

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Національна академія педагогічних наук України  
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України  
Федерація психологів освіти Росії  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Б. Хмельницького  
Мелітопольський інститут екології та соціальних технологій  
ВНЗ ВМУРОЛ «Україна»  
ГО «Арт-терапевтична асоціація»



## **Соціально-психологічні особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери: обсерваторія душі**

**(Матеріали V всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю)**

**25-27 травня 2012 року**

**Київ-Мелітополь 2012**

## Наукове видання

УДК 159.9 + 378 + 316.6  
ББК 88.5

Друкується за рішенням вченої ради МІЕСТ ВНЗ ВМУРОЛ «Україна»  
(протокол №6 від 10.05.12)

### *Редакційна колегія:*

Л.А. Найдьонова, канд. психол.наук,  
О.В. Федорова, канд. пед. наук, доцент;  
В.М. Брустінов, канд. техн. наук, професор.

*Відповідальний секретар:* О.Т. Плетка

*Автори несуть відповідальність за зміст і достовірність  
поданих матеріалів*

**Соціально-психологічні особливості професійної діяльності працівників соціальної сфери: обсерваторія душі.:** Матеріали V всеукр.наук.-практ.конф. с міжнар. участ. // упоряд. О.Т. Плетка. – К.–Мелітополь, 2012. – 58 с. (українською та російською мовами).

У збірнику подано матеріали V Всеукраїнської конференції з міжнародною участю: тези доповідей та наукові статті, присвячені проблемам професійної діяльності працівників соціальної сфери.

Для студентів ВНЗ, аспірантів, викладачів, практичних психологів, соціальних працівників, соціальних педагогів, науковців.

© Автори, 2012

## ЗМІСТ

|  |    |
|--|----|
| <b>ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ</b> .....  | 4  |
| <i>Бреусенко-Кузнєцов Олександр Анатолієвич</i> Рівні серйозності задуму твору в жанрі фентезі (російською мовою) .....  | 4  |
| <i>Гузь Наталія Василівна</i> Особливостей емоційно-оцінного компонента ставлення молодших школярів до навчання .....  | 5  |
| <i>Густодимова Віра Сергіївна</i> Соціально-культурні чинники формування проблеми психологічної залежності в парадигмі аналітичної психології К.Г. Юнга (російською мовою) .....               | 7  |
| <i>Корх Віра Михайлівна</i> Соціально-психологічні особливості розвитку та психокорекції соціального пізнання у підлітків та юнаків .....  | 9  |
| <i>Левенець Олена Анатоліївна</i> Формування психологічного ресурсу особистості у період соціально-економічної кризи.....  | 11 |
| <i>Мединська Юлія Ярославівна</i> Стигматизація психічної хвороби як індикатор незрілості суспільства .....  | 13 |
| <i>Миколайчук Мар'яна Ігорівна</i> Використання методів системної терапії у консультуванні подружніх пар .....   | 16 |
| <i>Наговіцин Олексій Євгенович</i> Віддзеркалення характерних соціально-психологічних особливостей професій та соціальних ролей у фольклорних і літературних традиціях (російською мовою)..... | 18 |
| <i>Плетка Ольга Тарасівна</i> Обсерваторія душі або як допомогти самому фахівцю.....   | 19 |
| <i>Савінов Володимир Вікторович</i> Атмосфера плейбек-театру: від глядача до автора.....   | 21 |
| <i>Скрипнік Олександр Вікторович</i> Проблема лояльності та прояв конформізму у професійному середовищі .....  | 24 |
| <i>Тітова Катерина Вікторівна</i> Особливості переживання і трансформації страху в процесі театральної імпровізації особистих історій(на російській мові) .....                                | 26 |
| <i>Фалько Наталія Миколаївна</i> До постановки питання збереження психічного здоров'я як чинника гармонізації особистісного простору .....   | 28 |
| <i>Чернева Інна Василівна, Стоянов Денис Іванович</i> Диференціальний підхід до психологічного консультування старшокласників з особистісними дисгармоніями.....                               | 30 |
| <i>Яремчук Софія Володимирівна</i> Здатність до емпатії як основний критерій професійної готовності майбутніх соціальних педагогів.....  | 32 |
| <b>НАУКОВІ СТАТТІ</b> .....  | 35 |
| <i>Грибенко Ірина Віталіївна</i> Ідентичність членів малої групи, її прояви та складові .....  | 35 |
| <i>Клюйкова-Цобенко Вікторія Олексіївна</i> Проблематика екзистенційної невизначеності батьків дітей з обмеженими можливостями: архетипний аспект .....  | 40 |
| <i>Логвіна-Бик Тетяна Анатоліївна</i> Професійне вигорання вчителів біології .....   | 44 |
| <i>Шишко Надія Сергіївна</i> Гендерні особливості комунікативної активності підлітків.....   | 49 |
| <i>Яремчук Оксана Василівна, Клюйкова-Цобенко Вікторія Олексіївна</i> Історичне самопроекування: філософські підстави і тренінговий формат (російською мовою) .....                            | 54 |

# ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ

УДК 159.956.6:82

**Бреусенко-Кузнецов А.А.**<sup>1</sup>

## УРОВНИ СЕРЬЁЗНОСТИ ЗАМЫСЛА ПРОИЗВЕДЕНИЯ В ЖАНРЕ ФЭНТЕЗИ

Сказкотерапевтический взгляд на жанр фэнтези обнаруживает в нём как *регрессивные* компоненты (мир фэнтези – *эklekтичный* мир нарочной *имитации* и *иллюзорного ухода* от повседневности, на потребности которого неплохо паразитирует массовая культура), так и *конструктивные* (как всякая литературная производная от фольклора, фэнтези *прикосновенно к архетипическим темам, выражающим сущностные стороны человеческого бытия*).

Опыт присутствия на форуме авторов Ленинградского издательства позволил нам типологизировать литературные произведения в жанре фэнтези (а также технофэнтези, да и фантастики вообще) в зависимости от серьёзности и силы авторского замысла.

Нижеследующая типология уровней серьёзности и силы авторского замысла дана в зримых метафорических картинах:

- *низкий уровень* (отстой) – когда непобедимые “героини в бронелифчиках” успешно одолевают гусеничные танки противника меткими попаданиями двуручных мечей (хэппи энд). Такое фэнтези только на то и годится, чтобы сбежать от повседневных проблем в розовую картинку;
- *средний уровень* (“реализм”) – когда всех героинь переезжают “гусеничные танки зла”, и нечего им было трепыхаться. Здесь есть “правда жизни”, но какие-то возможности не открыты, пропущены... Читателя мокают в кровавую лужу и оставляют в ней тонуть.

*высший уровень* (озарение) – когда против гусеничных танков отыскивается какой-то совершенно новый и достоверный приём борьбы. Вот тут-то от героев (и от автора) требуется совершить подлинное открытие, за которое не забудет их благодарное человечество.

---

<sup>1</sup> Бреусенко-Кузнецов Александр Анатолійович, канд. психол. наук, доцент кафедри психології та педагогії Національного технічного університету України "КПІ", член правління ГО "Арт-терапевтична асоціація", м. Київ

## ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНО-ОЦІННОГО КОМПОНЕНТА СТАВЛЕННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО НАВЧАННЯ

Одним із значущих чинників формування гуманістично спрямованого, всебічно розвиненого й соціально активного індивіда є система його психологічних ставлень. Позитивне ставлення підростаючої особистості до навколишнього світу, до інших людей, до самої себе та до провідної діяльності – це основна умова її гармонійного і всебічного розвитку. Пошуки ефективних шляхів і засобів формування такого ставлення є важливим завданням психологічної науки і педагогічної практики.

