча, Ніжин: ПП Лисенко М.М., 2008. 384 с.
8. Рудоміно-Дусятська О. В. Принцип детермінізму як методологічна основа розробки проблем екологічної психології / Збірка наукових праць. Психологічні науки. Том 2. Випуск 10 (91) [Електронний ресурс]. URL: <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/files/54.pdf> (дата звернення: 30.10.2021).
9. Сватенкова Т. І., Тимошенко О. А. Методологічні та теоретичні проблеми психології: навч. посіб. / Т. І. Сватенкова, О. А. Тимошенко, Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2018. 143 с.
10. Слабинский В. Ю. Психологи – Нобелевские лауреаты [Электронный ресурс]. URL: <https://dr-slabinsky.livejournal.com/288757.html> (дата звернення: 01.11.2021).
11. Фрейд З. Лекции по введению в психоанализ: Т. 2 / З. Фрейд, М.; СПб., 1922 с.
12. Шинкарук В. І. [и др.]. Філософський енциклопедичний словник [Електронний ресурс]. URL: [https://shron1.chtyvo.org.ua/Shynkaruk\\_Volodymyr/Filosofskyi\\_entsyklopedychnyi\\_slovnuk.pdf](https://shron1.chtyvo.org.ua/Shynkaruk_Volodymyr/Filosofskyi_entsyklopedychnyi_slovnuk.pdf) (Дата звернення: 05.04.2021).



Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ КОХАННЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Кохання – вище людське почуття, яке прагне пережити людина, намагаються досягнути митці, філософи, психологічна природа якого привертала увагу багатьох відомих психологів (Е. Еріксон, І. С. Кон, А. Маслоу, Р. Мей, С. Л. Рубінштейн, В. Франкл, Е. Фромм, І. Ялом та ін.). Потреба в любові, здатність кохати є невід'ємною складовою людського існування. А. Маслоу вважав її однією з вроджених людських потреб. Однак, сучасна психологія приділяє недостатньо уваги дослідженню любові, а зосереджується на вивченні деструктивних потреб і якостей людини (М. В. Папуча). З іншого боку, психологія виявилася не готовою до вивчення експериментальними методами явищ такого рівня складності і всеохоплюваності, якою є любов [1; 160].

В своєму дослідженні ми виходили з концептуальних положень С. Л. Рубінштейна про наявність різних способів відношення людини до світу, серед яких можна виділити прагматичне, пізнавальне, споглядальне, моральне. Моральне відношення до людини, в логіці С. Л. Рубінштейна, є "любовним ставленням до неї" [3; 387]. Кохання виступає як ствердження буття людини, виражене у формулі і почутті: "Добре, що ви існуєте у світі" [3; 387], ствердження існування даної людини для іншої, виявлення її сутності. Ця позиція зумовлює таке ставлення до людини, яке виключає відношення до неї як до "маски", функціонального засобу досягнення будь-якої мети, як до об'єкту впливу та маніпуляції. Вона зосереджена не на безпосередньому сприйманні людини, а на розкритті її сутності, "як дзеркало, здатне побачити дійсну сутність людини". До речі, С. Л. Рубінштейн вказує, що виявлення образу коханої людини – часто прихованого для інших – є не ілюзією закоханого, а вбачанням того суттєвого, що є в людині [3; 388]. Любовне відношення є основою етичного відношення до людини, а через неї – і до інших людей (а не кохання – полон, чи як егоїзм удвох, як уособлення від інших людей).

У коханні людина усвідомлює свою цілісність, неповторність, прагне виявити, зрозуміти себе через відкриття і розуміння внутрішнього світу іншої людини. Кохання виступає як найперша, найгостріша потреба особистості. На думку Е. Фромма, людина є відчуженою в цьому світі, самотньою і незахищеною. Повністю подолати відчуженість вона може лише у коханні до іншої людини, що є "зрілою відповіддю на проблему людського існування" [4; 77].

Кохання є глибинним, інтимним доторканням, взаємопрезентацією двох внутрішніх світів, двох психологічно оголених "Я". В цей момент людина починає дійсно бачити іншу людину, бачити всю. Це грандіозне відкриття може відбутися за одну мить, ніби людина раптом стала прозорою і відкритою. Але саме для закоханого, бо інші, що вступають у стандартизовані соціальні стосунки, не здатні побачити всю її сутність і глибину. У цей момент цілковитого відкриття іншої людини зазнає змін вся особистість: людина, здійснивши складну психічну дію відкриття сутності іншої людини, здатна повернути цю дію на себе. Тобто кохання є також засобом розкриття і розуміння себе, свого внутрішнього світу, розкриття сутності свого "Я". За цією глобальною зміною слідує переформування свого розуміння світу і себе в цьому світі. Для здійснення таких перетворень необхідний певний рівень розвитку особистості, її сформованості, зрілості, внутрішньої готовності. І вперше такі передумови з'являються у юнацькому віці.

Кохання є спосіб пізнання сутності іншої людини і самопізнання в юності, відкриття своєї власної суті. На що вказував, зокрема, і Е. Еріксон, розглядаючи юнацьке кохання як "спробу прийти до визначення власної ідентичності через проекцію свого дифузного образу "я" на іншого і можливість таким чином побачити цей образ відображеним і поступово проясненим" [5; 143].

Таким чином, в юнацькому віці людина відкриває в собі здатність та вперше отримує досвід встановлення такого відношення з іншою людиною як кохання.

На наш погляд, експериментальне дослідження кохання як вищого людського почуття можливе в контексті культурно-історичної теорії. Методична процедура дослідження особливостей кохання в юнацькому віці включала методики "Подарунок", "Асоціації". Вибірку склали 2 групи: юнаки (група А) і досліджувані середньої дорослості (група Б).

**Методична процедура "Подарунок"**. В контексті культурно-історичної теорії "подарунок" має знаково-символічну форму. "Знак" є предмет, явище або слово, що є представником іншого предмету, явища, процесу. За ним знаходиться те, заради чого виник (інше явище, предмет). Знак – це психологічний засіб формування, розвитку психічних функцій. До знаку відноситься символ. Психологічна природа і знаку, і символу однакова. Символ – це образ, що є представником інших образів, відношень. При цьому між знаком і символом чітка різниця: знак повинен бути однозначний, символ – багатозначний, змістовний, індивідуалізований, з обов'язковим включенням переживання, з обов'язковим включенням досвіду. Таким чином, в контексті культурно-історичної теорії "подарунок" – це символ, він особистісний, передбачає знання іншої людини.

Методична процедура передбачала завдання досліджуваним визначитися, який дарунок вони подарували б різним людям: мама, тато, вчитель, продавець, лікар, друг, кохана людина, а потім розказати про кожен свій подарунок. Ми виходили з того, що створення досліджуваним символу, зокрема у випадку подарунку коханій людині (реальній чи уявній), відповідає психологічній природі кохання як вищого людського почуття, передбачає сприймання іншої людини на рівні внутрішнього світу. За "подарунком" (реальним чи ідеальним предметом) коханій людині розкриваються індивідуальні особливості відношення (чи готовності до відношення) особистості до коханої людини. Образ "подарунку" як символу має мати такі особливості як багатозначність, індивідуалізованість, рефлексивність, з включенням переживання, досвіду.

Аналіз емпіричних даних дозволяє розглядати усі "подарунки" незалежно від адресатів процедури (мама, тато, вчитель, продавець, лікар, друг, кохана людина) як символи. Вони особистісні, різною мірою рефлексивні, відображають досвід, переживання досліджуваних, знання іншої людини (існуючої/неіснуючої реально, уявний образ чи узагальнений). Однак, можна виділити змістовні особливості цих символів-подарунків залежно від адресатів процедури.

Так, аналіз подарунків та оповідей про них "вчителю", "продавцю", "лікаря" показує, що вони мають особистісний характер, проте спостерігається мало варіацій: залишаються в межах соціально прийнятих, стереотипних дарунків людям даних професій; містять лише елементи рефлексії; немає знання іншої людини. (Наприклад, подарунки "вчителю": цукерки, квіти, електронна книга, книга з підписом улюбленого автора та ін. Опис: подарунок "вчителю" – електронна книга, "Цей подарунок полегшить її життя, дасть можливість не носити з собою тяжкі сумки".)

Аналіз подарунків і оповідей про них "мамі", "татові", "другу", "коханій людині" показує, що основою цих символів залишається особистісний характер; з'являється знання іншої людини, її мрій, бажань; більше варіацій дарунків; вони індивідуалізовані. (Наприклад, подарунки "коханій людині" – романтична вечеря, безліч емоцій, спільна подорож, сюрприз відповідно до захоплень, підтримка, вдячність, кохання, те що людина давно хоче, парні браслети та ін.) Оповіді про подарунки містять елементи рефлексії. Проте, на жаль, ми не спостерігали у досліджуваних юнаків очікуваних нами розгорнутих рефлексивних коментарів своїх подарунків, "терапевтичних", подібних листам чи щоденниковим записам. Навіть у випадку коментарів подарунків "коханій людині". На наш погляд, це обумовлюється, певною особистісною незрілістю,

незначною рефлексією особистих переживань (як досліджуваних юнаків – студентів-психологів молодших курсів, так і дорослих), пілотажним характером дослідження.

**Методична процедура "Асоціації"**. Асоціативні методи в психології почали продуктивно використовуватися з кінця XIX ст. завдячуючи психоаналітичній теорії (З. Фрейд, К. – Г. Юнг та ін.). Вони будувалися, зокрема, на такій особливості емоцій як утворення афективних слідів (постемоційних слідів). В нашому дослідженні методична процедура ланцюгових асоціацій використовувалася як своєрідна "м'яка мова". Ми виходили з того, що ланцюгова асоціація розглядається як неконрольоване, спонтанне протікання процесу відтворення змісту свідомості і підсвідомості суб'єкта, так званого "поточу підсвідомості" [2; 182]. В ситуації продукування асоціацій на слово-стимул (в нашому дослідженні – слово "кохання") отримуємо ланцюжок асоціацій – своєрідне семантичне поле, в якому можна виокремити семантичні групи чи семантичні гнізда. З одного боку, ми не уникаємо вербалізації, традиційної для досліджень сфери емоцій, з іншого ж – маємо незначний ступінь усвідомленості та відсутність прямої мети вербалізації емоційних переживань. В контексті культурно-історичної теорії продукований досліджуваними асоціативний ряд, на наш погляд, можна розглядати як комплекс.

Спроба підійти до аналізу окремих особливостей асоціативного ряду у прямому (вільному) асоціативному тесті в контексті культурно-історичної теорії Л. С. Виготського була здійснена свого часу І. М. Луцініною, В. К. Гайда, В. В. Лоскутовим [2; 174]. Зокрема, вона полягала у виокремленні з точки зору граматичного критерію двох варіантів відповідей реципієнта: синтагматичних і парадигматичних. Синтагматичний характер зв'язку між словом-стимулом і словом-асоціацією означає зв'язок між різними граматичними категоріями, наприклад, між іменником і прикметником, чи дієсловом (н-д, хороший – вчинок, дощ – іде). Під парадигматичними реакціями досліджуваного розуміється зв'язок в межах однієї граматичної категорії (н-д, хороший – поганий, дощ – грязюка). Збільшення синтагматичних відповідей з точки зору дослідників свідчить про комплексність мислення, нездатність досліджуваного виокремлювати однорідні об'єкти, їх ознаки. "Ця комплексність мислення, за Л. С. Виготським, складає специфіку дитячого мислення з його синкретизмом, комплексністю: предмет чи ознака сприймаються разом із аксесуарами, які їх доповнюють" [2; 174]. Для дорослих носіїв мови парадигматичні асоціативні реакції мають складати до 70%. Збільшення ж синтагматичних реакцій свідчить про недостатність аналітичних операцій, певний інфантилізм мислення, або

індивідуально-психологічні особливості досліджуваних, як, наприклад, правостороння асиметрія мозку (тип художника).

Методична процедура "Асоціації" передбачала продукування протягом однієї хвилини будь-яких слів, на думку досліджуваних пов'язаних із словом "Кохання". Подальший аналіз емпіричного матеріалу полягав у виокремленні в асоціативному ланцюжку змістовних груп слів та аналізі структури асоціативного ланцюжка.

В цілому юнаки (група А) називали від 8 до 11 слів. Низька мовленнєва активність досліджуваних (зазначимо, що у людини, яка гарно володіє даною мовою, середній розмір асоціативного ланцюжка складає 19-21 слово [2; 182]), на наш погляд, могла зумовлюватися рядом причин: онлайн формою проведення діагностики; певною закритістю, пов'язаною з інтимністю, значимістю теми опитування; малодиференційованістю уявлень реципієнта стосовно досліджуваного явища.

Змістовний аналіз асоціативного ланцюжка дозволив виокремити наступні змістовні групи:

**-Психофізична сфера**, до якої віднесли психофізіологічні реакції та контакти (н-д, потяг, посмішка, близькість, сексуальні відносини, поцілунок, обійми) (10% відповідей);

**-Психологічна сфера**, яка в асоціативному ланцюгу реципієнтів включала окремі емоції та почуття (н-д, щастя, комфорт, піднесеність, радість, емоції, ніжковіння, спокій, задоволення, ніжність, прив'язаність, натхнення, пристрасть) (22%);

**-Особистісна сфера**, яка включала:

а/особливості особистісних стосунків (н-д, підтримка, допомога, взаєморозуміння, піклування, довіра, відкритість, спілкування, співпереживання, вчинки, взаємність, увага, побачення, дружба, взаємність, приємні слова, романтика, труднощі, захист, затишок) (30%);

б/моральні цінності – ціннісні моральні якості особистості (н-д, вірність, щирість, щедрість, добро, повага) (13%);

в/екзистенційна сфера – мрії, бажання, плани стосовно спільного майбутнього, сумісної діяльності (подорожі, стосунки), родинних стосунків (сім'я, шлюб, весілля, чоловік, дружина, діти), загально-людські цінності (успіх, здоров'я, життя, вічність) (13%);

г/метафори (н-д, тепло, крила, сонце, метелики, літо, весна, краса) (9%);

**-Предмети** (н-д, квіти, морозиво, машина, гроші, будинок, сюрпризи) (3%).

Найбільш нюансовано в асоціативному ряді юнаків представлені "Психологічна сфера" і "Особистісна сфера" – "особливості особистісних стосунків". А отже, можна припустити, що емоційний аспект та особливості особистісних стосунків є найбільш суттєвими у переживанні кохання в юнацькому віці. Причому йдеться про винятково позитивні емоції і гуманні особливості особистісних стосунків. В цілому асоціативний ряд досліджуваних представлений лише словами позитивного змісту і емоційного забарвлення, що поряд із незначною диференціацією вказує на певне ідеалізоване уявлення юнаків про кохання. (Відмітимо, що практично такий же характер воно має і у дорослих досліджуваних).

Наявність "Метафор" (тепло, крила, сонце, метелики, літо, весна, краса), свідчить про те, що вже на рівні окремих асоціацій юнаки створюють символи – здійснюють творчий, особистісний акт. Незначна кількість слів групи "Предмети" та "Екзистенційна сфера" (мрії, бажання, плани стосовно спільного майбутнього, сумісної діяльності, родинних стосунків, загально-людські цінності), на наш погляд, може свідчити про переважання орієнтації досліджуваних юнаків в цілому на інтимно-особистісні, емоційно насичені, ідеалізовані особливості кохання.

Аналіз особливостей асоціативного ряду досліджуваних дорослих (група Б) показує, що він також кількісно малодиференційований; залишається значимим емоційний аспект стосунків ("Психологічна сфера", 16% слів); найбільш значимими у асоціативному ряді виявилися групи слів, які відносяться до "Особистісної сфери" – "особливості особистісних стосунків" (24%), і "Екзистенційна сфера" (28%), які стосуються особливостей особистісних стосунків та мрій, бажань, планів стосовно спільного майбутнього, сумісної діяльності, родинних стосунків, загально-людських цінностей. В цілому у досліджуваних дорослих зберігається певне ідеалізоване уявлення про кохання, як і досліджуваних юнацького віку.

Таким чином, особливістю кохання у юнацькому віці є малодиференційованість, ідеалізованість уявлень про кохання, незначна рефлексивність особистих переживань, орієнтація на позитивні емоції, гуманні особливості особистісних стосунків, творчість породження символів.

### **Література:**

1. Папуча М. В. Внутрішній світ людини та його становлення: [Наукова монографія]. Ніжин: Видавець Лисенко М. М., 2011. 656 с.

2. Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии / В. Д. Балин, В. К. Гайда, В. К. Гербачевский и др. Под общ. ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева. 2-е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер, 2003. 560 с.

3. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.

4. Фромм Е. Искусство любить / Под ред. Д. А. Леонтьева. СПб.: Азбука, 2002. 224 с.

5. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Общ. ред. А. В. Толстых. М.: Прогресс, 1996. 344 с.

**Никоненко О. П.**

кандидат біологічних наук, доцент кафедри психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

**ДО ПИТАННЯ ЩОДО РОЗШИРЕННЯ ДІАГНОСТИЧНИХ  
МОЖЛИВОСТЕЙ ПСИХОГЕОМЕТРИЧНИХ ТА ІДЕОГРАФІЧНИХ  
КОНСТРУКТИВНИХ МЕТОДИК В ПРОЦЕСІ ДОСЛІДЖЕННЯ  
ОСОБИСТОСТІ**

В сучасній теоретичній науковій психології існує дефіцит робіт щодо узагальнюючого концептуального аналізу проєктивного підходу в діагностиці особистості, осмисленого використання відповідних методик в практиці, вирішення важливих прикладних завдань щодо застосування проєктивних тестів. При цьому основна увага приділяється наступним групам методик: 1) словесно-асоціативні техніки, техніки незакінчених речень, техніки, які вимагають вигадати історію; 2) група методик, які передбачають всі інші модальності крім аудіальної; 3) група невідомих (маловідомих) тестів (тест руки І.І. Вагнера, "груповий особистісний тест" – Group Personality Projective Test, GPPT тощо). До останньої групи слід віднести й проєктивні психометричні (С. Деллінгер) та психографічні (А.В. Лібін, А.В. Лібіна, В.В. Лібін) [1; 3] тести, які є популярними не тільки в практиці менеджерів, а й набувають поширення в психотерапії.

Основною проблемою широко відомих методик, які використовуються в проєктивному підході (1 та 2 групи) є складність прогнозування поведінки на основі результатів тестування [2; с. 87]. А. Ф. Корнер вважає, що одна з причин

цього полягає у недостатньому рівні вивчення проблематики механізмів еґо-синтезу.

На нашу думку, інший підхід в проєктивній психології, який передбачає конструювання людської фігури з геометричних форм [1; 3], є пов'язаним з вирішенням прикладних та теоретичних аспектів таких маловивчених глибинних закономірностей.

Наші попередні емпіричні дані, отримані в групі медичних працівників (N=50), вказують на можливість прогнозування параметрів соціальної адаптації з використанням даного методичного підходу в проєктивній психології.

**Таблиця 1. Середні значення показників деяких шкал методики Роджерса-Даймонда (Опитувальник СПА) в групах медичних працівників, які мають різну групову належність, яка визначена з використанням психографічного ідеографічного тесту (ТіГР).**

Типи ТіГР	Середні значення показників шкал методики СПА		
	Адаптивність	Емоційний комфорт	Зовнішній контроль
I тип	137,17	26	31,3
VII тип	113,3	19	24,4
<b>Показники t-критерію Стьюдента</b>			
I тип – VII тип	t=2,2; при p < 0,05	t=2,4; при p < 0,05	t=2,4; при p < 0,05

Як видно з даних, поданих в таблиці 1, медичні працівники I-го типу є більш адаптованими ніж VII-го типу. Це може означати, що агостеніки (ті хто мають достатню силу, щоб вести за собою інших) мають кращі загальні показники соціальної адаптованості, характеризуються вищими емоційним комфортом та зовнішнім контролем в порівнянні з інстеніками (комунікативними й мінливими). Тобто, для осіб, які схильні до швидкого переключення з одного об'єкту інтеракцій на інший, медичний фах не є зовсім бажаним. Нами були виділені також й інші статистично значимі типологічні відмінності за різними шкалами СПА, які вказують на користь використання ТіГР при провідборі й профорієнтації в медичній сфері.

Вподобання семантики геометричних фігур може розглядуватися нами в якості більш базового процесу, вивчення якого може сприяти в подальшому роз'ясненню механізмів, які дозволяють здійснювати прогнозування фахово



значимих патернів з використанням обраного проективного методичного підходу. Він, якщо зважати на теоретичні міркування А. Ф. Корнера [2; с. 94], є більш перспективним ніж підхід, який спирається на методики 1 та 2 типів. Про це свідчать й інші наші емпіричні дані, про які мова буде йти в наступних публікаціях. Вони охоплюють різні особистісні та поведінкові аспекти людини. Загалом наші дані засвідчують певні прогностичні можливості застосованих конструктивних проективних методик, що є корисним не лише в прикладному, але й в теоретичному аспекті. Зворотний бік збору емпіричного матеріалу в означеному руслі зводиться до деталізації особистісно-психологічного опису типів людей, які означені в методиках Сьюзен Делінгер та ТіГР.

### **Література**

1. Коган П.Д. О валидности популярного психометрического теста С. Деллингер [Электронный ресурс] / П.Д. Коган. – 2015. – Режим доступа: <http://forum.ht-line.ru/threads/o-validnosti-populjarnogo-psixometricheskogo-testa-s-dellinger.368/>
2. Корнер А.Ф. Теоретическое исследование пределов возможности проективных методик / А.Ф. Корнер; пер. с англ. // Проективная психология. – М.: Апрель Пресс,Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 528 с.
3. Либин А.В. Психографический тест: конструктивный рисунок человека из геометрических форм / А.В. Либин, А.В. Либина, В.В. Либин. – М. : Эксмо, 2008. – 368 с.
4. Прошанский Г.М. Современные техники: обзор и перспектива дальнейших исследований / Г.М. Прошанский; пер. с англ. // Проективная психология. – М.: Апрель Пресс,Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 528 с.

**Павлєєв В. О.**

студент 2МПС групи очної форми навчання спеціальності (053)  
Психологія (клінічна), Національного університету імені М.П.Драгоманова  
Факультету спеціальної та інклюзивної освіти, кафедри спеціальної психології  
та медицини, м. Київ, Україна

**Дем'яненко Б. Т.**

кандидат медичних наук доцент кафедри спеціальної психології та медицини,  
Національного університету імені М.П.Драгоманова, Факультет спеціальної та  
інклюзивної освіти, кафедра спеціальної психології та медицини,  
м. Київ, Україна

## **ПСИХОДІАГНОСТИКА ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ СИНДРОМУ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ЮНАКІВ**

Актуальність синдрому емоційного вигорання у юнаків обґрунтовується тим, що існує тенденція до зростання психологічних і психопатологічних проблем у юнаків. Емоційні та поведінкові порушення у юнаків також легко виникають на фоні кризи розвитку, яку видатний американський психолог Е.Еріксон назвав "кризою інтимності проти ізоляції". Студентська молодь щодня піддається стресогенним факторам. На фоні синдрому емоційного вигорання у студентів часто формується невротичні та психосоматичні стани. [7]

Під синдромом емоційного вигорання (burn-out) розуміють комплекс психологічних проблем, що виникають у людини в зв'язку з її професійною діяльністю, і вперше описані Х.Фрейдєнбергом у 1974р. [3]

Провідний спеціаліст у галузі емоційного вигорання, американський психолог К.Маслач у 1982р. дала визначення комплексу психологічних проблем, який вона назвала "берн-аут"(burn-out): "Берн-аут – це синдром емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження особистісної результативності, який може виникати серед спеціалістів, що займаються різними видами хелперських професій". [2]

Співробітники К.Маслач психологи А. Пайнз і Е.Аронсон не обмежують синдром емоційного вигорання вищезазначеним колом професій, а розглядають його як симптом перевтоми, який може зустрічатися в будь-якій професії, а також за межами професійної діяльності. [2]

Проблема синдрому емоційного вигорання у юнаків та студентів знайшла своє відображення в роботах зарубіжних та вітчизняних вчених, присвячених змісту, структурі та методам його діагностики (К.Маслач, У.Шуфелі,

С.Максименко, Л.Карамушка, А.Мудрик, Б.Дем'яненко). Однак цілісного уявлення про механізми формування цього синдрому, особливості прояву та ознаки емоційного вигорання у студентів, а також наукові дослідження на тему психологічної корекції емоційного вигорання у юнаків у вітчизняній науці на сьогоднішній день досить мало.

Зважаючи на актуальність даної проблеми, нами було проведено дослідження синдрому емоційного вигорання у юнаків з листопада 2020 по травень 2021. Вибірку для нашого дослідження склала група студентів із 20 осіб. Серед них 17 дівчат і 3 юнаків. Вік студентів від 21 до 24р. 10 з них студенти 3 курсу денної форми бакалаврату, і 10 – студенти 1 курсу денної форми магістратури. Всі студенти – майбутні клінічні/спеціальні психологи факультету спеціальної інклюзивної освіти НПУ ім. М.П.Драгоманова.

Для всіх груп досліджуваних були отримані наступні результати:

За методикою опитувальника М.Маслач "Діагностика професійного вигорання" були отримані такі результати:

- емоційне виснаження високого рівня – 50%  
середнього рівня – 35%
- деперсоналізація високого рівня – 35%  
середнього рівня – 30%
- редукція особистих досягнень високого рівня 60%  
середнього рівня – 30%

За опитувальником В.Бойка "Методика діагностики емоційного вигорання" було виявлено наступні показники:

Фаза виснаження у юнаків проявилась у такий спосіб: 20% обстежених мають сформовану фазу, що має свій прояв в наявності клініко-психологічної симптоматики у вигляді симптоми соматоформних і психовегетативних порушень. 40% опитаних мають складену фазу резистенції, 55% обстежених мали фазу в стадії формування.

За опитувальником стратегій подолання стресових ситуацій "SACS" С.Хобфолла виявили наступні показники:

Переважає більшість юнаків має високу ступінь виражених копінг-стратегій "уникання" (70%), та "агресивних дій" (70%), які є не конструктивними копінг-стратегіями.

За опитувальником К.Бартоломью, В.Горовіца "Самооцінка генералізованого типу прив'язаності", надійна прив'язаність зустрічалася у 30% випадків, а ненадійна у 70%. Серед ненадійного типу прив'язаності:

амбівалентний вид прив'язаності у 40%, уникаючий – у 20% і у 10% – дезорганізований.

За методикою опитувальника Г.Шмішека "Діагностика акцентуацій характера" було встановлено наступну вираженість ознак акцентуацій:

- демонстративний – високий 15%, середній – 60%
- тривожний – високий 40%, середній – 45%
- гіпертивний – високий 30%, середній – 45%
- екзальтований – високий – 35%, середній – 40%
- циклотимний – високий 15%, середній 55%

Методика "Діагностика наявності вираженості ірраціональних установок" А.Еліса допомогла виявити наступні ірраціональні установки – "катастрофізація" (високий – 80%, середній – 20%). Схильність будувати негативні прогнози та завищені очікування щодо себе (високий – 50%, середній – 50%). Схильність будувати негативні прогнози та завищені очікування щодо інших (високий – 50%, середній – 50%).

Детальний аналіз результатів експериментальних досліджень дозволив виділити 2 групи юнаків, які відрізняються рівними ступенями емоційного вигорання.

Для першої групи з високим рівнем емоційного вигорання (8 юнаків: 4 бакалавра, 4 магістра) були характерні такі результати: за опитувальником В.Бойка "Методика діагностики емоційного вигорання" сформована фаза виснаження виявлена у 29%, що може вказувати на трансформацію психологічних проблем у клінічні прояви у юнаків. Ці показники корелювали з не конструктивними копінг-стратегіями "уникнення" 70%, "агресивні дії" – 70%. Амбівалентний вид прихильності виявлено у 40%, дезорганізований у 10%. Домінуючими акцентуаціями були тривожна та екзальтована. Діагностика наявності ірраціональних установок показала високий рівень катастрофізації і завищених очікувань від себе.

Друга група з середнім рівнем емоційного вигорання (12 юнаків: 6 бакалаврів, 6 магістрів) були характерні такі результати: за опитувальником В.Бойка "Методика діагностики емоційного вигорання" , сформована фаза виснаження виявлена у 20%. Для цієї групи характерні більш конструктивні копінг стратегії, а також надійний тип прихильності.

Домінуючими акцентуаціями були демонстративна та гіпертимна. Також спостерігаємо меншу кількість ірраціональних установок, ніж в першій групі.

В основі програми психологічної корекції синдрому емоційного вигорання у юнаків була покладена 8-тижнева програма методики усвідомленої уваги

(Дж.Кабат-Зін), М.Уільямс. З.Сігал. Ця програма була модифікована нами і вмістила в себе психодинамічні та когнітивно-поведінкові інтервенції. [6]

Програма проводилася з листопада 2020 по травень 2021 рік та була поділена на 3 етапи:

- 1) Підготовчий (1-3 тижні)
- 2) Основний (4-6 тижні)
- 3) Заключний (7-8 тижні)

Всього було проведено 14 семінарів-тренінгів. Програма корекції вміщувала в себе проведення семінарів-тренінгів – 2 рази на місяць в онлайн формі. Заняття включали в себе лекції кандидата медичних наук, доцента кафедри спеціальної психології та медицини, Національного університету імені М.П. Драгоманова, факультету спеціальної та інклюзивної освіти, кафедри спеціальної психології та медицини Дем'яненка Бориса Трохимовича та доповіді студентів по різним аспектам синдрому емоційного вигорання і психотерапії. Також проводилась глибинна психотерапія, яка включала символ-драму з моделлю внутрішньо-сімейної системи Шварца та медитації люблячої доброти. Окрім цього, програма містила в себе виконання завдань по ідентифікації когнітивних установок та їх модифікації, а також формування асертивності. Контроль завдань відбувався щотижнево.

На першому етапі крім занять медитацією майндфулнес, також відбувався аналіз пасток свідомості по Дж.Янгу і аналіз ірраціональних установок. [8,9]

На другому етапі використовувалися методики модифікації ірраціональних установок, діалоги між субособистостями, а також методики формування асертивності. [1,5,9]

На заключному етапі практикували активне засвоєння методик когнітивного та образного дистанціювання, формування істинного "я", а також методику підвищення особистісної ресурсності при синдромі емоційного вигорання (по М.Осберг). [4,5,6]

Програма психологічної корекції синдрому емоційного вигорання у юнаків показала свою ефективність у вигляді позитивної динаміки психологічного стану юнаків.

Після проведення психологічної корекції, ми отримали наступні дані для всіх груп.

За методикою опитувальника М.Маслач "Діагностика професійного вигорання" були отримані такі результати:

- емоційне виснаження високого рівня – знизлося з 50% до 40%
- середнього рівня – знизлося з 30% до 20%

- деперсоналізація високого рівня – знизилася з 40% до 25%  
середнього рівня – знизилася з 25% до 15%
- редукція особистих досягнень високого рівня – знизилася з 60% до 50%  
середнього рівня – знизилася з 35% до 25%

За опитувальником В.Бойка "Методика діагностики емоційного вигорання" було виявлено що, фаза виснаження у юнаків – знизилася з 25% до 20%.

За опитувальником стратегій подолання стресових ситуацій "SACS" С.Хобфолла виявили, що копінг-стратегій "уникання" – знизилася з 70% до 60%, та "агресивних дій" – знизилася з 70% до 60%.

За опитувальником К.Бартоломью, В.Горовіца "Самооцінка генералізованого типу прив'язаності", надійна прив'язаність підвищилася з 30% до 40% випадків, а ненадійна знизилася з 70% до 60%.