Поняття “психологічне ставлення особистості” розглядається як частково динамічна, частково усталена система усвідомлених вибіркових зв'язків людини як суб'єкта з різними за значущістю, суб'єктивно оціненими на основі життєвого досвіду об'єктами оточуючого світу, що мають певне емоційне забарвлення і, відповідно, спрямовують поведінку та діяльність особистості [1]. Провідними видами психологічних ставлень особистості є ставлення до інших людей, до себе, до значущої діяльності.

Сформоване позитивне ставлення до школи, навчальної діяльності, пізнання – важливі показники готовності дитини до шкільного навчання, вважають науковці [2; 3].

Дослідженням різних аспектів проблеми ставлення до навчальної діяльності займались: Б. Г. Ананьєв, Л. І. Божович, Л. О. Висотіна, О. К. Дусавицький, Г. С. Костюк, М. Г. Левандовський, О. М. Леонт'єв, А. К. Маркова, М. В. Матюхіна, Ю. М. Орлов, С. Л. Рубінштейн, П. М. Якобсон та ін.

На нашу думку, найбільш повною є психологічна характеристика основних компонентів ставлення до навчальної діяльності, яка здійснюється на основі структури ставлення особистості, а саме: 1) *когнітивний компонент* – знання про об'єкт, його властивості; 2) *емоційно-оцінний компонент* – оцінка властивостей об'єкта або ж самого об'єкта в поєднанні з відповідним емоційним забарвленням; 3) *поведінковий компонент* – дії та вчинки суб'єкта ставлення щодо об'єкта ставлення.

*Метою статті* є визначення особливостей емоційно-оцінного компонента ставлень молодших школярів до навчання.

Найбільшого значення у складі цього компонента психологи надають емоціям і почуттям. Науковці (О. Д. Алф'єров, М. Т. Дригус, О. К. Дусавицький, Г. С. Костюк, О. М. Леонт'єв, А. К. Маркова та ін.) вва-

---

<sup>2</sup> Гузь Наталія Василівна, канд. психол. наук, доцент кафедри практичної психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь

жають, що емоції виступають основною характеристикою ставлення школярів до навчальної діяльності. Зокрема, Г. С. Костюк зазначає, що емоції, які виникають з початком процесу навчання, супроводжують його, впливаючи на його результат, визначають ставлення до нього школярів [4].

Виявлено незаперечний зв'язок між емоціями, почуттями і переживаннями та ставленням школярів до навчальної діяльності. Так, ситуативні переживання, які пов'язані з різноманітними навчальними ситуаціями і виконують функцію регуляторів навчальної діяльності, можуть перетворюватись на стійке ставлення до учіння. На розвиток позитивного ставлення школярів до навчання найбільше впливають позитивні емоції стосовно школи в цілому, засвоєння нових знань, нових способів їх здобування і оволодіння ними, подолання труднощів у процесі розв'язання навчальних завдань, усвідомлення власних можливостей у досягненні успіхів [5].

Соціальні та економічні негаразди сьогодення є чинником надмірної зайнятості як учителів, так і батьків учнів, внаслідок чого бракує позитивних емоційних взаємин між учителем і учнями, між батьками та дитиною.

Проведене нами дослідження не охоплює усіх аспектів зазначеної проблеми. Перспективними напрямками подальшої роботи є експериментальне дослідження особливостей емоційно-оцінного компонента ставлення молодших школярів до навчання та розроблення психолого-педагогічних рекомендацій для вчителів і батьків молодших школярів, які сприятимуть розвиткові позитивного ставлення учнів до навчання.

## Література

1. Біляєва Н. В. Психологічні характеристики ставлення до учбової діяльності / Н. В. Біляєва // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 6, ч. 1. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009. – С. 44–55.
2. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л. И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
3. Зимняя И. А. Педагогическая психология / И. А. Зимняя. – Изд. 2-е, доп., испр. и перераб. – М.: Логос, 2002. – 384 с.
4. Костюк Г. С. Навчально - виховний процес і психічний розвиток особистості / Г. С. Костюк. – К.: Рад. школа, 1989. – 608 с.
5. Маркова А. К. Формирование мотивации учения : кн. для учителя / А. К. Маркова, Г. А. Матис, А. Б. Орлов. – М.: Просвещение, 1990. – 192 с. – (Психол. наука – школе).

## СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНЫЕ ФАКТОРЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ В ПАРАДИГМЕ АНАЛИТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ К. Г. ЮНГА

На современном этапе развития общества внимание исследователей все больше привлекает влияние особенностей культуры на формирование проблем личностного и духовного роста, в том числе на формирование различных видов психологической зависимости. Современное человечество, отличающееся развитием сложнейших индустриальных и информационных технологий, оказалось совершенно бессильно перед природой собственной психики. Под влиянием культуры в обществе формируются определенные идеалы, ценности, которые не только стали трудны для достижения, но и представляют собой психологическую проблему. Наша культура поощряет стремление к совершенству.

Кризис экономической и политической жизни, который имеет место на современном этапе развития общества, оказывает огромное влияние на психическую жизнь индивида. Таким образом, необходимо принимать во внимание эффекты такого воздействия с особой тщательностью.

В основе психологической зависимости, по мнению Мэрион Вудман, лежит стремление к совершенству. Страсть к совершенству, с психологической точки зрения, означает порабощение человека своим комплексом [1]. Дж. Холлис рассматривает зависимость как навязчивое поведение, связанное с одержимостью какой-либо идеей. Зависимость выступает как одна из психологических защит, которая ставит цель установить контроль над собой, достичь социальной успешности, показать свою способность контролировать ощущения своего Я [2].

Аналитическая психология видит истоки проблемы психологической зависимости в духовном кризисе, переживаемом человеком, а столь широкое распространение данного феномена связывает с глобальным духовным кризисом человечества. С точки зрения юнгианской психологии, в некоторых случаях нераспознанная духовная потребность может замещаться тем или иным видом зависимости [3]. Истоки проблемы психологической зависимости лежат в духовном поиске, который отражается как на индивидуальных особенностях личности, так и на ее социальных взаимоотношениях.

Представители юнгианской психологии утверждают, что основным побуждением, скрывающимся за зависимостью, является стремление к переживанию целостности [3]. Оно охватывает все другие стороны процесса формирования психологической зависимости. Тенденция психического устремляться в сторону целостности является фундаментальным постулатом анали-

---

<sup>3</sup> Густодымова Віра Сергіївна, аспірантка Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадського, м. Сімферополь

тической психологии К. Г. Юнга. Стремление к целостности – это основополагающий внутренний импульс, который оказывает на нашу жизнь чрезвычайное воздействие и побуждает некоторую духовную неудовлетворенность. Тем не менее, внутреннее побуждение обрести целостность может привести к неблагоприятным последствиям. Особенно это выражено среди молодых людей юношеского возраста. На культурном уровне развития нашего общества существует проблема отсутствия достаточного количества санкционированных структур, которые позволяют удовлетворить стремление к целостности. В результате у людей вне зависимости от возрастных и гендерных особенностей это чрезвычайно сильное побуждение выражается в различного рода зависимостях – неправильное питание, злоупотребление властью, отношениями, чрезмерное стремление к порядку и дисциплине и других действиях, вызывающих зависимость.

Не найдя рационального выхода, нереализованная духовная потребность заполняется конкретным воплощением символа – еда, власть, порядок и т.д. В культуре, склонной все больше забывать символический мир, происходит выстраивание своей жизни вокруг каких-либо деструктивных идей, лежащих в основе формирования различных видов зависимостей.