Методика "Діагностика наявності вираженості ірраціональних установок" продемонструвала зниження рівня вияву установки "катастрофізація" (високого ступеня з 80% до 60%, середнього – 20% до 10%). Установка "Схильність будувати негативні прогнози та завищені очікування щодо себе" вказала на те, що (високий рівень вираженості знизився – з 50% до 40%, середній – з 50% до 40%). Установка "Схильність будувати негативні прогнози та завищені очікування щодо інших" вказала на те, що (високий рівень вираженості знизився – з 55% до 50%, середній – з 60% до 50%).

Позитивна динаміка психокорекції синдрому емоційного вигорання була вищою в другій групі юнаків. Зменшення показників рівня вигорання чітко корелювало з наступними психологічними особливостями:

- 1) формування надійної прив'язаності
- 2) активізація конструктивних копінг-стратегій
- 3) формування раціональних когнітивних установок
- 4) Методичне і систематичне виконання вправ по медитації та модифікації когніцій та поведінки.

Ми продовжили наші семінари-тренінги, які крім вищенаведених методик досліджень, включають в себе методику дослідження емоційного інтелекту і акцент психологічної корекції синдрому емоційного вигорання пов'яжемо з емоційним інтелектом.

### Література

1. Арнтц А. Практическое руководство по схема-терапии / А. Арнтц, Г. Якоб // Пер. с нем. Е. Плотниковой; под. научной редакцией А. В. Черникова. – М.: Научный мир, 2016. – 320 с.

2. Бишоп С. "Тренинг ассертивности: избранные упражнения"
3. Бойко В. В. Синдром "эмоционального выгорания" в профессиональном общении / под ред. В. В. Бойко. СПб., 1999. 112 с
4. Гоулман Д. Деструктивные эмоции // пер. с англ. О. Г. Белошеев. Москва: Попурри, 2005. 167 с.
5. Дем'яненко Б.Т. Функціональна діагностика психічних порушень у дітей та юнаків та їх комплексна медико – психологічна корекція / Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19.
6. Обухов Я. Л. Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков. – М.: Эйдос, 1997, 112 с
7. Павлеєв В.О., Особливості синдрому емоційного вигорання у юнаків з акцентуаціями характеру. Освіта і наука – 2020. Зб. наукових праць. – К: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. с. 1009-1011
8. Уильямс М. Осознанность: как обрести гармонию в нашем безумном мире / Марк Уильямс, Денни Пенман ; пер. с англ. Ю. Цыбышевой ; науч.ред. Н. Никольская. – М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. – 288 с
9. Шварц Р. К. Системная семейная терапия субличностей / Пер. с англ. Х.М. Воскановой, предисл. К рус.изд. А.В. Черникова – М.: Научный мир, 2011. – 336 с.

**Пирог О. М.**

магістрантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ НЕРВОВИХ ЗАХВОРЮВАНЬ**

За останнє сторіччя зміни в поширеності хвороб та причин смертності кардинальні. Зменшився рівень захворюваності та смертності людей від інфекційних захворювань [1], але завдяки науково-технічному прогресу вплив соціуму стає більш агресивний, до людини.

Соціальні контакти передусім є джерелом відчутних стресів і конфліктів для індивіда, і мають негативний вплив на психічне та фізичне здоров'я. Реакції на стрес, що викликаний соціальними факторами, у багатьох людей перестали бути фізіологічними. І як наслідок цього, головний мозок з його високочутливими нейрональними та нейроендокринними системами не встигає адаптуватись до

тих несприятливих ситуацій, що швидко виникають в житті людини, і ми бачим дезадаптацію у вигляді збільшення психічних та психосоматичних розладів [2].

Поява концепції біопсихосоціального здоров'я підкреслює, що самопочуття людей нероздільно пов'язане з природними і соціальними факторами. Рівень здоров'я кожного індивіду є показником, який чітко відбиває цивілізаційні зміни.

Необхідність покращення особистісного та цивілізаційного здоров'я є метою для більш складних підходів до курації хворих. Таким сучасним потребам може відповідати психосоматичний підхід. Він може містити психофармакологічні, психотерапевтичні та профілактичні методи, які є важливими як на первинній ланці надання медичної допомоги пацієнтам так і на вторинній. [3]

Окрім того, психосоматичний підхід тлумачить: взаємозв'язок між психологічними та біологічними факторами та їх вплив на виникнення та протікання хвороб, дію негативних стресогенних чинників на нейроендокринну регуляцію соматичних процесів, унікальний вплив середовища (психосоціальних чинників) на патогенез захворювань, яким шляхом хронічний стрес стимулює надмірні фізіологічні відповіді вегетативної систем, залучаючи головний мозок та його емоційні, когнітивні та поведінкові реагування, доцільність психологічної допомоги для лікування, профілактики та реабілітації пацієнтів з соматичними хворобами

Психосоматичний підхід пояснює способи, в які соціально-економічні проблеми та стреси, поєднуючись з поведінкою та стилем життя, можуть безпосередньо впливати на здоров'я людини. Відповідно до біопсихосоціальної парадигми, що тепер переважає в медичній спільноті, соматичні прояви здоров'я включають досконалу саморегуляцію, цілісність фізіологічних процесів та пристосованість до зовнішнього середовища на рівні максимуму. Ступінь панування над обставинами життя показує особистісну ознаку здоров'я. Соціальний аспект здоров'я включає в себе соціальну активність людини, її працездатність, бажання діяти в світі [3].

Укріплення психологічного здоров'я є одним з основних факторів, у світовій медицині, для підвищення якості життя, продуктивності і благополуччя людей в сімейному, особистому, соціальному та робочому житті, та покращуючи якість соціальних зв'язків в суспільстві.



## Література

1. Показники захворюваності і поширеності та сучасні погляди на профілактику хвороб. // "Вісник Вінницького національного медичного університету". – 2020. – С. 158–161.
2. Behavioral and Structural Adaptations to Stress [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5963997/>.
3. Біопсихосоціальна модель допомоги: основні принципи діагностики та лікування. // НЕЙРОNEWS. – 2013. – №6.

**Поліщук М. С.**

магістрантка факультету психології та соціальної роботи Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

### **НАДАННЯ ПЕРЕВАГ ПСИХОГЕОМЕТРИЧНИМ ФОРМАМ ОСОБАМИ З РІЗНИМ ТИПОМ АКЦЕНТУАЦІЇ**

Поняття "акцентуація" близьке до поняття "розлад особистості". Основною відмінністю є те, що три основні характеристики розладу особистості (вплив на всі сфери життя людини, стабільність у часі, соціальна дезадаптація) ніколи не присутні в акцентуації одночасно:

1. Акцентуована людина може специфічно реагувати на специфічні психогенні впливи, але тільки на них, у той час як людина з розладом особистості на будь-які психогенні впливи реагує відповідно до особливостей свого розладу (вплив на всі сфери життя).

2. Акцентуації можуть найбільш яскраво проявлятися тільки протягом певного періоду життя людини (наприклад підліткового періоду) і зазвичай згладжуються з часом, в той час як для розладів особистості характерна поява на ранніх періодах життя і стабільність чи посилення проявів протягом життя (стабільність у часі).

3. Акцентуації можуть не призводити до соціальної дезадаптації взагалі або приводити до неї лише на нетривалий час, в той же час, розлади особистості заважають такої адаптації постійно (соціальна дезадаптація).

Наше сьогодення наповнене вражаючими і дивовижними відкриттями, зверненнями та дослідженнями в соціальній, політичній, економічній та інших

сферах. Усі вони здійснюються людським розумом, людською думкою, уявою, фантазією, людським талантом.

Теоретичне обґрунтування проєктивних методів засноване на понятті "проєкція" (від латинського *projectio* – метання вперед). Існує різниця між психоаналітичним і психодіагностичним розумінням цього явища. При психоаналізі проєкція – це, перш за все, захисний механізм, що полягає в несвідомому приписуванні іншому властивостям, якостям, мотивам, думкам і почуттям, неприйнятним для себе. У психодіагностиці проєкція (в 1939 році Л. Франк вперше використав це поняття для позначення ряду тестів, які були зафіксовані і збережені донині) розуміється як процес і результат взаємодії суб'єкта з об'єктивно нейтральним неструктурованим матеріалом ("плями", "невизначені ситуації", "тема малювання" і т.д.), під час яких сама ідентифікація і проєкція, тобто наділені власними думками, почуття, переживання. Таким чином, продукти діяльності суб'єкта (малюнки, оповідання і т.д.) несуть відбиток його особистості.

На піку своєї популярності проєктивні методи тиснули на традиційні методи психодіагностики. На нашу думку, цьому сприяли наступні обставини: по-перше, проєктивні методи прагнули цілісного опису особистості, а не до якоїсь конкретної властивості або перерахування рис особистості. А по-друге, вони представляли собою прекрасний простір для роздумів самому психологу, який, не обмежуючись строгими інструкціями, зміг інтерпретувати виявлені результати, орієнтуючись на певну наукову школу і власний досвід.

Першою обраною мною методикою був тест "Конструктивний рисунок людини з геометричних фігур" або скорочено ТиГр (Тест ідеографічний). Даний тест в одному тестовому завданні об'єднує проєктивний малюнок фігури людини з неосмисленим наданням переваг основних геометричних форм. Основна відмінність завдання тесту заключається в зображенні фігури людини із простих геометричних форм – трикутника, круга, квадрата. В ході тестування потрібно намалювати або сконструювати фігуру людини використовуючи тільки трикутники, круги і квадрати, які складаються рівно з десяти частин.

Потреба в графічному самовираженні являється такою ж невід'ємною суттю людини, як і необхідність щоденно дивитись на своє відображення в дзеркалі. Графічні прояви внутрішньої суті думок, хвилювань, відносин є доказом нашої сугубо людської здатності виразити себе.

Інтерпретація психологічної проєкції внутрішнього стану людини, що проявляється в конструктивному малюнку, базується на системі трьох взаємопов'язаних методів:

- Семантичного аналізу неосмисленого надання переваг трикутнику, квадрату і колу;
- Експериментального аналізу кількісного співвідношенню використаних в малюнку геометричних фігур;
- Змістового аналізу особливостей самого зображення людини.

Наступною методикою яку я використала в своїй роботі є опитувальник Шмішека (особистісний опитувальник, який призначений для діагностики типу акцентуації особистості, є реалізацією типологічного підходу до її вивчення).

Відповідно до теорії "акцентуованих особистостей" існують риси особистості, які власними силами ще є патологічними, проте можуть за певних умов розвиватися у позитивному чи негативному напрямі. Риси ці є загостренням деяких властивих кожній людині індивідуальних властивостей. У психопатів ці риси досягають особливо великої виразності.

#### **Список використаних джерел**

- 1) Бурлачук Л. Ф., Духневич В. Н. Акцентуации личности: что диагностируем? // Вопр. психол. – 1998. – № 2. – С. 136-143.
- 2) Елисеєв О. П. Конструктивная типология и психодиагностика личности. – Псков: Изд-во Псковского обл. Ин-та усовершенствования учителей, 1994.
- 3) Клайн П. Справочное руководство по конструированию тестов. Введение в психометрическое проектирование. – Киев, 1994.
- 4) Леонгард К. Акцентуированные личности. Киев, 1981.
- 5) Леонгард К. Акцентуированные личности / К. Леонгард. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2000. – 316 с
- 6) Либин А. В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций\* М.: Смысл, 1999. – 532 с.

магістрантка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## ОСОБЛИВОСТІ УСВІДОМЛЕННЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ ДАННОСТЕЙ У ДОРΟΣЛОМУ ВІСІ

Дана тема, на мою думку, досить цікава, глибока та стосується багатьох напрямків життєдіяльності людини.

Спершу згадаємо, що ж саме є – усвідомлення та його характерність. Усвідомлення – це фокусування свідомості на психічних процесах, на тих чуттєвих образах дійсності, які особистість отримує завдяки їм. В основі усвідомлення лежить узагальнення власних психічних процесів, що приводить до оволодіння ними. Актуально усвідомленим є лише той зміст нашої психіки, який виступає перед особистістю як предмет, на який безпосередньо спрямована та чи інша її дія. Інакше кажучи, для того, щоб зміст, який сприймається був усвідомлений, потрібно, щоб він зайняв у діяльності людини структурне місце мети дії і, отже, вступив у відповідне відношення з мотивом цієї діяльності. Тільки порівняння ідеального та реального, бажаного й дійсного, мети і мотиву веде до усвідомлення.

Екзистенціальна психотерапія, за визначенням І. Ялома, є динамічним терапевтичним підходом, що сфокусований на визначенні базових проблем життєіснування людини. Як будь-який інший динамічний підхід (фрейдистський, неофрейдистський), екзистенціальна терапія ґрунтується на динамічній моделі функціонування психіки, згідно з якою на різних рівнях психіки (свідомого та несвідомого) індивіда присутні конфліктуючі сили, думки та емоції, а поведінка (адаптивна і неадаптивна) є результатом їх взаємодії.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки питанню відношення до життя та смерті, а також вивченню сутності критичних життєвих ситуацій приділяється багато уваги, в першу чергу, через їх вплив на становлення особистості, особливо в ціннісно-смісловому аспекті. Провідну позицію в цьому питанні відведено екзистенціально-гуманістичній парадигмі. Такими силами в екзистенціальному підході вважаються конфронтації індивіда з кінцевими данностями життєіснування: смертю, свободою, ізоляцією та безглуздістю. Відповідно, вчені виокремлюють чотири екзистенціальні конфлікти:

- між усвідомленням неминучості смерті та бажанням продовжувати життя;

- між усвідомленням власної свободи та необхідністю бути відповідальним за своє життя;

- між усвідомленням власної глобальної самотності та бажанням бути часткою більшого цілого;

– між потребою мати сенс життя і певну його структуру та усвідомленням байдужості Всесвіту, що не пропонує конкретних сенсів.

Припускається, що усвідомлення людиною цих кінцевих даностей породжує в ній страждання, страхи і викликає тривогу, нормальну чи невротичну. Психологічна допомога людині більшою мірою необхідна саме в тих ситуаціях, коли нормальна тривога перетікає в невротичну. Слід зазначити, що екзистенціальні консультанти, коли працюють з тривогою, не намагаються позбутися її назавсім, а прагнуть зменшити її до комфортного рівня і потім використовувати наявну тривогу для підвищення самоусвідомлення та вітальності клієнта.

Страх смерті має величезне значення у внутрішньому досвіді людини, а ставлення до смерті впливає на її життя і психологічний розвиток. І. Ялом висунув дві тези, кожна з яких має фундаментальне значення для екзистенціальної психотерапевтичної та консультативної практики:

1. Життя та смерть взаємозалежні; вони існують одночасно, а не послідовно; смерть, безперервно проникаючи в межі життя, має великий вплив на наш досвід і поведінку.

2. Смерть – первинне джерело тривоги і, таким чином, має фундаментальне значення як причина психопатології.

Усвідомлення смерті може стати позитивним імпульсом, найсильнішим каталізатором серйозних життєвих змін. Проте усвідомлення смерті завжди болісне і викликає тривогу, тому люди схильні створювати різні психологічні захисти. Сучасність дозволяє, наприклад, протиставляти цьому страху свою віртуальну особистість, граючи в комп'ютерні ігри і відчуваючи себе при цьому володарями над смертю.

В людей дорослого віку страх смерті (думки про неї) витісняється двома основними життєвими завданнями – побудова кар'єри і створення сім'ї. Далі, у так званому середньому віці, страх смерті повертається і охоплює людей з новою силою й уже ніколи не полишає їх. Жити і постійно усвідомлювати власну смертність нелегко, жити і ціпеніти від страху неможливо, тому люди вигадують способи, щоб пом'якшити страх смерті. І. Ялом виділив у дорослих людей два головних механізми захисту від тривоги, що пов'язані зі смертю: віра у свою виключність та віра в спасителя.