Таким образом, на основе результатов теоретического анализа проблемы психологической зависимости в парадигме аналитической психологии К.Г.Юнга были выделены следующие социально-культурные факторы, оказывающие влияние на формирование данного феномена:

- 1) кризис экономической и политической жизни, создающий предпосылки для духовного кризиса индивида;
- 2) информационный кризис;
- 3) наличие в современном обществе стереотипов относительно социальных и гендерных ролей;
- 4) наличие культурных установок, в основе которых лежит стремление к совершенству, преувеличение значения власти и конкуренции.

Воздействие современной культуры, формирование определенных ценностей и идеалов проецируют на индивида искусственный образ, который лишает его самоощущения, отдаляет от истинных потребностей и чувств. В результате формируется чувство вины, ведущее к саморазрушению и формированию зависимости [4].

С нашей точки зрения, необходимы более глубокое осознание того, о чем говорят эти симптомы цивилизации, и выработка эффективных моделей профилактики формирования проблем личностного роста, в частности, проблемы формирования психологической зависимости.

## **Литература**

1. *Вудман Мэр ион*. Страсть к совершенству: Юнгианское понимание зависимости / Мэрион Вудман ; [пер. с англ. В. Мершавки]. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2006. – 272 с.
2. *Холлис Дж.* Душевные омуты / Джеймс Холлис. – Когито-Центр, 2008. – 192 с.



3. Зойя Л. Наркомания. Патология или поиск инициации / Л. Зойя. – Добросвет, КДУ, 2007. – 208 с.
4. Вудман Мэрион Опустошенный жених (женская маскулинность) / Мэрион Вудман; [пер. с англ. В. Белопольский, В. Мершавка]. – М.: Когито-Центр, 2010. – 320 с.

УДК 159.92:159.922.8

**Корх В. М.**<sup>4</sup>

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЇ СОЦІАЛЬНОГО ПІЗНАННЯ У ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ**

*Проблема.* Сучасне суспільство характеризується мінливістю, конфліктністю, високою конкурентністю. Особистість, потрапляючи у важкі мінливі умови соціальної взаємодії, має швидко зорієнтуватись у системі соціальних зв'язків та суперечностей. Психологія прагне описати і пояснити особливості пізнання людиною її стосунків з іншими людьми. Процес соціалізації як засвоєння індивідом соціального досвіду та адаптації до соціальних умов життя нерозривно пов'язаний із соціальним пізнанням. З'ясування соціально-психологічних особливостей і чинників, що роблять адаптацію людини в сучасному світі успішною чи неуспішною, дасть змогу допомогти їй зорієнтуватися в нестабільному світі. Ця проблема особливо актуальна у підлітковому та юнацькому віці, коли відбуваються розвиток соціально-перцептивних рис характеру особистості, становлення самосвідомості, адаптація в суспільному просторі.

Зазначена проблематика вирішується у дослідженнях за такими напрямками: онтогенетичний розвиток спілкування (Б. Г. Ананьєв, П. П. Блонський, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, М. І. Жинкін, Г. С. Костюк, О. М. Леонтьєв, О. Р. Лурія, С. Л. Рубінштейн); вплив спілкування на пізнання (Г. М. Андреева, О. О. Бодальов, А. В. Брушлінський, Дж. Брунер, Ч. Кулі, А. Міллер, Г. Ньюком, К. Роджерс, Е. Уїлсон, Дж. Холмс та ін.) [1;2;3]; невербальні характеристики спілкування (В. А. Лабунська, А. Мейсрабіан, А. Ю. Панасюк, А. Піз, Е. Холл); проблеми міжособистісних стосунків (А. В. Брушлінський, Б. С. Волков, В. М. Мясіщев, М. М. Обозов, В. Б. Ольшанський тощо); психологія розуміння (А. Б. Коваленко); особливості формування соціального образу (В. Москаленко, О. Міщенко)[4]; розвиток соціальних здібностей в юнацькому віці (О. І. Власова), дослідження механізмів міжособистісного розуміння (І. Н. Семенов, С. Ю. Степанов, А. В. Карпов, В. М. Фомічова) [5] тощо.

*Мета статті* – аналіз результатів емпіричного дослідження соціально-психологічних особливостей розвитку та психокорекції соціального пізнання в підлітковому та юнацькому віці.

---

<sup>4</sup> Корх Віра Михайлівна, аспірантка Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м.Київ

Для проведення аналізу застосували такі методики: тест Г. Айзенка (підлітковий варіант), ПДО А. Є. Лічко, методику Т. Лірі, методику дослідження рівня емпатії В.В. Бойко, соціометрію та автосоціометрію (для визначення рівня соціальної рефлексії), тест емоційного сприйняття, методику семантичного диференціала, методику ідентифікації з референтними соціальними групами та модифікацію методики Куна-Макпартленда 20 висловлювань “Хто я?”.

За даними кількісного і якісного аналізу результатів нашого дослідження ми дійшли висновку, що соціально-перцептивні механізми емпатії та ідентифікації, а також емоційного сприйняття формуються і розвиваються за незначною позитивною динамікою від підліткового до юнацького віку і мають свої особливості в ці вікові проміжки, а механізм соціальної рефлексії, навпаки, в юнацькому віці розвинений гірше. Ми пояснюємо це психічне явище зміною провідної діяльності від інтимно-особистісного спілкування в підлітковості до навчально-професійної діяльності в юності, що, звичайно, виражається у змінах орієнтирів соціального пізнання підлітків та юнаків. Зазначимо, що динаміка соціального пізнання в підлітковому та юнацькому віці незначна, оскільки для дослідження взято сусідні вікові проміжки і зміни, які відбуваються у формуванні особистості і ще не сильно різняться. Особистісні властивості взаємопов’язані із соціально-перцептивними механізмами, що розвиваються в підлітковому та юнацькому віці. *Юнаки* краще спрямовують увагу, сприйняття та мисленнєві процеси на сутність іншої людини – її стан, проблеми, поведінку, а *підлітки* краще усвідомлюють ставлення до себе ровесників та у взаємодії з ними більше спираються на інтуїтивний підсвідомий досвід. Підлітки рефлексивніші за юнаків у соціальній взаємодії. Механізми соціального пізнання пов’язані зі стилями соціальної взаємодії. Підлеглі та дружелюбні підлітки емпатійніші, вони виявляють спонтанний інтерес до психічного, емоційного стану, особливостей поведінки та проблем інших людей, на відміну від егоїстичних та агресивних молодих людей, зосереджених на собі та власних проблемах. Емоційно нестабільні підлітки краще відчують емоційний стан інших, здатні входити з ними в емоційний резонанс. Такі підлітки краще усвідомлюють ставлення ровесників до себе, особливо в ділових стосунках, у яких спираються на раціональні здібності сприйняття та пізнання, а в міжособистісних стосунках – на емоційні здібності.

У рамках формувального дослідження було розроблено й успішно апробовано програми тренінгів розвитку та психокорекції соціально-перцептивних якостей підлітків і юнаків. *Психокорекційний зміст та цілі* тренінгових програм для підлітків і юнаків було спрямовано: на формування елементарної бази психологічних понять, розвиток навичок адекватного соціального сприйняття та пізнання, ефективної міжособистісної взаємодії та спілкування; розвиток емоційного сприйняття та самовираження; підвищення рівня рефлексивності, емпатійності та навичок ототожнення з партнерами по взаємодії; відпрацювання уміння рефлексії, децентрації, які сприяють

об'єктивному самосприйняттю, адекватності самооцінки, прагненню впливати на партнера по взаємодії, розумінню відмінностей власної позиції від позиції іншої людини; створенню мотивації для подальшого саморозвитку учасників; згуртуванню учасників та формуванню взаємної довіри.

Відмінності між програмами тренінгів для підлітків та юнаків полягали у збільшенні психокорекційних вправ розвитку і тренування рефлексивних умінь і навичок самопізнання та соціальної рефлексії в юнацьких групах, адже, за результатами емпіричного дослідження, механізм соціальної рефлексії у юнаків у середньому розвинений гірше, ніж у підлітків, що пов'язано з віковими особливостями особистісного розвитку та становленням самосвідомості. Решта психокорекційних вправ для розвитку механізмів емпатії, ідентифікації та емоційного сприйняття присутні в обох тренінгових програмах.

## Література

1. *Андреева Г. М.* Психология социального познания: учеб. пособие для вузов / Г. М. Андреева. – М.: Аспект-Пресс, 1997 – 239 с.
2. *Бодалев А. А.* Личность и общение / А. А. Бодалев. – М.: Педагогика, 1983.
3. Психология индивидуального и группового субъекта / РАН; Ин-т психологии / А. В. Брушлинский, М. Й. Воловикова. – М.: Per Se, 2002. – 368 с.
4. *Москаленко В.* Теоретико-методологічні підходи у дослідженні особливостей соціального образу / В. Москаленко, О. Міщенко // Соціальна психологія. – 2010. – № 3. – С. 3–18; № 4. – С. 3–15.
5. *Карпов А. В.* Закономерности структурной организации рефлексивных процессов. / А. В. Карпов // Психол. журнал. – 2006. – Т. 27, № 6. – С. 18–28.

УДК 159.923:316.4.051.62

**Левенець О. А.**<sup>5</sup>

## ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО РЕСУРСУ ОСОБИСТОСТІ У ПЕРІОД СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ

Соціальний запит на формування максимальної адаптованості людини до певних змін у її житті є гострим і актуальним питанням, на якому практична психологія зосереджує значну увагу. У період тотальної кризи відбуваються перегляд, переосмислення не тільки власного життєвого досвіду, настанов, але і багатьох світоглядних, концептуальних засад буття людини.

Як показує наш досвід, на сьогоднішній день майже 40% громадян (цифра збільшується залежно від соціально-економічних кризових явищ), які звертаються за психологічною допомогою, відчувають зневіру у власних можливостях щодо подолання та вирішення власних проблем. Тому, ми вважаємо,

---

<sup>5</sup> Левенець Олена Анатоліївна, канд. психол. наук, доцент кафедри практичної психології Національної академії внутрішніх справ, м. Київ

що в роботі з клієнтом необхідно зосередити зусилля на розвитку його психологічного ресурсу, що в подальшому формує здатність самостійно приймати рішення. Ми повністю поділяємо думку К. Роджерса, який переконаний, що на всі свої запитання клієнт сам знає відповідь [ 1].

Психологічний ресурс особистості, на наш погляд, формується із складових, які сприяють розвитку психологічної гнучкості, а отже, розширюють адаптаційні можливості людини. Це зокрема:

- толерантне ставлення до різних соціальних груп, класів, націй, суспільства в цілому (іншобачення, розуміння та сприйняття інших думок, поглядів, відображення в духовному житті особистості інтересів і уявлень інших людей);
- внутрішній локус контролю (розвиток власних здібностей, здатність самостійно приймати рішення, передбачати наслідки власних дій і нести за них відповідальність);
- саморефлексивність (самозвіт людини, здатність розуміти власну внутрішню суперечливість);
- розвиток умінь психологічної саморегуляції (самоконтроль, позитивне мислення, дотримання життєвого балансу, толерантність до стресів тощо).

За даними наших досліджень, вміння емоційно-вольової регуляції ґрунтуються на саморефлексії і повністю залежать від власних зусиль особистості, її бажання навчитися керувати своїм станом і тривалого наполегливого тренування [2].

Наш досвід свідчить, що проблема розвитку психологічного ресурсу особистості актуальна ще й тому, що батьки, які переживають стан зневіри, розчарування, соціальної і психологічної дезадаптації, часто неспроможні сформуванати у дітей позитивне світосприйняття та адекватну стратегію поведінки, які б сприяли розвитку й самореалізації дитини [2]. У зв'язку з цим певна частина молоді не має належного орієнтиру в подальшому самостійному житті. Часто у молодих людей спостерігаються комплекси негативних емоційних станів та деструктивних форм поведінки:

- обмежена соціальна дієздатність, страх відповідальності, інфантильність, споживацькі настрої;
- неадекватність самосприйняття, зневіра у власних можливостях, посилення психологічних захистів;
- слабка емоційно-вольова сфера, залежність від інших, віктимність, навіюваність;
- низький потенціал самореалізації, нереалістичність життєвих домагань;
- деформація уявлення про шляхи досягнення життєвого успіху, недовіра до власних батьків, учителів, знецінення навчання, соціальна анемія, агресивність.

Люди з низьким рівнем самосвідомості, як правило, залежні від думки оточуючих, бояться брати на себе відповідальність за своє життя. За нашим переконанням, цей фактор негативно впливає на критичність мислення

суб'єкта, що формує нездатність опиратися маніпулятивному впливу. Деякі форми агресії та антисоціальних дій також є наслідками особистісної незрілості, невпевненості в собі тощо.

Отже, розвиток самопізнання, позитивний підхід до вирішення життєвих проблем, формування відповідальної поведінки шляхом розвитку психологічних умінь значно підвищують здатність суб'єкта до адаптації у кризовий період. Завдяки аналізу досвіду людини відбуваються інвентаризація та подальша динамічна інтеграція її психологічного ресурсу. Наші дослідження доводять, що у процесі психологічного консультування, проходження спеціальних психологічних тренінгів в учасників відбувається стрибок у свідомості, завдяки чому вони спроможні побачити нові горизонти вирішення проблем, які вона раніше не бачили або не усвідомлювали, а також конструктивні стратегії власного особистісного розвитку.

Перспективи дослідження проблеми розвитку психологічного ресурсу особистості автор вбачає у розробленні ефективних методів надання психологічної допомоги, які б ґрунтувалися на принципах єдності свідомості та діяльності.

## Література

1. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс . – М. : Прогрес-Универс, 1994.
2. Левенець О. А. Адаптація підлітків до сучасного життя шляхом розвитку самопізнання та вміння приймати рішення / О. А. Левенець // Деліквентна поведінка дітей та молоді. Сучасні технології протидії : тези доповіді Міжнар. наук.-практ. конф. 31 березня 2006 року, м. Одеса. – Одеса : ОЮІ ХНУВС. – С. 80–85.

УДК 159.972:316.4.05

*Мединська Ю. Я.*<sup>6</sup>

## СТИГМАТИЗАЦІЯ ПСИХІЧНОЇ ХВОРОБИ ЯК ІНДИКАТОР НЕЗРІЛОСТІ СУСПІЛЬСТВА

*Проблема.* Суспільне сприйняття психічних розладів детерміноване низкою соціальних стереотипів – спрощених, схематизованих, емоційно насичених та резистентних щодо корекції ідей та образів. Суб'єктами стереотипної оцінки (стигми) часто стають соціальні групи з низьким статусом, займаючи позицію відкинутих і зневажених іншими членами суспільства через ті чи інші риси. Актуальність дослідження проблеми стигми у сфері психічного здоров'я пов'язана з низкою негативних наслідків від стигматизації та самостигматизації психіатричних пацієнтів. Подолання названих процесів передбачає переважно просвітницька діяльність, проте названі механізми

---

<sup>6</sup> Мединська Юлія Ярославівна, канд. психол. наук, доцент кафедри загальної та соціальної педагогіки ВНЗ “Українського Католицького Університету”, м. Львів

мають такі глибинні детермінанти, котрі зводять нанівець подібні зусилля [1].