Перший екзистенціальний конфлікт – це конфлікт між страхом небуття і бажанням жити, точніше усвідомленням неминучості смерті і бажанням продовжувати життя. Завдання консультанта у розв'язанні першого екзистенціального конфлікту полягає в тому, щоб підвести клієнта до такого поглибленого усвідомлення смерті, яке б призвело його до більш високої оцінки життя, відкрило перспективи для особистісного зростання і надало можливість відчувати сутність (екзистенцію) буття. Слово "екзистенція" ("існування") походить від лат. *existere* – виділятися, з'являтися. За визначенням Р. Мея, буття означає потенцію, джерело потенціалу, і мається на увазі, що хтось перебуває в процесі перетворення на щось. Почуття "буття в світі" у людей пов'язане з усім досвідом їх існування (свідомим та несвідомим) і визначається трьома взаємопов'язаними вимірами: внутрішній світ (унікальний індивідуальний світ кожної людини), спільний світ (світ спілкування та взаємостосунків), зовнішній світ (природний світ, який уособлює закони природи, біологічні потреби, життєві цикли організму). Полярністю буття є небуття, ніщо, пустота. Найбільш очевидна форма небуття – смерть. До відчуття пустоти людину веде зниження її життєвого потенціалу, зумовлене тривогою і конформізмом, а також недостатність чіткого самоусвідомлення. Крім того життю людини можуть загрожувати руйнівна ворожість і фізична хвороба.

Відношення людей до смерті змінювалось разом зі світоглядом протягом всього існування людства. Таке відношення будувалось на розумінні смерті як природного продовження та закінчення життя до повного їх розриву у свідомості людини, розведення їх як двох різних сутностей, їх взаємозаперечення.<sup>3</sup> Наявність смислу життя є необхідною умовою людського існування. Усвідомлення кінця свого існування стимулює людину максимально використовувати відведений їй час життя, ставить питання про осмисленість життя, відповідальність за її наповнення. В цьому аспекті підкреслюється важливість організації та регуляції часу життя, умовою якого є виділення особистістю життєвих цілей, реалізація яких і наповнює життя смислом. Багато авторів відмічають, що події в житті людини можуть обумовлювати переосмислення сенсу життя. Особливу роль в такому процесі відіграють критичні ситуації, які викликають переоцінку цінностей людини, актуалізацію та усвідомлення нових смислів. Наприклад пандемічне захворювання COVID-19 та добровільна вакцинація від нього.

У межах вирішення екзистенціальних конфліктів, важливо підкреслити, що позитивні взаємини в системі "консультант – клієнт" допомагають клієнту:

– виявити міжособистісну патологію, яка може заважати підтриманню стосунків у теперішній час і в майбутньому. Клієнти часто викривляють деякі аспекти своїх стосунків з консультантами. Консультанти можуть підвищувати усвідомлення клієнтами таких викривлень, зокрема, підвищувати усвідомлення впливу цих викривлень на стосунки з іншими людьми;

– пізнати межі стосунків. Клієнт дізнається, що саме може отримати від інших, але також, і це набагато важливіше, чого не може отримати від інших;

– самоствердитися, оскільки для клієнта надзвичайно важливо, що хтось, кого він поважає, і хто дійсно знає всі його сильні та слабкі сторони, приймає його;

– протистояти екзистенціальній ізоляції, екзистенціальному вакууму;

– зрозуміти, що тільки він сам відповідальний за своє життя.

Особливістю екзистенційних проблем є те, що вони не можуть бути вирішені раз і назавжди. Психологічна проблема людини, навіть складна, може бути успішно вирішена і людина до неї не повертається. Екзистенційні проблеми – це виклики, які потребують постійної відповіді. На різних вікових етапах чи під впливом якихось життєвих подій маємо постають ті чи інші екзистенційні проблеми. У зрілому віці люди стикаються зі смертю, переживаючи втрату найближчих людей. А потім починають йти ровесники, і людина має підготуватися і до власного догляду. На кожному життєвому етапі через якісь події чи вікові зміни ми повинні знаходити відповідні нашому рівню зрілості відповіді. Інші екзистенційні проблеми також можуть бути раз і назавжди вирішені; наприклад, проблема сенсу життя – на різних життєвих етапах ми знаходимо різні сенси. Таким чином, екзистенційні проблеми потребують постійної роботи людини.

### **Литература**

Гришина Н. В., Введение в экзистенциальную психологию: учеб. пособие. – СПб.: Изд-во С. – Петерб. ун-та, 2015. – 120 с.

#### Особенности экзистенциального подхода в психологии

Ялом И. Д. Экзистенциальная психотерапия / Ирвин Д. Ялом ; [Пер. с англ.: Т.С.Драбкина]. – Москва : "Класс", 2004. – 575 с.

студентка магістратури кафедри загальної та практичної психології  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОЧОЇ ТРИВОЖНОСТІ

Актуальність дослідження пояснюється частими тривожними розладами сучасних жінок різного віку та необхідністю дослідження причин їх гендерних особливостей.

Наразі стресу піддається значна частина населення. А тривога, спираючись на класичну концепцію стресу Г.Сельє – перша стадія стресу, яка виникає як реакція на подразник, провокуючи поведінкові, інтелектуальні, емоційні та фізіологічні зміни. Тривога – це природне відчуття страху перед загрозою, яке допомогло нашим предкам вижити. Тому існує поділ на так звану нормальну тривогу та невротичну. Невротична тривога являє собою діаметральну протилежність нормальній. Це реакція на загрозу, яка:

1. Неадекватна об'єктивній реальності;
2. Включає витіснення (дисоціацію) та інші форми інтрапсихічного конфлікту і, як наслідок –
3. Людина управляє нею (тривогою) завдяки різним формам обмежень власних дій, засудження себе або за допомогою різних захисних механізмів [2, с. 227].

На те, яким чином людина зможе впоратися з тривогою значно впливають гендерні відмінності. І починаються вони з біологічних особливостей.

Енн Мойр та Девід Дрессел у книзі "Стать мозку" (1989 р.) стверджували, що ідея рівності чоловіка та жінки представляє собою "біологічний та науковий обман", зважаючи на суттєві відмінності будови та функціонування окремих ділянок мозку. Луанн Брайзендайн у книзі "Жіночий мозок" (2006 р.) порівняла мозок жінки з гормонально стабільним мозком чоловіка. Жіночий мозок включає в себе цілий "коктейль хімічних процесів" і суттєво змінюється на різних етапах її життя. Хоча чоловічий мозок на 9% більший за розмірами, проте в жіночому на 11% більше нейронів в ділянках мозку, які відповідають за мову та слух. Різниця також в мигдалеподібному тілі або Амигдалі – ця область відповідає за емоційні реакції, страх, агресію і дію. Так от амигдала значно більших розмірів у чоловіків, ніж у жінок, навіть беручи до уваги загальний розмір мозку. "Ларрі Кейхіл, професор Каліфорнійського університету, який спеціалізується в області нейробіології та поведінки, виявив, що в чоловіків більш активна права частина



мигдалеподібного тіла, а в жінок – ліва. Ліва частина пов'язана із зоною управління емоціями та самоконтролю. Чоловік у стані стресу хоче пробігтися або побути на самоті. У жінки під час подібних обставин активізується система мозку, що відповідає за прихильність, відбувається викид окситоцину, гормону любові, спокою, захисту та безпеки. Тому зазвичай під час стресу жінки прагнуть до спілкування з друзями, сподіваючись на розраду та підтримку" [1]. Ці та інші дані дослідження підтверджують суттєву різницю не лише в нервовій системі, яка фіксує задоволення чи біль, а також у нейронах, які передають сприймання, думки, почуття та емоції.

Психологічну сторону тривоги висвітлювали багато психотерапевтів і психологів із різних точок зору. Ролло Мей у роботі "Смысл тревоги" виділив і розкрив такі підходи до визначення тривоги: "Фрейд і його теорія тривоги", "Ранк: тривога й індивідуалізація", "Адлер: тривога та почуття неповноцінності", "Юнг: тривога та загроза ірраціонального", "Хорні: Тривога та ненависть", "Салліван: тривога як передчуття несхвалення". Р. Мей підсумував думки інших вчених з приводу того, що "тривожність – це дифузне занепокоєння і головна відмінність між тривогою і страхом в тому, що страх є реакцією на визначену небезпеку, тоді як тривожність є неспецифічною, розсіяною, безпредметною" [3].

Поруч із цим існують пояснення тривоги з точки зору культури. Гаррі Стек Салліван вказує на нерозривний зв'язок людини з оточуючим світом на кожному етапі її розвитку. Отож підґрунтям для виникнення тривоги можуть виступати речі, продиктовані культурою та епохою в якій живе людина. В епоху цифровізації значного впливу на психоемоційний стан людини мають соціальні мережі. Нині Instagram диктує моду та цінності, що в свою чергу збільшує рівень тривожності його користувачів. Через фільтри та красиві зображення тіл майже 40% дівчат впадають у депресію чи починають голодування (дані журналістів The Wall Street Journal). А кількість жінок, які страждають від нав'язаних інфлюенсерами стереотипів про жіночність, успішність, красу, бізнесовість і т.д. поки залишається невідомим.

Сьогодні жінки дедалі частіше зіштовхуються з психологічним насиллям. Воно може проявлятися у вигляді агресії, заборон, контролю, засудження, погроз, залякування, приниження, ігнорування, дорікань, шантажу, лайки, маніпуляцій, висміювання тощо. Мати форму будь-якого словесного акту, який провокує підрив психоемоційного стану людини.

Єдиним методом, який дозволяє диференційовано оцінити рівень тривожності і як особистісну якість, і як стан, є метод, запропонований

Ч.Д.Спілбергером. Для оцінки та самооцінки стресових станів використовують візуальні і тестові методи (метод Холмса-Раге; тест самопочуття Вісмана і Ріке; САН: тест Г.Айзенка; диференційна шкала емоцій К.Ізарда; тест М.Люшера і ін.).

Таким чином, гендерні особливості жіночої тривожності виникають не лише на основі біологічних відмінностей статі, а й зумовлені психологічними особливостями культурного середовища жінки.

### Література

1. Психологічні відмінності між чоловіками та жінками. URL: <https://kcpnc.kyiv.ua/ua/informatsiini-matrialy/psikhologichni-vidminnosti-mizh-cholovikami-ta-zhinkami>.
2. Ролло Мэй. Смысл тревоги / Перевод с англ. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2016. – 416 с.
3. Стрілецька І. І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект) / І. І. Стрілецька // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія Психологічні науки. – Вип. 1 (46). – Київ: Видавництво НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. – С. 266-272. Url: <http://dspace.ksu.ks.ua/bitstream/handle/123456789/2727/%d0%a1%d1%82%d1%80%d1%96%d0%bb%d0%b5%d1%86%d1%8c%d0%ba%d0%b0%20%d0%86.%d0%86.%20%e2%84%96%202.pdf?sequence=1&isallowed=y>.

**Робаківська Ю.П.**

студентка Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя  
м. Ніжин, Україна

### **ПСИХОЛОГІЧНА ТРАВМА. ЇЇ ВПЛИВ НА ЖИТТЯ ЛЮДИНИ**

Актуальність даної теми пов'язана з тим, що в сучасному житті людина знаходиться в умовах постійного стресу і психотравмуючих ситуацій. Технічний прогрес, швидкий темп життя, постійна гонка за матеріальними благами, невідповідність бажаного і реального, проблеми з близькими і рідними людьми – все це призводить до травм, які мають різноманітну природу. Починаючи з дитинства і до самої старості, людина піддається різноманітним негативним впливам, під час яких спрацьовують різноманітні захисти, для того, щоб зберегти цілісність психіки.

Не дивлячись на те, що поняття психологічної травми є часто вживаним у психологічній науці протягом усього часу її існування, й досі існують певні розбіжності в трактуванні даного феномена. Передусім, це пов'язано з висвітленням певного аспекту тією чи іншою школою або напрямом. Водночас, невпорядкованість у визначенні зумовлена різноманітністю причин, наслідків (нерідко відстрочених) та віку (коли сталася травмівна подія), які мають чималий вплив на її перебіг та складність суб'єктивних переживань травмівних подій, що ускладнює їх систематизацію і узагальнення [2]. Психологічна травма – це життєва подія або ситуація, яка впливає на значущі сторони існування людини і приводить до глибокого психологічного переживання. Виникнення психологічної травми розглядається, як наслідок незавершеності інстинктивної реакції організму на травматичну подію. Травма має подвійну природу: спочатку проявляється руйнівна сила, вона забирає здатність людини жити і радіти життю. Інша сторона, парадокс травми – її здатність зцілювати і трансформувати людину. За іншим визначенням, психологічна травма – це переживання, в центрі якого знаходиться певний емоційний стан. Центральне місце емоцій в структурі психотравм, обумовлене як важливим місцем емоцій в організації й інтеграції психічних процесів, так і їх роллю у взаємозв'язку психічних і соматичних систем особистості. **Психотравмуючі переживання** – це стан, що впливає на особистість в силу його вираженості (гостроти), тривалості або повторюваності. Психотравмуючими є лише такі негативні переживання, які можуть бути причиною певної патології. Найважливішою рисою психотравмуючих переживань є їх центральне місце в структурі особистості, їх особлива значущість для індивіда. Досить поглянути на будь-яке глибоке переживання людини, щоб переконатися в тому, що в основі переживань лежать взаємовідносини людини з різними сторонами оточуючого, що хворобливі переживання є лише наслідком порушених взаємин. Втрата місця, наклеп, зрада чоловіка, смерть дитини, невдача в досягненні мети, уразливе самолюбство і т.п. є джерелом хворобливого переживання лише в тому випадку, якщо вони займають центральне або принаймні значуще місце в системі ставлень особистості до дійсності. В межах діяльнісного підходу, категорію психічної травми важко назвати чітко оформленою та однозначною. У зв'язку з цим особливо ефективною стає розробка уявлень щодо розуміння сутності психічної травми та особливостей надання психологічної допомоги постраждалим внаслідок травмуючих подій. Коли ми говоримо про психічну травму, ми не можемо просто говорити про порушення психіки в результаті зовнішнього впливу, тому що в такому випадку мова йде просто про психогенні порушення, і

поняття психічної травми просто виявляється не помітним. Для визначення травми, як правило, йдуть по одному з двох шляхів: або визначають травму через події, які її викликають, або через переживання, викликані цією подією, або через наслідки, що проявляються через якийсь час. Згідно керівництву з діагностики та статистики психічних розладів DSM-III, травма підтверджується, коли подія:

- 1) несподівано і явно знаходиться за межами повсякденного досвіду людини;
- 2) регулярно переживається знову тим чи іншим способом способів;
- 3) здатна викликати стійке уникнення стимулів, пов'язаних з травмою, або заціпеніння загальної чутливості;
- 4) здатна стимулювати стійкі симптоми підвищеного збудження, не властивого до травми. Тобто визначення більше йде через наслідки події. [3]

Перенесена колись у минулому психічна травма зберігає свій патологічний вплив на організм: психічна травма або спогад про неї діє подібно чужорідному тілу, яке після проникнення всередину, ще довго залишається діючим фактором. При цьому травма як би стає "збудником", причиною хвороби, характер якої може змінюватися, і ззовні не мати ніякого відношення до психотравмуючих подій (наприклад, проявляючись у вигляді тиків, заїкання, депресії, невроту або психосоматичного захворювання). Зигмунд Фройд відзначає, що всі симптоми основного захворювання проходили після того, коли вдавалося з усією ясністю воскресити в пам'яті травматичну подію. Це спостереження лягло в основу його психоаналітичної психотерапії. По Фройдю емоції, що виникли в результаті психотравмуючого фактора необхідно відреагувати (у кожної людини свій власний спосіб відреагування емоцій: від звичайного плачу, до акту помсти кривдникові).

Отже, не відреаговані емоції зберігаються в підсвідомості і в подальшому можуть призводити до різних порушень. Якщо травма була порівняно невеликою, то підвищена тривожність і інші симптоми стресу поступово пройдуть протягом декількох годин, днів або тижнів. Якщо ж травма була міцною або травмуючі події повторювалися багаторазово, хвороблива реакція може зберегтися на багато років. Подібно до того, як ми отримуємо імунітет до певної хвороби, наша психіка виробляє особливий механізм для захисту від хворобливих переживань. Психічна травма – це ушкодження (кимось або чимось) психіки, що призводять до помітного порушення її нормального функціонування. Досліджувати психологічну травму означає зустрітися лице в лице з таким суперечливими якостями людини, як уразливість перед навколишнім світом та потенціал зла в людській природі. [1]

## Список використаних джерел

1. Герман Дж. Психологічна травма та шлях до видужання; переклад з англ. Оксана Лизак, Оксана Наконечна, Олександр Шлапак. – Львів: Видавництво Старого Лева, 2019. 424 с.
2. Кучманич І. М., Мороз Р. А. Психологічний механізм виникнення психологічної травми. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / С. Д. Максименко. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2017. Випуск № 36. С. 146 – 159.
3. Трубіцина Л.В. Процес травми. Москва: Смысл; ЧеРо, 2005. 218 с.