Поняття “*стигма*” означає тавро, яким мітили рабів чи злочинців в античні часи. Сучасного звучання як нематеріальний символ психологічного та соціального відчуження конкретних осіб від суспільства воно набуло у другій половині ХХ ст. Це поняття досліджували Е. Гофман, М. Фуко, А. Фінзен [1–3]. Спроби послабити відчуження, страх і негативне ставлення до психічної хвороби у суспільстві ініціювали численні проекти та дослідження на тему дестигматизації. Але у процесі цих досліджень стало очевидним, що стигматизація є не лише одностороннім негативним впливом суспільства на окремих людей. “Відмічені” хворобою пацієнти і самі займають певну позицію стосовно свого розладу, його симптомів та власного статусу, яку називають самостигматизацією (А. Фінзен [1], Л.Я. Серебейська [4]). Дослідженнями підтверджено, що вона підкріплюється реальним ставленням суспільства до психічно хворих і суб’єктивними уявленнями самого пацієнта про психічну хворобу та її носіїв. У контексті гуманізації ставлення до осіб із психічними розладами на особливу увагу заслуговує напрям “антипсихіатрії”, розвинутий у 60-ті роки ХХ ст. групою лікарів-психіатрів (Ф. Базалья, Р. Лейнг, Д. Купер, Т. Сас). Основним принципом цього руху є оцінка психіатричного лікування як виключно інструменту примусу та соціальної ізоляції.

Досвід останніх років засвідчує, що ані повне толерування осіб із психічними розладами в антипсихіатричній конвенції, ані жорсткий контроль та винищення у стилі тоталітарних держав не дають очікуваних наслідків – конструктивної соціалізації психічно хворих. Актуальну ситуацію у сфері офіційного ставлення до психічної хвороби можна оцінити як пошук “золотої середини”. Починаючи з 1975 р. в резолюціях Ради ЄС, рекомендаціях Ради Європи та резолюціях ВООЗ підкреслюється важливе значення діяльності, спрямованої на зміцнення психічного здоров’я, надання якісних лікувальних послуг, реінтеграції осіб із психічними розладами у суспільство. Попри численні кроки у напрямку підвищення якості психіатричної допомоги, зміни суспільної думки про психічне здоров’я та лікування у психіатричних закладах, дестигматизації та ресоціалізації осіб із психічними розладами, суспільство продовжує залишатись настороженим, недовірливим і ворожим щодо осіб, котрі потрапили у поле психіатрії [5].

У контексті дослідження стигматизації як феномена соціального особливе значення має група проективних механізмів захисту (невротична та психотична проекції, проективна ідентифікація), основною ознакою яких є сприйняття внутрішньо притаманних особистості рис як зовнішніх стосовно психіки людини. Цю групу механізмів можна розглядати як континуум, на здоровому полюсі якого перебуває невротична, а на патологічному – психотична проекція. У своїх зрілих формах проекція є основою для емпатії, співпереживання, а на патологічному полюсі несе загрозу спотворення світу і грубих порушень міжособистісних стосунків. Проективній ідентифікації вла-

стиве не лише приписування іншому своїх власних рис, а й збережене тестування реальності, яке ініціює і підтримує дуже специфічну позасвідому маніпуляцію – провокативну поведінку, котра має на меті змінити зовнішню реальність, зробити її такою, щоб вона справді відповідала спроектованому назовні негативному змісту [5]. Проективною ідентифікацією послуговуються так звані “пограничні суспільства”, що мають обмежену здатність миритися з негативними аспектами власної ідентичності – переживати сором, агресію, почуття провини, меншовартості як складові власного внутрішнього світу. Відтак вони проектують ці переживання в інших – у психічно хворих, котрі у суб’єктивному сприйнятті суспільства стають носіями негативних рис, уособлюючи собою дефектність у всіх можливих сенсах поняття. Збережена здатність до тестування реальності, властива для проективної ідентифікації, вимагає, щоб об’єкти проекції підтвердили своєю поведінкою упереджене ставлення до них. Пограничне суспільство позасвідомо провокує, змушує своїх “інакших” громадян до такої поведінки, яка б була асоціальною, неадекватною. Це дає змогу безпечно переживати негативні емоції у стосунках з ними, фактично легітимізує стигматизацію, дає підстави для ізоляції та контролю “інакших”.

Аналіз ставлення до психічно хворих у пострадянських країнах, короткий огляд сучасної законодавчої бази України у сфері соціального захисту інвалідів дають підстави діагностувати тип ставлення до “інакших” в нашій державі як типовий для суспільства пограничного рівня зрілості, детермінований проективною ідентифікацією. Прості арифметичні розрахунки (наприклад, порівняння розміру пенсії з вартістю ліків), показують, що особи, котрі захворіли на психічні розлади, є соціально незахищеними, від асоціального способу життя їх відділяє дуже символічний відрізок коштів / часу / обставин.

*Висновки.* Стигматизація психічно хворих існувала на різних етапах розвитку суспільства і продовжує існувати у різних суспільствах і донині. Рівень нетерпимості та відчуження, стереотипність негативного ставлення до психічно хворих залежать від зрілості суспільства, котру можемо оцінити за допомогою психоаналітичних концептів механізмів захисту та рівня організації (зрілості) особистості / суспільства. Ставлення до психічно хворих в Україні, законодавчо закріплені нормативи соціального забезпечення інвалідів, у т.ч. інвалідів за психічними захворюваннями, свідчать про пограничний рівень зрілості українського суспільства.

## Література

1. *Финзен А.* Психоз и стигма / А. Финзен [пер. с нем. И. Я. Сапожниковой]. – М. : Алетей, 2001. – 216 с.
2. *Goffman E.* Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity / E. Goffman . – N.Y. : Publisher : Simon & Schuster, 1986. – 147 p.
3. *Фуко М.* История безумия в классическую эпоху / М. Фуко. – СПб. : Университетская книга, 1997. – 576 с.

4. *Серебейская Л. Я.* Факторы стигматизации психически больных: автореф. дис. ... канд. психол. наук. / Л. Я. Серебейская. – М., 2005. – 40 с.
5. *Лапланди Ж.* Словарь по психоанализу / Ж. Лапланди, Ж.-Б. Понталис : [пер. с франц. А. С. Автономовой]. – М. : Высшая школа, 1996. – 623 с.

УДК 316.356.2

**Миколайчук М. І.**<sup>7</sup>

## **ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ СИСТЕМНОЇ ТЕРАПІЇ У КОНСУЛЬТУВАННІ ПОДРУЖНІХ ПАР**

Психологічна практика пропонує сьогодні багато форм допомоги в налагодженні подружніх взаємин. Однією із найдієвіших є системна терапія. Своїми теоретичними витокami вона частково сягає середини минулого століття, коли акцент у роботі з пацієнтами ставився на їхніх сімейних зв'язках, що часто патологізують проблему, а робота із сім'єю розглядалась як налагодження єдиного цілісного організму. Та згодом дедалі більше уваги почали приділяти специфічному баченню пацієнтом цих сімейних зв'язків і світу загалом: яким чином він конструює навколишню дійсність, які стереотипи керують мисленням і переживаннями, як виявити і подолати ці стереотипи й упередження. Акцент почав зміщуватись із пошуку причин виникнення проблем та їх інтерпретацій терапевтом на особливості конструювання клієнтом критеріїв проблеми. Контекст існування проблеми, контекст її невирішування починав дедалі частіше ставати об'єктом уваги.