**Соловей Я. Г.**

кандидат психологічних наук,  
старший науковий співробітник лабораторії психології обдарованості  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
м. Київ, Україна

### **ЦІННІСНИЙ ВПЛИВ ВЧИТЕЛІВ НА РОЗВИТОК МУЗИЧНО ОБДАРОВАНОЇ ОСОБИСТОСТІ**

На сьогодні науковці досить активно займаються вивченням обдарованої особистості: рівня їх обдарованості, особистісних рис, особливостей їх поведінки (Л.С. Виготський, Б.М. Теплов, А.М. Матюшкін, Д.Б. Богоявленська, Л.Л. Бочкарьов, С.І. Науменко та інші). Особливо гостро це питання турбує викладачів педагогічних вишів, які готують майбутніх педагогів до роботи з обдарованою молоддю. Дослідження науковців свідчать про те, що обдарована особистість має специфічні риси та потребує особливого підходу в навчально-виховному процесі.

Перед викладачами завжди стоїть проблема чому і як вчити, як сприяти найбільш оптимальному розвитку кожної особистості. А якщо особистість до того ж ще і обдарована в якійсь сфері, тоді ці питання постають ще більш гостро і серйозно: як виховувати, щоб не нашкодити, чи досягне індивід високих результатів чи його обдарованість не досить сильна, чи популярна вона в сучасному суспільстві та безліч інших питань.

Однією з найскладніших проблем є те, що музично обдаровані індивіди різні як за діапазоном своєї обдарованості, окремих здібностей, так і за своїми особистісними характеристиками. В той же час обдаровані мають деякі загальні

особливості, які теж необхідно враховувати при роботі з ними. До них можна віднести глибоку любов до музичного мистецтва та музичної діяльності, здібність сприймати і переживати оточуюче середовище в звуково-емоційних образах, підвищена сенсорна чутливість поруч з схвильованістю, тривожністю в зв'язку з тим, що вони не схожі на інших. В той же час дуже рання усвідомленість свого призначення у житті.

Обдарованість – явище не стабільне, яке потребує кваліфікованого супроводу та підтримки. Завдання педагога полягає в розумінні свого вихованця, створення спеціальних умов для реалізації його потенціалу, а також формуванні впевненості у своїх силах [7]. Особливої уваги потребують студенти з музичним обдаруванням, діяльність яких сама по собі є специфічною.

Під час навчання музиці виникнення слухових уявлень безпосередньо залежить від методики викладання та від того, наскільки послідовно та кваліфіковано діє в цьому напрямі педагог. Система й організація занять, способи практичних дій здатні як стимулювати внутрішній слух, активізувати його прояви, так і вести його в протилежному напрямку. Розвиток музичного уявлення є необхідною та важливою умовою підтримки обдарованих студентів. Виховання і навчання музично обдарованих має переваги перед іншими – в основі його лежить індивідуальність навчання та виховання, що є одним з найдійовіших методів роботи.

Починаючи заняття у ранньому віці, більшість музикантів обирають не тільки професію, але і спосіб життя, а отже до певної міри, специфічні умови, оточення та спосіб особистісного розвитку. Б.Г. Ананьєв зазначав, що ціннісні орієнтації разом із статусом та роллю, утворюють первинний клас особистісних властивостей, визначають особливості мотивації поведінки і, водночас, характер і схильність людини [1]. Відтак надання обраній професії особистісної цінності, формує у них відповідну професійну мотивацію. Однак це двосторонній процес, у якому цінність та мотивація взаємно зумовлюють одна одну.

Один з яскравих музикантів, віолончеліст Даниїл Шафран зазначає, що, на його думку, ранній прояв обдарованості свідчить, перш за все, про те, в яких умовах виховувалася дитина, яке середовище її оточувало: "У мене, наприклад, батьки були музикантами, і немає нічого дивного, що вони рано мене долучили до мистецтва... Цей фактор дуже важливий – середовище, оточення, вплив сім'ї та рідних" [4].

Якщо, ми прослідкуємо за сімейним походженням відомого композитора Сергія Рахманінова, який ріс в музичній сім'ї, то ми дізнаємось, що дід його навчався у Джона Фільда, і був піаністом та композитором. Батько великий

композитор, В.А. Рахманінов був людиною виключно музично обдарованою. Мати була його першим педагогом по фортепіано. Так, вже в чотири роки він грав в чотири руки зі своїм дідом. Преса писала про цього композитора "Мятежное, беспокойное дарование".

Цікавими історичними даними нас вражає походження великого композитора Іогана Себастьяна Баха. Йоган Себастьян Бах був молодшою восьмою дитиною в музикальній сім'ї. Рід Бахів був відомий своєю музикальністю. Багато предків та родичів Йогана Себастьяна були професійними музикантами.

Неможливо не згадати про видатного віртуозного піаніста та майстра фортепіанної інтерпретації Святослава Ріхтера, якій так само є вихідцем з музичної сім'ї. Святослав Ріхтер народився в сім'ї німецького піаніста та композитора, викладача Одеської консерваторії Теофіла Ріхтера та руської дворянки Анни Москалевой. Ім'я Святослава Ріхтера вписано в історію музики, не тільки як ім'я піаніста, який віртуозно виконував класичні музичні твори, а і як людина, яка створювала авторські інтерпретації, які в свою чергу стали класикою. Ці приклади свідчать про те, що становлення музично обдарованої особистості має свої витoki з сімейного кола, з любові до музики, яку можуть дати батьки в ранньому дитинстві.

Статистика свідчить про те, що в сім'ї, де батьки музиканти, ймовірність появи музично обдарованої дитини складає 84-86%, а не музичної – 1-2%, а в сім'ї, де музикант тільки один з батьків, ймовірність появи обдарованої дитини складає 59%, а не музичної – 25-36%; і нарешті, якщо обидва не займаються музикою, то в них у 25-30% випадків є шанс стати батьками музично обдарованої дитини і у 59-62% – немусичної дитини [ 4 ].

Одним із важливих принципів музичного саморозвитку є регулярне спілкування з різними сферами музики і перш за все з академічними її жанрами – симфоніями, операми, квартетами, сонатами і т. ін.. Постійне звернення до конкретних жанрів і окремих творів розвиває смак, здатність критично оцінювати твори мистецтва. Відомо, що враження від мистецтва може появлятися лише у випадку глибоко розвинених естетичних потреб та інтересів. Під музичною обдарованістю розуміють якісно своєрідне поєднання здібностей, від яких залежить можливість успішного заняття музичною діяльністю. Це – здібність "омузичненого" сприйняття й бачення світу, коли всі враження від навколишньої дійсності в людині, що володіє цією властивістю, мають тенденцію до переживання у формі музичних образів. Подібне сприйняття життя завжди пов'язане з наявністю в людини специфічних здібностей. Крім того,

музична обдарованість, на думку Б.М. Теплова, будучи складною структурою, залежить не тільки від поєднання загальних і спеціальних здібностей, але й від якісної своєрідності цього комплексу [8].

Аналіз літератури показав, що на сьогоднішній день питання щодо природи музичної обдарованості залишається відкритим. Кожен дослідник дотримується своєї точки зору. Так С.І. Тітов стверджує, що підґрунтям музичної обдарованості є такий стан нервової системи, що робить психіку людини "музичною". Не всі звуки є музикою, а лише ті, які спеціально організовані у просторі та часі (ритм, лад) і стають звуковим кодом певного настрою та стану людини [7].

Доведено, що для музикантів характерною є пластичність та активність сенсо- та психомоторики. Такі вроджені властивості визначають особливості сприйняття простору і часу, а також відповідно впливають на специфічне сприйняття музики. Таким чином, саме єдність простору і часу (основні властивості звука) відіграє головну роль у формуванні та прояві різних видів музичної діяльності, а також музичної обдарованості [7].

Американський психолог Л. Сільвермен, який займається вивченням обдарованих дітей, виокремлює деякі їх особливості: 1) поєднання чудово розвиненої довготривалої пам'яті та слабкої короткочасної, оперативної та механічної видів пам'яті; 2) чудове розуміння змісту прочитаного може поєднуватися з труднощами в декодуванні букв та слів (може проявлятися під час вивчення іноземних мов); 3) легке освоєння комп'ютера; 4) нерозбірливий почерк; 5) виконання складної, напруженої роботи якісніше порівняно зі звичайною, рутинною діяльністю; 6) надзвичайно допитливість (задають багато питань, але можуть бути не здатні до вивчення нецікавої для них інформації); 7) неорганізованість; 8) гострота спостережливості та розвиненість уяви (проте можуть бути дуже неуважними на заняттях); 9) енергійність, активність, здібність до тривалої та інтенсивної діяльності, але не здібність до виконання завдань, обмежених у часі (наприклад тести) тощо [7].

Враховуючи вище сказане, ми прийшли до висновку, що у своїй роботі найбільш доцільним буде розуміння викладачами специфічних особливостей музично обдарованих, а також їх вікових та індивідуальних особливостей. Обов'язкове врахування вагомого значення музичної діяльності для формування особистості. Таким чином для надання ціннісної підтримки розвитку музично обдарованої особистості педагогам необхідно враховувати їх здібності та обдарування. Працюючи з музично обдарованими студентами викладачам



доцільно знати: природу виникнення музичної обдарованості, та особливості її прояву.

### Література:

1. Ананьев Б.Г. О проблемах современного человекознания / Борис Герасимович Ананьев. ( Серия "Мастера психологии" ) – СПб.: Питер, 2001. – 272 с.
2. Бочкарев Л.Л. Психология музыкальной деятельности / Л.Л. Бочкарев. – М.:ИП РАН, 1997. – 352 с.
3. Здібність, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / колективна монографія за ред. В.О. Моляко, О.Л. Музики. – Житомир: Рута, 2006. – 320 с.
4. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. – Питер: СПб., 2009. – 434 с.
5. Кирнарская Д.К. Музыкально-языковая способность как компонент музыкальной одаренности. //Вопр. Психологии / Дарья Константиновна Кирнарская. – 1989. – №2. – С. 47-57.
6. Лейтес Н.С. О признаках детской одаренности / Н.С. Лейтес // Одаренный ребенок. – 2003. – № 6. – С. 22-28.
7. Тітов С.І. Музична обдарованість та її розвиток / С.І. Тітов // Вісник Житомирського університету. Серія "Педагогічні науки" : зб. наук. праць / Житомир. держ. ун-т імені І. Франка. – ЖДУ імені І. Франка, 2004. – Вип. 19. – С. 223-226.
8. Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей // Теплов Б.М. Избранные труды. В 2-х томах. Т.1. – М.: Педагогика, 1985. – С. 42-222.

**Степура Є. В.**

кандидат психологічних наук, науковий співробітник

Інституту Психології імені Г. С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України, м. Київ, Україна

### **РИСИ ОСОБИСТОСТІ У СВІТЛІ ТЕНЕТНОГО ПРИНЦИПУ ПОБУДОВИ НАУКОВОГО ЗНАННЯ**

У даних тезах ми коротко окреслимо можливості використання певних ідей постнекласичної раціональності щодо рис особистості. Зразу треба відмітити, що ці ідеї не є зовсім новими для концепцій рис особистості і

продуктивно використовуються в сучасній психології вже тривалий час, але це відбувається скоріше несвідомо, без будь-якої методологічної рефлексії. Перш за все, у дослідженнях рис особистості, у тій чи іншій мірі, можна знайти відголоски ідей тенетного принципу, що є характерним для методології, що бере за основу постнекласичну раціональність. Цей принцип передбачає побудову наукового знання у вигляді сітки уявлень про певний предмет дослідження взятих із різних теоретичних концепцій, що дозволяє більш повно розкрити природу цього предмету (див. [2]).

Класичне трактування рис особистості говорить, що це схильність вести себе подібним чином у широкому діапазоні ситуацій [8]. Саме це визначення ми прийmemo за основу. Треба відмітити, що вже з цього визначення випливає потреба в тенетному принципі побудови наукового знання щодо рис особистості, оскільки давно загально відомо, що поведінка, у якій проявляються риси особистості, є детермінованою багатьма факторами (біологічними, соціальними тощо). Тож при розгляді рис особистості є закономірним зіставлення різних психологічних підходів із їх концентрацією на різних аспектах досліджуваного феномену. Так, досліджуючи алекситимію, ми виділили різні, проте тісно пов'язані між собою її складові (або аспекти). Ми вважали за доцільне окреслити такі з них: емоційний, соматичний, когнітивний, суто поведінковий та смисловий. Крім того, алекситимія мала виражену психофізіологічну та культурну детермінацію, яка пронизувала всі рівні її прояву [3]. Звісно, майже кожна риса особистості має такі аспекти, кожна з рис особистості є детермінованою багатьма факторами. Виключенням може бути лише соматичний аспект, який більш характерний для рис особистості, пов'язаних із різними психосоматичними хворобами (більше про ці риси див. [6]). Щодо інших компонентів, то вони в тій чи іншій мірі присутні в кожній особистісній рисі. Так, превалюючі психічні стани людини відіграють певну роль у формуванні її особистісних рис [5]. На більш глибокому рівні особистісні риси визначаються когнітивними установками [1]. Людина сама може формувати в собі певні риси через відповідні вчинки. А в свою чергу, вчинок, як і будь-який більш-менш усвідомлений вибір буде завжди мати ціннісно-смисловий компонент [7]. Деякі риси навпаки мають виражену біологічну зумовленість і характеризуються майже тотальною незмінністю, як, наприклад, ті, що складають психопатичні прояви особистості (див. [4]). Але в чистому вигляді незмінність особистісних рис майже не зустрічається – людина завжди має певний простір для варіативності своєї поведінки. Хоча, безумовно, не в всі її поведінкові прояви в повній мірі піддаються корекції.

Тож ми можемо бачити, що риси особистості повинні розглядатися із залученням різних психологічних підходів, починаючи із суто біологічного закінчуючи екзистенціальним, що в цілому відповідає ідеям постнекласичної раціональності, а саме: тенетного принципу побудови наукового знання.

### Література

1. Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности: пер. с англ. Санкт-Петербург: Питер, 2017. 448 с.
2. Гусельцева М. С. Культурно-исторические "вызовы" постмодернизма. Вопросы психологии. 3. 2002. С. 119–131.
3. Завгородня Є. В., Степура Є. В., Шаталина В. В. Алекситемія в "умовно здорових" людей: труднощі та можливості корекції. Психологія і особистість 2 (18), 2020, С. 247-262.
4. Килл К. А. Психопаты. Достоверный рассказ о людях без жалости, без совести, без раскаяния: пер. с англ. Москва: Центрполиграф, 2015. 320 с.
5. Максименко К. С. Психічні стани та особистісна динаміка. Практична психологія та соціальна робота. 8, 2002, С. 54–58.
6. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика. Москва: Эксмо, 2009. 1024 с.
7. Степура Є. В. Ціннісно-сміслові чинники прийняття рішень особистістю в умовах невизначеності: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Київ, 2016. 204 с.
8. Хьелл Л. Теории личности: пер. с англ. Санкт-Петербург: Питер, 2006. 607 с.

**Тхоревська О. В.**

студентка 2-го курсу магістратури Ніжинського державного університету ім. М. Гоголя, спеціальність "Клінічна психологія з основами психотерапії"

### **АКТУАЛЬНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ПРОКРАСТИНАЦІЇ В СУЧАСНОМУ ЖИТТІ**

У сучасному світі людині часто ставиться багато завдань одночасно, які їй потрібно виконати на роботі, у сім'ї, вдома, тощо. А також з усіх боків йде перезавантаженість інформацією. Всі завдання можуть мати чіткі часові рамки, в які потрібно вкластися вчасно. І ось тут, враховуючи всі фактори, людина починає відкладати свої справи на невизначений час. Вже давно пора б дописати

статтю, терміни палають, тривога і невдоволення собою зростають, але бажання та сил ніяких немає. Мабудь завтра... але і завтра минає.