Що більше вказані аспекти виходили на передній план, то менш важливим ставало питання, з якою саме системою чи її частиною проводилась робота, або чи справді завжди на терапії має бути присутня вся сім'я. Відповідно, щоразу менше йшлося про сімейну, а більше – про системну терапію.

Нині теорія і практика системної терапії є результатом напрацювань групи терапевтичних шкіл, що об'єдналися навколо ідей теорії систем (L. von Bertalanffy, 1950); концепцій радикального конструктивізму (Н. Maturana & F. Varela, 1984), соціального конструкціонізму та ін. Усі ці теоретичні концепції, діставши своє втілення у психотерапевтичній практиці, породили низку відмінностей сучасної системної психотерапії від існуючих класичних підходів. На думку польського дослідника Є. Якубовського, їх можна відобразити у таких постулатах: концентрація не на особі як одиниці терапевтичного впливу, а на „внутрішній сім'ї” клієнта, сприйнятті ним соціальних реакцій, відхід від причинно-наслідкового мислення до мислення циркулярного, тобто мислення в категоріях взаємних залежностей; відхід від зосередження на дефіцитарності до концентрування на ресурсах і розв'язку; зміна ієрархічної психотерапевтичної розмови, де терапевт є спеціалістом з розв'язання проблем, на діалог рівноправних партнерів, де терапевт є лише спеціалістом

---

<sup>7</sup> Миколайчук Мар'яна Ігорівна, канд. психол. наук, доцент кафедри загальної та соціальної педагогіки ВНЗ “Українського Католицького Університету”, м. Львів



ведення бесіди, а клієнт краще знає, чи можна розв'язати власну проблему; зміщення акцентів з вникання у проблему з метою пошуку об'єктивних причин розладів (з'ясування контексту існування проблеми) на спосіб опису проблеми за допомогою мовленнєвих конструктивів [1]. Забезпечення зазначених принципів часто можливе завдяки дистанціюванню від проблеми, її *деконструкції*, зосередження на винятках, акцентуванні на поведінкових про- явах. Такі принципи не суперечать емпатійності ведення діалогу, а навпаки, при цьому йдеться лише про емпатійність не до проблеми, а до особистості клієнта. Говорячи про дистанціювання від проблеми, системні терапевти час- то керуються концепцією нейтральності, яка трактується не лише як відсут- ність фаворитизування якогось із носіїв проблеми, а й неприйняття самого визначення проблеми однозначно як страждання клієнта. За нейтрального ставлення до проблеми залишається відкритим питання, чи сприймає консу- льтант симптоми чи проблеми як щось добре чи погане.

Таким чином, у системній терапії реалізується ще один принцип – принцип неоднозначності проблеми, подекуди – її ресурсності: якщо про- блема існує і не вирішується, то це означає, що вона є в чомусь корисною, підтримує існуючу систему у рівновазі, сприяє самозбереженню та самоор- ганізації клієнта. Рефлексія над проблемою з такої позиції дає змогу клієнто- ві деконструювати проблему (змінити систему навколо проблеми, що склада- ється зі скарг, власних гіпотез щодо причин та шляхів вирішення). Деконст- рукція проблеми є однією з базових інтервенцій, якщо йдеться про гармоні- зацію взаємин подружжя. Ця техніка передбачає надання клієнтові змоги по- бачити проблему з іншої перспективи і відповідно віднайти нові, досі приховані від клієнта важелі впливу. Одним із типів деконструюючої розмови, згід- но з концепцією Х. Омера [2], є розщеплення проблеми на ситуації з нега- тивною і позитивною конотаціями, тобто пошук альтернативних критеріїв її оцінювання. Якщо клієнтові не вдається переформулювати проблему як таку, що містить певні позитивні моменти (лише у сварці ми можемо бути щирими один з одним; лише так я можу донести свою позицію; конфлікти сприяють тому, що я на деякий час отримую певну свободу; після сварки наші взаєми- ни стають по-особливому пристрасними; коли ми сваримось, я забуваю про його хворобу і мені стає легше) один із засновників короткотермінової сис- темної терапії С. де Шезар пропонує обговорити моменти, коли проблеми не було, коли взаємини були хорошими, коли очікування подружжя справджу- валось, і, відповідно, допомогти клієнтам усвідомити, що їм слід робити, щоб надалі проявляти ту поведінку, яка спричинила винятки [3].

Ще однією невід'ємною частиною системного інструментарію, якщо йдеться про налагодження взаємин, є *метод постановки циркулярних запи- тань*. Циркулярні, або системні, запитання передбачають не стільки вник- нення в переживання самого клієнта, скільки спонукання клієнта до розу- міння того, як ці переживання (котрі часто приховано адресуються іншим) сприймаються іншими, виявлення різнобічних комунікативних форм стосу- нків: „Почуття є сигналом для інших. Тому ми і задаємо питання не тим,

хто посилає сигнали, а тим, хто їх сприймає. Те ж саме стосується і питань щодо стосунків... ми питаємо: “Якими ти бачиш ці стосунки?”; адже і вони є посиленнями” [2, с. 133].

Отже, системна терапія, що є узагальненим напрямом низки постмодерних підходів у психотерапії, виробила на сьогодні необхідний інструментарій, який дає змогу з максимальною ефективністю і за короткий проміжок часу вирішувати численні психологічні труднощі, зокрема ті, які стосуються міжособистісних взаємин. Техніки деконструкції проблеми, концентрація на винятках і розв'язках, циркулярні запитання забезпечують ефективну гармонізацію взаємин подружжя, що є запорукою психологічного здоров'я самих творців взаємин та їхнього оточення.

## Література

1. *Jakubowski S. J.* Zmiany perspektyw patrzenia w trakcie rozwoju terapii systemowej. / S. J. Jakubowski. Non published.
2. *Шліппе А.* Системна психотерапія та консультування: пер. з нім./ А. Шліппе., Й. Швайцер. – Л.: ВНТЛ-КЛАСИКА, 2004. – 320 с.
3. *De Shezer S.* Patterns of Brief Family Therapy. / S. De Shezer. – N.Y.; London: The Guilford Press, 1982.

УДК 316.663:008

**Наговицын А. Е.**<sup>8</sup>

## ОТРАЖЕНИЕ ХАРАКТЕРНЫХ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОФЕССИЙ И СОЦИАЛЬНЫХ РОЛЕЙ В ФОЛЬКЛОРНЫХ И ЛИТЕРАТУРНЫХ ТРАДИЦИЯХ

Социально-психологическое восприятие и отношение к той или иной профессиональной деятельности и социальной роли имеет, как минимум, две составляющие. Первая из них формируется престижностью и потребностями в обществе в конкретный исторический момент, вторая – детерминирована сформированным социально-культурным отношением к данной профессиональной деятельности и социальной роли в конкретной социокультурной среде. Если для установления первой составляющей достаточно проведения исследований, основанных на современных социально-психологических методах, включающих рейтинги, опросы и т.д., то для установления второй методологическая база практически не разработана. В связи с этим представляется важным установление отношения и восприятия профессиональной деятельности через элементы фольклора и литературы как показателей массового, долговременного, исторически закрепленного отношения и восприятия. Данный подход позволяет учитывать национальные, региональные и конфессиональные аспекты проблемы.

---

<sup>8</sup> Наговицын Олександр Євгенович, д. філос. н., канд. психол. н., професор Московського міського університету дизайну та технологій, м. Москва (Росія)

Часто социально-психологические аспекты профессиональной деятельности и социальной роли коррелируют с преобладающими харизмами того или иного общества и не носят случайного характера. Фольклорные тексты позволяют выделить такого носителя харизмы и даже культурного героя.

Существует большое количество литературных и фольклорных текстов, в которых как виды профессиональной деятельности, так и социальные роли достаточно строго ранжируются и за ними закрепляется соответствующий социально-психологический статус, зачастую прямо противоположный статусу настоящего исторического момента.

Большой интерес представляет “смеховая” культура в фольклоре и литературе, направленная против той или иной профессиональной деятельности или социального статуса человека. Дело в том, что то, что исторически и массово высмеивалось, даже при изменении статуса в настоящее время имеет довольно низкий рейтинг с точки зрения восприятия и отношения.

Анализ фольклорных и литературных текстов дает возможность установить динамику отношения и восприятия той или иной профессиональной деятельности и социального статуса человека, что, в свою очередь, позволяет в определенной мере прогнозировать данные показатели и даже определять уровень востребованности в той или иной профессии и статусном уровне.

УДК 316.61

*Плетка О. Т.*<sup>9</sup>

## **ОБСЕРВАТОРІЯ ДУШІ, АБО ЯК ДОПОМОГТИ САМОМУ ФАХІВЦЮ**

Останнім часом з'явилося багато різноманітних напрямів і спеціалізацій у роботі працівників соціальної сфери. Компетентність фахівця не може бути універсальною. Так сталося, що на початку незалежності України у наші школи прийшла *психологія*, і тепер розвинена мережа психологічних служб у самих школах та психологічних центрів при відділах освіти. Якщо брати до уваги той факт, що практична психологія у радянські часи не була навіть навчальною дисципліною у програмах підготовки фахівців, а самих психологів готувало декілька ВНЗ країни, то стає зрозумілою нинішня популярність цієї спеціальності. Протягом багатьох років психологи шукали можливості набуття навичок консультування. Потреба у фахівцях, спроможних допомогти задовольнити інтерес до вивчення психології, спонукала до пошуків можливостей збагатити свій досвід і знання у спеціалістів інших країн, де практична психологія на той час була достатньо розвиненою галуззю. Потік різноманітних спеціалістів з багатьох напрямів практичного застосування психологічних знань допоміг налагодити диференційовану підготовку практичних психологів

---

<sup>9</sup> Плетка Ольга Тарасівна, м.н.с. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, член правління ГО «Арт-терапевтична асоціація», член Президії Міжнародної спільноти казкотерапевтів (м. Москва), м. Київ

як у державних ВНЗ, так і приватно (на курсах). Деякі з напрямів зайняли основні ніші, і почалася підготовка консультантів, психотерапевтів за програмами, що існують у світі, а слухачі отримували сертифікати установ, за чиїми програмами готували фахівця. І якщо спеціальність “психотерапевт” у нашій країні існує тільки як лікарська, то на заході є лікарі-психотерапевти, а є психологи-психотерапевти. Тому колізії виникають у самій назві спеціалізації. Припустімо, людина закінчила довготривалі курси з підготовки, наприклад, гештальт-терапевтів (а це близько 4 років), але вона продовжує називатися психологом і не може застосовувати отриманий сертифікат при отриманні свідоцтва про підвищення кваліфікації. У цій ситуації ми вбачаємо декілька моментів:

- фахівець, що займається саморозвитком, має такі самі умови, що і той, хто не ставить за мету професійний розвиток;
- спеціаліст, що займається вдосконаленням професійних навичок, багато коштів витрачає на семінари, супервізії, інтервізії;
- навчання відбувається за рахунок вільного часу, а це призводить до перевтоми;
- бажання розвиватися знецінюється оточуючими, що може призвести до втрати самоповаги або агресивних випадів проти інших.

Якщо взяти до уваги ці моменти, то можна дійти висновку, що самостійне вдосконалення спеціаліста не заохочується адміністрацією тих установ, де працюють психологи. Інша картина вимальовується у приватних консультативних, психологічних центрах, де, навпаки, заохочується саморозвиток фахівця, та й сам він зацікавлений у вдосконаленні, бо це приносить свої дивіденди: повагу серед колег та клієнтів, достойну платню за працю, самоповагу тощо.

Щодо *соціальної роботи*, то фахівці із соціальних послуг завдяки невпинній праці Школи соціальної роботи при Києво-Могилянській академії мають можливість не тільки вдосконалювати свої навички, а й їздити в інші країни для обміну досвідом або на стажування. Спеціальність “соціальна робота” з’явилася майже одночасно зі створенням соціальних служб. Підготовка фахівців велася з використанням досвіду інших країн. Спеціалісти мали нагоду відвідувати курси з підвищення кваліфікації, семінари провідних фахівців. Соціальні служби взяли до уваги потреби клієнтів та ввели психологічне консультування у штатний розклад установи, що допомогло багатьом психологам розпочати консультативну практику та “привчити” суспільство до такого роду послуг. Неабияке значення сьогодні має і те, що чергова реорганізація соціальних служб призвела до звуження її можливих послуг, і тепер функціональні обов’язки обмежуються соціальним супроводом та соціальним консультуванням клієнтів.

Зважаючи на це, ми можемо припустити, що навіть добре розвинена мережа соціальних служб, постійне вдосконалення фахової підготовки не можуть гарантувати відсутність у спеціаліста професійного вигорання. Хоча зауважимо: інфраструктура роботи з клієнтами та можливості підтримки фахівців у соціальних службах розвинені достатньо добре.

Нещодавно у навчальних закладах з'явилася ставка *соціального педагога*, який у рамках установи здійснює соціальний супровід проблемних сімей, сиріт, дітей з обмеженими можливостями, малозабезпечених учнів. Форми й його методи роботи такі самі, як і в соціальних службах, але більш адресні. Підготовка фахівців проводиться у багатьох ВНЗ країни, викладачі спираються на вітчизняний та закордонний досвід. Але поки що немає системи допомоги спеціалістам у вдосконаленні своїх навичок, у профілактиці професійного вигорання.

Невеликий екскурс у стан підготовки та підтримки спеціалістів соціальної сфери спонукає до таких висновків:

- до системи підготовки фахівців є низка запитань, проте в цілому вона задовольняє потреби суспільства у фахівцях такого рівня;
- у соціальній сфері існує широке коло обов'язків і дуже мало професійного супроводу фахівцями вищого рівня: супервізії, консультування та клієнтська практика самих фахівців;
- можливість підвищення фахової кваліфікації не є однорідною й централізованою, що призводить до різних колізій у підготовці та вдосконаленні професійної підготовки.

Отже, рівень фахівця визначається не тільки здобутою освітою та набутим досвідом, але й можливістю вдосконалюватися, працювати над собою та мати бажання постійно розвиватися.

УДК 316.74.7

**Савінов В. В.** <sup>10</sup>

## **АТМОСФЕРА ПЛЕЙБЕК-ТЕАТРУ: ВІД ГЛЯДАЧА ДО АВТОРА**

Іноді здається, що простір навколо нас сталий і незмінний, здається, він визначає все, що відбувається з нами, – напрям думок, почуття, вчинки... І нібито нескладно передбачити наступний “крок” людини, немов фігури на шаховій дошці, – варто лише проаналізувати всі обставини... Але особистість – не шахова фігура. А “дошка”, на якій відбуваються дії, – лише видимий шар набагато ширших просторів, більш глибоких і незримих явищ та процесів.