У психології такий стан називають прокрастинація. Отже, прокрастинація – це схильність до відкладення всіх важливих справ на потім, що призводить до життєвих проблем, проблем на роботі, у навчанні, що проявляється в гострому емоційному переживанні особистої невдачі, невдоволення власною роботою, тощо.

Феноменом прокрастинації займаються багато вчених уже багато років. Вперше історичний аналіз феномену було зроблено у 1992 році, в роботі Ноаха Мілграма "Прокрастинація: хвороба сучасності" [1]. Причини виникнення, види прокрастинації, її наслідки добре відображені в зарубіжній літературі. Провівши узагальнений теоретичний аналіз феномену прокрастинації, було виявлено, що дослідження прокрастинації проводиться за такими напрямками:

- прокрастинація та тривожні відносини;
- прокрастинація та мотивація відносин;
- прокрастинація та подолання стратегій взаємин;
- академічна прстиканційна поведінка.

Фактори схильності та наслідки прокрастинації.

В своєму аналізі феномену П. Стіл [2] визначив особливості завдань, а саме строки виконання, рівень винагороди та визначив особливості особистості, а саме самоконтроль та мотивацію досягнень, особливо низьку самооцінку, сумлінність, а також високу імпульсивність та схильність до відволікання. Обидва визначення є детермінантами прокрастинації.

Відповідно до теорії часової мотивації суб'єктивна корисність дії (Utility), яка і визначає бажання людини її здійснювати, залежить від чотирьох параметрів:

- впевненості в успіху (Expectancy);
- цінності, тобто передбачуваної винагороди (Value);
- терміну до завершення роботи (Delay);
- рівня імпульсивності, тобто нетерплячості до відстрочення задоволення (Impulsiveness).

Людина вважає, чим корисніше його справа і чим вищий рівень мотивації виконання завдання та якщо він бачить результат досягнень при виконанні завдання, тим менше він відкладатиме на потім свої справи. Своїми словами – людина має бути цілеспрямованою, зацікавленою та мотерованою для виконання своїх справ.

Види прокрастинації:

Н. Мілгрем зі співторами (Milgram et al., 1993) [3] первинно виділили п'ять видів прокрастинації:

1) повсякденна (побутова) – відкладання домашніх справ, які повинні виконуватись регулярно;

2) прокрастинація у прийнятті рішень (у тому числі незначущих);

3) невротична – відкладання життєво важливих рішень, таких як вибір професії або створення сім'ї;

4) компульсивна – поєднує два види прокрастинації – поведінкову та у прийнятті рішень;

5) академічна – відкладання виконання навчальних завдань, підготовки до іспитів і т.д.

Пізніше Мілгрем і Тенне (Milgram, Tenne, 2000) [3] об'єднали усі ці види в два основних: відкладання виконання завдань і відкладання прийняття рішень.

Прокрастинацію дуже багато досліджують, і можна описувати багато дослідів про цей феномен. На мою думку прокрастинація заважає якості життя, досягненню поставленої мети, розвитку людини, як особистості, заважає просування себе у роботі. З цим пов'язаний опір до пізнання чогось нового, можна ще замінити словом лінощі, за якою багато чого ховається – низька самооцінка, невміння ставити цілі та завдання, розставляти пріоритетності при виконанні роботи, немає мотивації. Але, якщо у людини є прагнення до змін у своєму житті – з цим можна працювати – вчитися новому, змінювати звички та свою поведінку, навчитися ставити собі цілі, плани на день та виділяти головні цінності свого життя.

### Література

1. Журнал "Психологія та право". Московський міський психолого-педагогічний університет, 2013 №4;
2. Ноаха Мілграм "Прокрастинація: хвороба сучасності";
3. Стіл П. "Природа прокрастинації: метааналітичний і теоретичний огляд квінтесенційний збір саморегуляції. Психологічний бюлетень." 2007.

**Хохлюк Т. Ю.**

студентка магістратури Ніжинського державного університету імені  
Миколи Гоголя

Науковий керівник – **Папуча М. В.**

доктор психологічних наук, професор кафедри загальної та практичної  
психології Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя  
м. Ніжин, Україна

## **СПРИЙНЯТТЯ ТА ПІЗНАННЯ РЕАЛЬНОСТІ ДИТИНОЮ РАНЬОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Для початку нашої подорожі до розуміння процесу та механізмів пізнання дитиною раннього дошкільного віку реальності маємо визначитися з тим що ж є реальність?

Що таке реальність питання філософське, складне, та розглядаючи тему нашого питання поглиблюватись в глибокі філософські роздуми та пошуки вважаємо не доцільним тому пропонуємо розглядати таке визначення:

Реальність – Об'єктивно існуюча дійсність; явища, події, факти, предмети дійсності. (Академічний Тлумачний Словник (1970–1980 рр.)

Шлях пізнання, сприйняття та проживання дійсності, у кожної дорослої людини захопливо свій, але не це є предметом нашої роботи.

І нарешті, ми підходимо саме до того, що цікавить нас. Як? Якими шляхами? Дитина пізнає, розуміє, налаштовує, та пізнає свою, та об'єктивну дійсність.

Певно маємо почати з процесу розвитку дитини. Її зростання, та захопливого шляху становлення як майбутньої людини, особистості.

Ранній дошкільний вік (другий-третій рік життя дитини) зумовлений менш стрімким стрибком розвитку ніж перший рік життя що озброїв дитину такими важливими вміннями, визначаючими розвиток її психіки, як:

- оволодіння прямою ходою;
- розвиток предметно-маніпулятивної діяльності;
- оволодіння мовою.

Розвиток, та оволодіння прямою ходою робить дитину менш залежною від дорослого що створює умови до просторового пізнання дійсності, Наближаючись чи віддаляючись, обходячи предмети, пересуваючи їх, підходячи під них, діти відкривають їх нові якості, визначають відстань, пізнають

розміщення предметів у просторі, їх величину. І. М. Сеченов назвав ходу "дробним аналізатором простору і часу".

Поєднуючись з відповідними словами ("над", "під", "вперед", "вліво" тощо), ці уявлення перетворюються на пізніших етапах розвитку в узагальнені просторові поняття. "Хода і практичне освоєння простору завдяки пересуванню ведуть до функціональної перебудови всієї структури просторового орієнтування, яке здійснюється на другому-третьому роках життя, коли закріплюється вертикальне положення тіла" (О.В. Запорожець).

Це одне з головних вмій раніш освоєних дитиною, дає змогу и дослідницькій діяльності пізнання дійсності дитині освоєння територіально-предметної дійсності.

Воно дає змогу розуміння що таке предмет, що таке територія і найважливіше де її краї, пізнаючи територіально предметну дійсність, дитина пізнає безпечність та небезпечність територій існування дійсності.

Наприклад: кордони її домівки, загорожу ігрового майданчику, ігрові знаряддя, безпечну територію. (М.В.Осоріна)

Підходячи до розглядання другого з основних зовнішніх факторів життя дитини раннього дошкільного віку пропонуємо розглянути взаємодію дитини з дорослим.

Не зважаючи на те, що пряма хода дає дитині змогу до більш самостійної діяльності, дитина потребує присутності дорослого в житті.

Одним з визначальних факторів життя розвитку та пізнання дитиною реальності є спілкування та взаємодія з дорослими. Взаємодія с однолітками є цікавою, але не вирішальною в цьому віці. Потреби в рольовій грі у дитини ще повністю не сформовані, і діти в дитячих колективах, грають не разом, а поруч один з одним.

Отже, повернемося до взаємодії з дорослим.

Процес спілкування та взаємодії з дорослим продовжується у віці третього року життя, розвиток соціальної ситуації пізнання також і предметної складової дійсності.

Дитина вчиться не лише маніпулювати предметами. Вона пізнає соціальну складову дій, призначення, та ролі предметів в соціальному житті. Тобто продовжує виникати, розвиватись пізнання предметно-соціальної складової дійсності. Цей процес здійснюється шляхом навчання та наслідування дій дорослих. Що в результаті допомагає предметам та вмінням ними користуватись стати частиною реальності дитини.

Дорослий стає для дитини не лише джерелом уваги та доброзичливості, але й провідником в пізнанні предметної реальності. Дорослий не лише дає предмети в руки дитини, и також спосіб дії з ними. Приблизно таким шляхом дитина пізнає світ предметної дійсності.

Розвиток мовленнєвої діяльності як інструмент та процес пізнання дійсності

Однією з головних подій в розвитку дитини раннього віку є процес оволодіння мовою, ситуація в якій виникає мова не є прямим копіюванням мовних знаків, а має являти собою предметну співпрацю дитини та дорослого. За кожним словом має стояти те що воно означає, тобто предмет, Якщо такого предмету немає, перші слова можуть не з'явитись скільки б часу дорослий не розмовляв з дитиною, і як би добре не вимовляв слова . В тому випадку, якщо дитина захопливо грає з предметами, и при цьому воліє це робити на одинці з собою, активна мова у дитини також затримується, у неї не виникає потреба називати предмети , звернутися до кого небудь з проханням чи висловити свої враження, потреба та необхідність розмовляти припускає дві головні умови: потреба в спілкуванні з дорослим, і потреба в предметі, який потрібно назвати. Ні те ні інше окремо від слова ще не веде, і лише ситуація предметної співпраці дитини і дорослого створює необхідність назвати предмет тобто вимовити слово.

Коли в житті дитини з'являються слова можна стверджувати що сприйняття реальності набуває більшої чіткості, різнобарв'я граней, слово не лише знак предмета, воно ще змальовує його якості і властивості, існує твердження якщо в мові не має слова що є знаком якогось предмету, або явища то в реальності людей що користуються цією мовно-знаковою системою цього не існує. Так само і у дитини, дивлячись на "зеленого кота" дитина бачить кота, вона лише з віком прийме спільні правила про властивості предметів, і стане заперечувати існування "зелених котів" . Повернемося до мови дітей, поступово навчаючись користуватись цією знаковою системою, як ми зазначали вище, дійсність дитини набуває систематичності, кольорів, відтінків, граней. Шляхом оволодіння цим інструментарієм, дитина поступово з об'єктного учасника , набирає суб'єктності і має можливість створити свою власну суб'єктивну реальність.

Таким чином розглянувши деякі аспекти , шляхи пізнання реальності, ми вважаємо що процеси і механізми пізнання, дитиною об'єктивної реальності, та створення її особистої суб'єктивної є актуальною, та цікавою темою для досліджень.



## Література

1. Осорина М.В "Секретный Мир детей в пространстве Мира взрослых".
2. "Психологическая характеристика раннего возраста"  
<http://childpsy.ru/rubricator/index.php?rid=20307&detail=Y>
3. Запорожец А. В. "О развитии рассуждения ребенка раннего возраста" .

**Шевельова В. П.**

студентка I курсу магістратури факультету психології та соціальної роботи  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м.Ніжин, Україна

## **ОСНОВИ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ**

Актуальною темою на сьогодні є тема інклюзивної освіти , створення особливого простору та підходу до навчання дитини з особливими потребами. Ця тема є важливою перш за все для учнів, вчителів, батьків.

Інклюзивна освіта – це система освітніх послуг, що ґрунтується на принципі забезпечення основного права дітей на освіту та права здобувати її за місцем проживання, що передбачає навчання дитини з освітніми потребами в умовах загальноосвітнього закладу [3, с.1].

Інклюзивне навчання – система освітніх послуг, гарантованих державою, що базується на принципах недискримінації, врахуванні багатоманітності людини, ефективного залучення та включення до освітнього процесу всіх його учасників. Жодна дитина не має відчувати себе іншою та виключеною з освітніх, культурних і соціальних процесів – це головне завдання інклюзії. [4, с1].

Інклюзія – це процес, спрямований на перетворення шкіл на та ні освітні простори, які стимулюють і підтримують не лише учнів, а й власних співробітників. Вона направлена на розвиток спільнот, які підтримують та високо цінують досягнення кожного члена. Інклюзія – це також розширення наявних угруповань. Школи можуть співпрацювати з іншими службами та спільнотами, прагнучи покращити освітні та соціальні умови у своїх районах [2, с.11].

Відомі британські науковці Мел Єйнскоу та Тоні Бут визначали, що, "Інклюзія має на увазі зміни. Це незупинний процес навчання і повноцінної участі у шкільному житті всіх учнів. Це ідеал, до якого можна прагнути, але якого не можна повністю досягти. Тим не менш, реальна інклюзія з'являється в

школі в той самий момент, коли починається процес забезпечення повноправної участі у шкільному житті буквально всіх її учнів. Інклюзивна школа – це школа, яка постійно знаходиться в русі" [2, с.8].

Також вони вважають, якщо більш детально розглянути концепцію інклюзії, вона стає більш зрозумілою. Тому вчені пропонують ідеї, що складають основу концепції інклюзії.

#### **Інклюзія в освіті включає:**

- Визнання рівної цінності для суспільства всіх учнів та педагогів.
- Підвищення ступеня участі учнів у культурному житті місцевих шкіл та одночасне зменшення рівня ізоляції частини учнів від загальношкільного життя.
- Реконструювання методик роботи в школі таким чином, щоб вона могла повністю відповідати різноманітним потребам усіх учнів, які проживають поряд зі школою.
- Звільнення від бар'єрів на шляху отримання знань і повноцінної участі у шкільному житті для всіх учнів, а не тільки для тих, хто має інвалідність або належить до тих, хто має особливі освітні потреби.
- Аналіз та вивчення спроб подолання бар'єрів та покращення доступності шкіл для окремих учнів. Проведення реформ та змін, спрямованих на благо всіх учнів школи в цілому.
- Відмінності між учнями – це ресурси, що сприяють педагогічного процесу, а не перешкоди, які необхідно долати.
- Визнання права учнів на здобуття освіти у школах, розташованих за місцем проживання.
- Поліпшення ситуації у школах загалом, як учнів, і для освітян.
- Визнання ролі шкіл не лише у підвищенні академічних показників учнів, а й у розвитку суспільних цінностей місцевих угруповань.
- Розвиток відносин підтримки та співробітництва між школами та місцевими спільнотами.
- Визнання того, що інклюзія в освіті – це один з аспектів інклюзії у суспільстві.

"Повноцінна участь" у концепції інклюзії – це навчання разом з іншими учнями, співпраця з ними, придбання загального досвіду [2, с.8-9].

Отже, робота в команді допоможе дитині мінімізувати бар'єри, бути максимально включеною в навчальний процес, відчувати себе затишно, потрібною, цінною. На погляд науковців Тоні Бут і Мел Ейнскоу, концепція "бар'єрів на шляху навчання та участі у шкільному житті" привертає увагу до

того, що необхідно зробити, щоб покращити навчання будь-якої дитини. Учні стикаються з труднощами, коли на їхньому шляху постають бар'єри на шляху навчання та повноцінної участі у шкільному житті. Бар'єри можна знайти як у школі, так і в місцевій спільноті, а також у регіональній або національній політиці. Бар'єри також виникають при взаємодії учнів з невідповідними їх потребам змістом та методами освіти. [2, с 11].

Науковці Великобританії Тоні Бут і Мел Ейнскоу під інклюзивною освітою розуміють стратегію, яку розробляють і реалізують учасники освітнього процесу (діти, батьки, адміністрація та працівники школи) і яка дає змогу подолати бар'єри на шляху здобуття освіти будь-якою дитиною [158]. Для цього вчені розробили механізм самооцінювання "індекс інклюзії", що ґрунтується на трьох ключових аспектах: інклюзивній культурі, інклюзивній політиці та інклюзивній практиці. Створення інклюзивної культури передбачає формування такої ціннісної системи, що забезпечує виникнення у закладі освіти атмосфери доброзичливості, безпеки та прийняття, яка б стимулювала учнів до співпраці і взаємодопомоги. Така інклюзивна культура сприяє створенню єдиної системи цінностей, що приймається і поділяється усіма. Розвиток школи стає постійним і безперервним процесом.

Розроблення інклюзивної політики відбувається через побудову чіткої структури цілей і принципів керування освітнім процесом. Стратегія роботи закладу освіти спрямована на формування інклюзивного освітнього середовища для всіх учнів. Вона заохочує заклад охоплювати всіх дітей, які проживають у даній місцевості, і докладати зусиль для мінімізації чинників, що призводять до їх виключення. Політика щодо надання підтримки регулює всі заходи, які посилюють спроможність закладу освіти враховувати у своїй діяльності різноманітні ООП, виходячи з принципу цінності кожної дитини. Розвиток інклюзивної практики окреслює шляхи того, чому і як навчають і навчаються на основі інклюзивних цінностей та політики, а також як інклюзивні цінності впливають на структурування і зміст освітнього процесу. Освітній процес будується таким чином, що в навчанні від початку враховуються ООП. Передбачається, що діти, допомагаючи одне одному, самі стають ресурсом для навчання. Дорослі співпрацюють між собою і всі разом несуть спільну відповідальність за навчання дітей [1, с.4 [28]].

Отже, робота в команді (батьки, діти, педагогічні працівники) допоможе дитині мінімізувати бар'єри, бути максимально включеною в навчальний процес, відчувати себе затишно, потрібною, цінною.

На думку М.Порошенко, інклюзивна освіта вимагає радикальних змін від закладів освіти. Вона передбачає істотні зміни в культурі, політиці і практичній діяльності закладів освіти, а також створення інклюзивного освітнього середовища – сукупності умов, способів і засобів їх реалізації для спільного навчання, виховання та розвитку дітей з урахуванням їхніх потреб і можливостей. Інклюзивна школа – це заклад загальної середньої освіти, "який забезпечує інклюзивну освіту як систему освітніх послуг, зокрема: адаптує освітні програми, фізичне середовище, методи і форми навчання; використовує існуючі в громаді ресурси; залучає батьків; співпрацює з фахівцями для надання спеціальних послуг відповідно до різних ООП дітей; створює позитивний клімат в освітньому середовищі" [1, с.4 [74].

Хоча поняття "особливі освітні потреби" і може саме по собі стати бар'єром на шляху розвитку інклюзивних підходів у навчанні, воно все ще залишається частиною культури та освітньої політики в британських школах, а також впливає на самі різноманітні аспекти шкільної практики навчання.

Щоб забезпечити підтримку у навчанні та повноцінній участі дитини у шкільному житті, необхідно скористатися ресурсами. Мінімізація бар'єрів на шляху освіти та повноцінної участі у шкільному житті включає мобілізацію ресурсів усередині шкіл і оточуючих їх угруповань.

Основною метою інклюзивної освіти є підтримка дитини, залучення до навчання та участі у повноцінному шкільному житті, а саме використати всі дії, напрямки, зусилля, здібності, можливості. Важливою складовою успіху є співпраця, учнів, працівників освіти, батьків.

### **Література**

1. М.А. Порошенко та ін. Організаційно-методичні засади діяльності інклюзивно-ресурсних центрів: навчально-методичний посібник / За заг. ред. Київ : 2018. 252 с.

2. Тоні Бут, Мел Ейнскоу/ за редакцією Марка Вогана. Показники інклюзії. Практичний посібник. Розвиток атмосфери участі у школах. Розробка інклюзивної політики Розвиток інклюзивної ПРАКТИКИ Створення інклюзивної КУЛЬТУРИ, Брістоль, Великобританія: 123 с.

3. <http://school35.kiev.ua/IMG/ 2.pdf>

**Шевчук О. О.**

аспірант кафедри загальної та практичної психології  
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя,  
м. Ніжин, Україна

## **ВПЛИВ КОСМІЧНОГО ПРОСТОРУ НА ПСИХІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ**

Науково-технічні досягнення ХХ ст. дали змогу відбутися важливій події – людина полетіла у Космос. Розвиток космічної галузі – це крок у нове життя, який відкрив двері принципово нових можливостей і здатностей. Але разом з тим з'явилися і нові проблеми, пов'язані із сприйняттям людини безмежного космічного простору, впливом неосяжного космічного поля на психічний стан людини, змінами, які відбуваються у комунікації людей в Космосі, їх здатності до виконання певних функцій тощо.

Тому астронавт сьогодні – це одна з найбільш небезпечних професій на Землі. І це пов'язано не тільки з важкими умовами відкритого космосу і залежності від інноваційних інженерних винаходів, але й від фізичного і психічного здоров'я.

Астронавти перебувають на Міжнародних космічних станціях (МКС) довгий час (іноді до півроку і більше), і тому їх здоров'ям опікуються сьогодні не лише лікарі, але й психологи. А недавня відправка у Космос декількох груп космічних туристів відкриває нові перспективи і для наукових досліджень в аспекті сприйняття людиною космічного простору.

NASA десятиліттями працює над покращенням правил відбору кандидатів на польоти у Космос, щоб бути впевненими у їх психофізичному стані та компетентності під час здійснення космічних місій. А думки людини про польоти на Марс, шлях до якого може зайняти близько двох років в обидві сторони, ставить нові складні задачі перед спеціалістами різних професій (у тому числі і перед космічними психологами).

Перебування людини довгий час у обмеженому просторі космічної станції на далекій відстані від Землі виснажує як фізично, так і емоційно. Можна назвати певні умови, які негативно впливають на психофізичний стан людини, а саме: особистісні конфлікти, можливі комунікативні труднощі під час співпраці з людьми, які є носіями інших культур; проблеми обслуговування станції, координації, відсутності гравітації, постійна нервова напруга, пов'язана з високою вірогідністю виникнення критичних ситуацій на станції. Сукупність цих та інших факторів впливає на психічне здоров'я людини.

Зокрема, у 1976 році під час виконання місії "Союз-21" космонавти відчули на борту сильний запах токсичного ракетного пального. Пошуки джерела запаху

не дали результатів, а інцидент пояснили галюцинацією, яка була спричинена страхом.

Уникнення таких проблем сьогодні здійснюється завдяки прискіпливому відбору кандидатів, попередня професія яких потребувала високого рівня стресостійкості (пілот винищувач, лікар), де помилкове рішення могло призвести до смертельно небезпечного ризику [1, с.7].

Отже, вміння керувати власними страхами і занепокоєнням у проблемних ситуаціях виявляється першочерговим для перебування у космічному просторі.

Після проходження кандидатом відбору, на нього чекають суворі тренування, що допоможуть впоратись з останніми сумнівами, якщо такі ще залишились у кандидата. Такі тренування допомагають упевнитись у власній підготовці, більш того – впевнитись у якості і надійності обладнання, що його будуть використовувати під час космічного польоту. Приблизно шістдесят людей із вісімнадцяти тисяч проходять усі стадії відбору за програмою NASA, що оцінюють своїх кандидатів за дев'ятьма найважливішими показниками:

1. Здатність працювати у стресових умовах;
2. Комунікативні навички;
3. Фасилітація;
4. Емоційний інтелект;
5. Мотиваційні орієнтації;
6. Критичне мислення;
7. Сумлінність;
8. Навички групового співіснування;
9. Лідерство.

Вирішенню проблем перебування людини у космічному просторі сприяє створення позитивного емоційного настрою астронавтів. Аби протистояти значним психологічним навантаженням, для них влаштовуються ефірні зустрічі з друзями, рідними, громадськістю; надається доступ до соцмереж, супутникових телефонів та до відеодзвінків, аби астронавти могли спілкуватися із сім'єю, вивантажувати відео та не пропускати останні серії серіалів. Також астронавтам висилають посилки з Землі та заохочують їх до занять хобі під час перебування на борту [3].

Багато уваги приділяється і методам діагностики психічного здоров'я астронавтів. Зокрема, використовується технологія візуального розпізнавання, яку також використовують у правоохоронних для відстеження людини. Дана технологія дає змогу космічному психологу вчасно помітити відхилення та адекватно зреагувати.

Отже, сучасні дослідження спрямовані на подолання наслідків впливу комічного простору на психічний стан людини і збереження його психологічної рівноваги в умовах віддаленості від земного комфорту.

Але бажання здійснювати майбутні космічні подорожі відкривають нові проблеми, адже, наприклад, Марс знаходиться на відстані 56 мільйонів кілометрів у найближчій точці від Землі, шлях до якого займе приблизно 8 місяців. Враховуючи масштаб операції, в ній братимуть участь різні космічні агенції, які відправлять своїх астронавтів, що може виступити як додаткове джерело стресу під час операції [2].

До того ж, соціальна взаємодія космонавтів з Землею буде ускладнюватись затримкою повідомлень, яким на подолання відстані від Землі до Марса може знадобитись до двадцяти хвилин, щоб досягти адресату.

Таким чином, сьогодні перед психологічною наукою стоять надзвичайно складні проблеми розробки нових та вдосконалення існуючих методик корекції психічного стану астронавтів при тривалій ізоляції у відкритому космосі.

### **Література**

1. Токарь Е.В. Психофизическая подготовка будущих космонавтов: учебное пособие. Благовещенск, 2019. 159 с.
2. Douglas A. Vakoch Psychology of Space Exploration. Washington, 2011. 254 с.
3. Risk of Adverse Cognitive or Behavioral Conditions and Psychiatric Disorders. *Human Research Program Behavioral Health and Performance* National Aeronautics and Space Administration Lyndon B. Johnson Space Center Houston. Texas, 2016. 123 с.

**Шевякова І. П.**

асистент кафедри психології Луганського національного університету

імені Тараса Шевченка,

м. Старобільськ, Україна

### **ПРОБЛЕМА КІБЕР-АДИКЦІЇ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ**

**Вступ.** Наразі ми стикнулися з ситуацією, коли соціальна ізоляція через Всесвітню пандемію кидає нові виклики нашому фізичному та психологічному благополуччю. Ризики залежної поведінки існували завжди, але сьогодні ситуація змушених обмежень соціальної взаємодії, карантину, необхідність діджиталізації заради задоволення потреб в цих нових реаліях, значно підвищує шанси на прояви адиктивної поведінки. Зараз важко уявити перебування в

реальному світі без смартфона чи планшета, коли буквально наша фізична присутність зав'язана на наявності цифрового дозволу або qr-кода про вакцинацію. Тому тема комп'ютерної залежності та її різновидів є як ніколи актуальною.

**Виклад основного матеріалу досліджень.** До кібер-залежності, про яку в свій час говорив М. Гріффітс як про симбіоз "технологічних залежностей" (Griffiths, 1995) – залежності від телебачення та комп'ютерних ігор, сьогодні додається залежність від гаджетів (від англ. gadget – дрібничка, технічна новинка) [3], а також мобільна залежність або залежність від смартфона. Цією проблематикою займалися такі вчені як К. Янг, М. Гріффітс, А. Войскунський, О. Арестова, О. Бондар, Ю. Карпук, Т. Больбот, Х. Турецька та ін. Нам імпонує одне з останніх визначень, подане українською дослідницею Ю. Асєєвою, яка визначає кібер-адикцію як "вид нехімічної залежності, який виражається в психічному розладі, спричиненому нав'язливим бажанням постійно знаходитись у віртуальній реальності, проживати й реалізовуватись у кіберпросторі за допомогою використання гаджетів чи електронних девайсів, незважаючи на руйнування матеріально-соціальної реальності, негативних наслідків для здоров'я і для процесу життєдіяльності взагалі" [1, с.31].

Сьогодні наявність та використання такого гаджету як смартфон, не зважаючи на віковий аспект, забезпечує оперативність, мобільність та включеність людини в інформаційні, комунікаційні, соціальні процеси non-stop, що має як свої переваги, так і певні ризики. І саме у розвитку кібер-залежності значення об'єктивних факторів, таких як кібернетичні (зумовлені самим кіберсередовищем) та соціальні, зростає у порівнянні з біологічними та психологічними.

Перебування в ситуації соціальної депривації, перехід до дистанційних форм організації роботи та навчання, фізична ізоляція, неможливість дотримання своїх психологічних меж у постійному перебуванні з оточенням, обмеження покупної здатності, потік тривожних новин, пов'язаних з пандемією, – посилюють напруження та бажання змінити свій емоційний стан за допомогою втечі від реальності, і кіберпростір в таких умовах вигідна альтернатива. Отримати все й одразу – Інтернет, месенджери, чати, соціальні мережі, новини, ігри та розваги, пізнавальний контент, онлайн-шопінг, та задовольнити більшість потреб стає доступним та зручним завдяки мобільному гаджету – смартфону – провіднику в цю нову реальність, що є завжди поряд.

До того ж саме перебування в он-лайн та "на зв'язу" має свої привабливі сторони і, тим самим, провокує появу залежності: економія часу та простору,



нерегламентованість поведінки, частково – анонімність, створення власного образу, можливість самостійно контролювати тривалість спілкування, вирішувати його характер, можливості відео, аудіо, текстового формату, доступність інформації, її необмеженість, альтернативні способи видачі, можливість емоційної розрядки, постійний "парк-розваг" у соціальних мережах та додатках за потребою тощо. Виходить, як властивості самого кіберсередовища, так і можливість людини самостійно організувати та впливати на те, що відбувається, створює привабливий ілюзорний образ кіберпростору, з якого не хочеться виходити і, до якого хочеться повертатися.

Як і для будь-якої нехімічної адикції, кібер-адикції притаманні наступні ознаки: небажання відволікатися від гаджету і роздратування, якщо це сталося, нездатність своєчасно припинити сеанс користування, ігнорування або відтермінування виконання справ реального життя, відчуття емоційного задоволення та під'йому під час використання гаджетів, нав'язлива потреба в мережі, пошуку інформації, оновленні стрічки, ігнорування фізіологічними потребами, зокрема сном, гігієною тощо [2].

Окрім загальних ознак залежності можна віднести специфічні, притаманні саме залежності від смартфона: "фаббінг" (від "phone" і "snubbing") – пріоритетна цінність телефону перед реальним співбесідником, "номофобія" ("No-mobile-phone phobia") – стан страху та занепокоєння, пов'язаний з відсутністю телефону, синдром FOMO ("Fear of missing out") – страх втратити можливість, пропустити подію, інформацію тощо, нав'язливе бажання перевіряти, селфізм ("Selfieism") – надмірне захоплення фотографувати себе та публікувати у соціальних мережах з орієнтацією на отримання схвалення з боку соціуму [1]. Поява цих специфічних феноменів свідчить про нову реальність, обумовлену проникненням кіберпростору у повсякденність, та нові виклики, що стоять перед психологічною наукою щодо подолання вже існуючих негативних наслідків, перш ніж з'являться інші феномени, адже технології не стоять на місці.

**Висновок.** Таким чином, бачимо, що у період карантинів та соціальної ізоляції соціальні та кібернетичні фактори, набувають більшого значення у розвитку кібер-адикцій, зокрема залежності від смартфона, ніж у інших обставинах. Якщо раніше надмірне використання кібер-простору викликало занепокоєння, то сьогодні це стає нормою через новий формат життя. Діджиталізація майже всіх верств населення, необхідність переходу на дистанційні форми навчання, праці, спілкування, у поєднанні з нестабільними психологічними станами суспільства, що прийшли разом з біологічною загрозою, створюють ризиковану ситуацію, коли засіб задоволення потреб –

універсальний, доступний, зручний гаджет може перетворитися на об'єкт залежності. Поява нових психологічних симптомів кібер-залежності свідчить про глибину проблеми. Враховуючи, існуючі стани розгубленості, невпевненості, нестабільності суспільства, які можуть самі по собі бути фактором ризику залежної поведінки, а також доступність та привабливість кіберсередовища, перебування у якому продиктоване сучасним викликом пандемії та офіційно підтримується на рівні держави, вважаємо важливим і пріоритетним завданням впровадження профілактичних заходів не тільки щодо негативних психологічних станів наслідків пандемії, а й щодо свідомого користування гаджетами, цифрового добробуту та інформаційної грамотності кожного користувача гаджетів.

### Література

1. Асеева Ю.О. Проблемні питання класифікації кібер-адикцій. Психологія і особистість. 2020 №2 (18) С. 23-40
2. Дрепа М. И. Интернет-зависимость как объект научной рефлексии в современной психологии / М. И. Дрепа // Знание. Понимание. Умение. 2018. № 2. С. 189-193.
3. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения. СПб.: Речь, 2005. 445 с.

Юхимович Ю. С.

магістрантка Нежинського державного університета  
імені Ніколая Гоголя, г. Нежин, Україна

### **ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ**

*"Увидеть небо в полевом цветке  
В песчинке малой – бесконечность,  
Мир целый удержат в своей руке  
И уместить в мгновенье вечность."*

*Уильям Блейк*

Будучи наділеними наслідом біологічним (як представителем виду *Homo sapiens*) а так же соціальним (сформіровавшись в ході передачі опыта, обученіи и воспитаніи), происходит еволюция человека. Этот процесс определяет современное и будущее состояние культурно исторического наследия. Высокий уровень развития мозга и психики, использование

естественных предметов в качестве орудий труда для охоты и защиты от врагов стали главнейшими предпосылками становления человека, основой развития мышления и трудовой деятельности. Суровые условия выживания человека как вида, способствовали объединению людей в племена. Древние люди понимали, для того что бы выжить необходимо добывать еду, искать безопасное место для ночлега, ведь в дикой среде таится множество опасностей справиться с которыми одному предоставляется большой трудностью. Объединение человека в группу было обусловлено целью взаимозащиты и взаимовыручки. Ведь противостоять трудностям находясь одному было куда сложнее чем будучи в объединении себе подобных. В процессе взаимодействия, будучи объединенными общей целью и деятельностью, в общинах формировались свои законы и правила, порядки и обычаи. Орудия древних людей а так же другие признаки их жизнедеятельности позволяют сделать важные заключения об образе жизни этих людей, об уровне их уже общественного, социального развития. Одним из основных средств выражения мыслей человека в процессе своей эволюции возникает речь, эта сложная коммуникативная система характерная для представителей рода Человек.

Обратившись к словарю лингвистических терминов речь определяется как последовательность знаков языка, организованная по его законам и в соответствии с потребностями выражаемой информации [10]. Однако наиболее всеобъемлюще, речь как психологическое понятие была описана в теориях Льва Семеновича Выготского и Жана Пиаже. Л. С. Выготским речь рассматривалась в понятии "высшая психическая функция". Разделяя функции психики на натуральные (психические процессы, осуществляющиеся без опосредования знаками) и культурные (которые осуществляются благодаря вспомогательным средствам). ВПФ представляют активную форму личности в ее проявлениях. Проблема ВПФ рассматривается в культурно-исторической теории именно как высшая форма поведения, отличающаяся от элементарного созданием и употреблением искусственных стимулов в качестве вспомогательных средств для овладения собственными реакциями. "В младенческом возрасте заложены генетические корни двух основных культурных форм поведения – употребление орудий и человеческой речи". Опосредование является "основой аналогии между знаком и орудием", тем общим моментом, который объединяет эти формы. А основной "точкой расхождения" (Л. С. Выготский) является их направленность: орудие "направлено вовне", оно есть средство внешней деятельности... (вызывая изменения в объекте), а знак – внутрь, это "средство психологического воздействия на поведение – чужое или свое, средство внутренней деятельности"

(Г. Г. Кравцов). "Исходной единицей анализа при рассмотрении проблемы опосредования является действие, определяющееся своей целью и способом, состоящим из операций и соответствующих им орудий-средств" (Г. Г. Кравцов). А.Н. Леонтьев отмечал: "Орудие служит проводником воздействия человека на объект его деятельности, оно направлено вовне, оно должно вызывать те или иные изменения в объекте, оно есть средство внешней деятельности человека, направленной на покорение природы. Знак ничего не изменяет в объекте психологической операции, но он есть средство психологического воздействия на поведение – чужое или свое, средство внутренней деятельности, направленной на овладение самим человеком; знак направлен внутрь".

Образование рефлекторного механизма, а так же социальная жизнь, подразумевающая взаимодействие людей с, являются важными условиями формирования культурных функций. Среди всех же систем социальной связи главной выступает речь. Мы придерживаемся той позиции что человек понимает, осознает, чувствует себя в том числе через общение с другим человеком. Открывая новые грани своего я, через оценку себя окружающими, и стремление к общности, к в социальной среде. Л. С. Выготский попал в самую суть, указывая на тот факт, что речь, выполняя функцию сообщения, социальной связи, осуществляет влияние на окружающих, вместе с тем является способом формирования мысли. Мы начинали наше изложение из цитаты английского поэта: "Увидеть небо в полевом цветке.. но возникает вопрос, какое небо мы увидим если наш взор устремлен прямоком в экран смартфона или компьютера? Нажимая кнопки на клавиатуре перед нами только буквы складывающиеся в слова, затем в предложения, но где тут все же человек? Мы теряем самое важное, а именно себя, в отражении того самого другого, себе подобного, вместе с тем индивидуально отличного, Человека. Цитируя древнегреческого философа Сократа: "Заговори, чтобы я тебя увидел" мы наблюдаем что слова эти не теряют своей актуальности и сегодня.

Современная психология рассматривает мышление и речь как неразрывно связанные, но в то же время самостоятельные составляющие одного целого. Говорить означает быть, чувствовать, переживать, осознавать. Общение играет одну из главных ролей в формировании личности. Ведь мысль как таковая, формируется и развивается в тесной связи с речью. Человек формируя вслух собственные умозаключения выражая их для других, формулирует их и для себя самого. Л.С. Выготский говорил: "Слово так же относится к речи, как и к мышлению. Являя собой живую клеточку, содержащую в самом простом виде основные свойства, свойственное речевому мышлению в целом. Слово это не

является ярлыком, наклеенным в качестве индивидуального названия на отдельный предмет: оно всегда характеризует предмет или явление, обозначаемое им, обобщенно и, следовательно, выступает как акт мышления. Возникает вопрос. Как получилось, что сквозь долгий эволюционный процесс становления человека, возникновения в нем сложных форм психики (одной из которых, как мы уже указывали выше является речь) мы переместились на сторону напоминающую в своем проявлении период когда речь только зарождалась. Приведем пример. В онлайн коммуникации в возникают формы общения посредством эмодзи (смайликов). Эмодзи (от японской. "картинка" эмодзи – "знак", "символ"; произношение: – язык идеограмм и смайликов, используемый в электронных сообщениях и веб-страницах. Этот графический язык, где вместо слов используются сочетания картинок, появился в Японии и распространился по всему миру. В данном случае мы видим общение которое и без того лишено эмоциональной, живой окраски, общение упрощенное, наделенное лишь символами, которые в обход процессу построения собственных умозаключений с вложенным в них смыслом, осуществляются с помощью нажатия кнопки на мониторе в виде сердечка или улыбки. Сейчас символы становятся заменой словам. Согласно исследованиям, более 80% пользователей используют в переписке визуальные средства – эмодзи и гифки. Напоминает так называемую пещерную живопись, изображения в пещерах выполненные людьми эпохи палеолита, как один из видов первобытного искусства. Зачем же тогда, спрашивается, появлялась речь? Раз мы перестаем ею пользоваться. А так как речь тесно связана с мышлением то можно только предположить, как ее скудность и упрощение влияет на структуру развитие мышления человека.

Из за сложной эпидемиологической ситуации, мы люди, оказались подвластны ряду ограничений, основным критерием которых является изоляция. Отделенные друг от друга а значит и от себя самих. Ведь путь становления личности происходит посредством общением с другим человеком. Личность как системное социальное качество индивидуальности, как её персонализация, т.е. отражённая субъектность в других людях и в себе самом как в другом человеке (В.Н. Мясищев). Что это значит, и главное как отображается на человеческой психике мы можем наблюдать уже сейчас. По росте случаев тревожных и стрессовых расстройств, депрессиях и неврозов, семейной агрессии, разводах. Человеческая психика попросту не выдерживает. Одна из причин – нахождение в одиночестве, что является чрезвычайно трудным для человека, так как люди – существа социальные. Реакция на стресс должна быть осмысленной и взвешенной. Пандемия и связанная с ней изоляция требует частичного или

полного закрытия образовательных учреждений и сопутствующей им инфраструктуры, таким образом помещает человека в совершенно новые условия его жизнедеятельности. Мы оказались в условиях ограниченности от живых социальных контактов. Но значит ли это что мы должны оставаться в стороне и не воздействовать на окружающую действительность? Путем познания своего внутреннего мира, формирования в нем некой крепости в виде ценностных ориентиров и моральных устоев является одним из критериев целостности и непоколебимости психики которая не будет столь уязвима под воздействием неопределенностей и смятений. Лишенный принципов и ценностных ориентиров, человек – как корабль без компаса, его бросает по волнам неопределенности и он не может найти верный путь. Мы понимаем что в сегодняшний мир всевозможных забот и стрессов огромную роль играют наши жизненные ценности, являющиеся своеобразными указателями правильного направления. Нидерландский философ XVII века Бенедикт Спиноза, рассматривая проблему душевного здоровья, утверждал: руководствующиеся разумом всегда находятся под влиянием хорошего настроения и что в свойстве человеческой сущности лежит стремление человека к познанию. Действительно, в системе человеческих ориентиров и моральных устоев закладывается некий фундамент на котором держится целостность и устойчивость человеческой психики, ее непоколебимость в условиях неопределенностей.

В настоящее время в отечественной психологии еще нет единого мнения о начальном моменте и критерия появления самосознания в онтогенезе. Мы рассматриваем самосознание как один из критериев психической целостности психики. Лидия Ильинична Божович доктор психологических наук, профессор, специалист по возрастной психологии в своем научном издании пишет: "Личностью следует называть человека, достигшего определенного уровня психического развития. Этот уровень характеризуется тем, что в процессе самопознания человек начинает воспринимать и переживать самого себя как единое целое, отличное от других людей. Такой уровень психического развития характеризуется также наличием у человека собственных взглядов и отношений, моральных требований и оценок, делающих его относительно устойчивым в отношении воздействий среды. Человек на этом уровне своего развития способен сознательно воздействовать на окружающую действительность, изменять ее в своих целях, а также изменять в своих целях самого себя" Самосознание позволяет познать свой внутренний мир, переживать его и определенным образом относиться к самому себе. В работах С. Л. Рубинштейна:

"Самосознание не изначальная данность, присущая человеку, а продукт развития" [7, 328 с]. Л.С. Выготский выделял самосознание как особый, достаточно поздний этап в развитии сознания и личности [4, 231]. Самосознание понималось им как более высокий психический синтез, проявляющийся в образовании новых связей между различными функциями – третичных высших функций [4, 239]

Изучая проблемы развития личности мы не должны умалчивать о природе произведения личности, о начале зарождения человека, в буквальном смысле этого слова. Не является новшеством тот факт, что само зарождения человеческой жизни происходит путем взаимодействия двух людей, их сложных форм психической деятельности, и конечно, не может быть объясненным как биологический акт лишь только. Человек переживает, чувствует, отображает и передает собственные переживания другому человеку. С самого рождения и в дальнейшем в процессе "движения", освоения культуры новых социальных групп и слоев, формируется и преобразовывается человеческая психика. Огромную роль в этом процессе играет социальный институт функции которого базируются на основе взаимодействия и отношений конкретных индивидов, социальных групп и общностей. В детском возрасте социальным институтом выступает детский сад, в более старшем возрасте – школа, далее высшее учебное заведение и после рабочая деятельность что так же предусматривает нахождение человека в социальной среде. Процесс социализации, который начинается с самого детства и продолжается в течении всей жизни, выступает как мы упоминали выше, как процесс усвоения культуры, групповых норм и ценностей, а так же вторых – формирования "Я" то есть самой личности. Вернемся к положению Выготского о том что высшие, присущие человеку формы психологического общения возможны только благодаря тому, что человек с помощью мышления обобщенно отражает действительность. Как слово, лишенное значения, уже не относится более к царству речи [3]; так и способ коммуникации с помощью эмодзи не является полноценной речью а лишь визуальное, нечто..способ передачи информации с явной потерей хоть какого то смыслового значения. Получая текстовое сообщение наделенное лишь визуальной составляющей в виде эмодзи (смайлика улыбки или сердечка) мы не можем говорить в серьез о полноценном общении и понимании себя с помощью данного вида коммуникации. Мы не знаем и не можем знать – какой смысл вложен в данное сообщение. Отправляя эмодзи( смайлик) улыбку – собеседник демонстрирует радость и дружелюбие, или наоборот насмехается над нами.... Но есть ли смысл в коммуникации без смысла? Вопрос звучит риторически. За

то последствия этого явления (скудности и упрощения мышления и речи) самые что ни на есть реальные и объективные. Лев Семенович Выготский занимался методологическими проблемами психологической науки, сделал то что ранее до него казалось невозможным, рассматривая явление в динамике, не как отдельное и оторванное от целостности, а то что отображается перетекает и находит себя в самом процессе. Не будем ходить далеко за рубеж а процитируем слова украинского поэта и мыслителя Тараса Шевченка которые как нам кажется точно отображают важность развития речи и диалога на примере:

"Ну що б, здавалося, слова...  
Слова та голос – більш нічого.  
А серце б'ється – ожива,  
Як їх почує!.."

Мы понимаем что в форме диалога человек лучше понимает и смысл собственных мыслительных умозаключений. (которые еще небыли выраженные внешне путем словесной речи, за то уже возникли отображая себя во внутренних переживаниях).

Выготский в своих исследованиях пришел к выводу что сознание человека имеет социальноисторическое происхождение. Если нет развития нет истории – не существует смысла и значения [3]. Одно из основных предположений Л. С. Выготского состоит в том, что индивидуальное сознание развивается на основе отношений с другими через социальную деятельность. История есть прошлое которое участвует в формировании настоящего. Таким образом "сквозь призму" предыдущего опыта и объективной действительности настоящего, мы имеем возможность анализировать варианты дальнейшего развития будущего. Лев Семеныч был убежден в том, что индивид развивается во взаимодействии со своей окружающей средой и своей культурой. И что человеческое сознание как и другие высшие психические функции, имеют социальное происхождение. Влияние этих социально-исторических аспектов всегда должно приниматься во внимание, когда мы говорим о человеке, его социальной и психической жизни и анализе развитии его личности в целом.

### **Литература**

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте 1968.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь. Психологические исследования.
3. Л. С. Выготского. Записные книжки Избранное / под. общей редакцией Е. Завершневой и Р. Ван дер Веера.
4. Варшава Б. Е., Выготский Л. С. Психологический словарь. М., 193.



5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
6. Психологія / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
7. Рубинштейн С. Л. Человек и мир. М., 1997. С. 130. 64
8. Рубинштейн СЛ. Бытие и сознание. – М.: Пед. академия наук СССР, 1957. – 328 с.
9. Спиноза Б. Этика. М.: Изд-во "АСТ", 2001.
10. Т.В. Жеребило. Словарь лингвистических терминов: Изд. 5-е, испр-е и дополн. – Назрань: Изд-во "Пилигрим". 2010.

Наукове видання

# *Людина та її реальність*

*Збірник матеріалів XII  
Міжнародної науково-практичної конференції*

*(24-25 листопада 2021 року, м. Ніжин)*

*За редакцією доктора психологічних наук, професора М.В. Папучі*

Технічний редактор – І. П. Борис  
Внстрака, макетування – А. В. Новгородська

*Видання друкується за авторським редагуванням*

---

---

Підписано до друку 22.09.2021 р.  
Гарнітура Times New Roman  
Замовлення №

Формат 60x84/16  
Обл.-вид. арк. 9,33  
Ум. друк. арк. 9,88

Папір офсетний  
Тираж 100 прим.

---

---



Видавництво  
Ніжинського державного університету  
імені Миколи Гоголя.  
м. Ніжин, вул. Воздвиженська, 3А  
(04631) 7-19-72  
E-mail: [vidavn\\_ndu@ukr.net](mailto:vidavn_ndu@ukr.net)

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 2137 від 29.03.05 р.