Особистісний розвиток у такому разі відбувається через вираження себе – розкривання змісту власного світу із розумінням того, що цей світ, світ власної душі – реальний простір. Емоції, нехай вони і були реакціями на певні подразники, тепер стають самі по собі фактами. Пояснення подій

---

<sup>10</sup> Савінов Володимир Вікторович, спів. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, керівник Української школи підготовки спеціалістів плейбек-театру, керівник Київського плейбек-театру “Déjà vu plus”, член ГО “Арт-терапевтична асоціація”, м. Київ

вимальовується “фарбами” минулого досвіду чи задуманих інтересів. Вчинки насправді спричинюються внутрішньо...

Почути зазначені тези – майже зустрінуться з банальністю, а відчуті їх у своїй ситуації – інша річ, оскільки не завжди вдається бачити себе автором (чи співавтором) всього, що відбувається у власному житті. Оскільки соціальний простір побудований переважно на владно-підвладних стосунках, остільки особистість, яка бажає бути творцем себе, шукає і створює ситуації: стосунки, у яких було б якомога більше можливостей для самореалізації.

До однієї з таких соціальних ситуацій потрапляєш, взявши участь у практиці плейбек-театру. У тренінговому форматі вона відбувається так.

1. Декілька учасників займають позицію акторів і налаштовуються на сприйняття розповіді.

2. Ведучий бере інтерв'ю в оповідача з аудиторії стосовно будь-якої історії, ситуації чи важливого на цю мить почуття.

3. Актори за допомогою спеціальних технік, але без підготовки розігрують сценічну мініатюру за сценарієм щойно почутої розповіді.

4. Оповідач дає мінімальний зворотний зв'язок стосовно правдивості втілення його історії та, якщо є потреба, свого враження і почуттів.

5. Актори та інші учасники, за бажанням, також дають емоційний зворотний зв'язок. І історія продовжується... Наступний оповідач... [1, с. 76.]

Що ж особливого виникає у плейбек-театральній атмосфері? Що отримує учасник, включившись у правила гри імпровізації особистих історій?

Тут слід зазначити, що за всієї непередбачуваності того, що відбудеться на перформансі, у плейбек-театрі існують дуже чіткий ритуал, структура [2, с. 104], які і забезпечують можливість створити наступну атмосферу, головне в якій, на мій погляд, – *очікування відкритості*, без якої дійство просто неможливе. Звичайно, ці очікування мають бути чітко сформовані ведучим (“кондактором”). У глядачів включається обернений всередину душі пошуковий процес, певне дослідження свого життєвого світу на предмет більш-менш виразного оповідання. Для одних це незвичне напруження, для інших – приємна творчість... Вийти на аудиторію і розповісти свою особисту ситуацію вже саме по собі може бути вчинком, самореалізацією, можливо, першим рішучим кроком відкритості, який стане ресурсним досвідом для майбутніх викликів.

Коли один із глядачів наважується вийти і розповісти про свою ситуацію, аудиторія зазвичай влячна йому, і через це у сакральному процесі інтерв'ю в загальній атмосфері формується *почуття спільності і дружності* між учасниками, а в самого оповідача запускаються у дію такі психологічні механізми:

1. *Дореагування* – традиційний механізм, описаний у більшості видів психотерапевтичних практик – від психоаналізу до нарративної психотерапії. Стрессова ситуація провокує певну реакцію людини, але ця реакція “там і тоді” часто не має свого логічного завершення. А під час розповіді цієї ситуації на плейбек-перформансі актуалізуються, виявляються почуття, які

цим самим можуть бути завершені, дореаговані “тут і тепер”.

2. *Наративізація* – процес розповіді про себе (“наративу”), який дає змогу людині усвідомити власні патерни поведінки, ставлень, переживань тощо. А отже, прийняти їх та відкрити можливість змінити смислові наголоси [3, с. 83].

3. *Переінтерпретація* – знаходження нових смислів у стресовій ситуації, яке розпочалося вже під час нарації у діалозі з ведучим, але більш розгорнуте завдяки обсягу та яскравості сценічної дії. Слід зазначити, що у плейбек-театрі актори намагаються відобразити внутрішній світ оповідача максимально точно, не створюючи інтерпретацій та оцінок, а лише надаючи йому “матеріальності” та підсилюючи до рівня сценічної дії. Тут немає “хепі-ендів”, а лише, так би мовити, правда життя у розгорнутому вигляді. А вже автор історії на свій розсуд може продовжувати її логіку, знайшовши нові ресурси опанування [2, с. 77].

Робота цих механізмів сприяє особистісному зростанню, оскільки, як відомо, вчасне відреагування, а не накопичення почуттів, самооповідання, а не ігнорування себе, відкрите спілкування, а не ізоляція сприяють поліпшенню психологічного здоров'я та підвищенню життєстійкості особистості. А присвоєння та переінтерпретація власного досвіду під час нарації дають змогу якісно змінити способи проектування і побудови особистістю життєвого шляху [3, с. 82].

Відчувши позицію глядача стосовно свого досвіду, тобто самої себе, особистість може, так би мовити, “вичерпати” цю позицію і внаслідок цього зацікавитись чимось іншим: “А які ж ще є позиції?”, “Що я можу ще зробити, окрім як переглядати своє життя як фіксований фільм?”, “Хто актор усього цього?”, “Хто автор?” і т. д. З цього моменту можуть розпочатися трансформація, зміни в бік творчого ставлення до себе, адже після вочевидь *творчого процесу* театрального розігрування історії ця атмосфера “просочується” у життєвий світ як минулих, так, сподіваємося, і майбутніх подій.

Отже, саме під час розповіді про себе у спеціально організованій, *відкритій, спільно-дружній і творчій* атмосфері людина усвідомлює себе, знаходить і конструє власну ідентичність, досліджуючи нові, ще не пізнані простори своєї душі. І ця атмосфера плейбек-театральної практики створюється, зокрема, для цього – для відчуття себе автором себе.

## Література

1. *Бистревський В. Ю.* Психологічний театр Playback як форма прояву творчості / В. Ю. Бистревський // Творчість як корисне здійснення блага через істину у красі: Матер. X Міжнар. наук.-практ. конф. (14–15 травня 2009 р., м. Київ) / уклад. Б. В. Новіков. – К.: ІВЦ “Видавництво “Політехніка”, 2009. – 448 с. – С. 162–163.
2. *Савінов В. В.* Від вершин до глибин: практика плейбек-театру / В. В. Савінов // Простір арт-терапії: вершини усвідомлення: Матер. IX міжнар. міждисциплін. наук.-практ. конф. “Простір арт-терапії: вершини усвідомлення” (м. Київ, 24–26 лютого 2012 р.) / за наук. ред. А. П. Чуприкова, Л. А. Найдьонової, О. А. Бреусенка-Кузнецова та ін. – К.: Золоті ворота, 2012. – 157 с. – С. 76–78.

3. Салас Дж. Играем реальную жизнь в Плейбек-театре / Дж. Салас; пер. с англ. М. Ю. Кривченко. – М.: Когито-Центр, 2009. – 160 с.
4. Титаренко Т. М. Жизнеконструирование в психотерапии. Кто конструктор? / Т. М. Титаренко // Журн. практ. психолога. – 2011. – № 3. – 252 с. – (Юбилейн. вып.: Восточно-Европейскому Гештальт Институту – 15 лет). – С. 74–83.
5. Грабская И. А. У меня есть история... / И. А. Грабская // Психодрама и современная психотерапия. – 2011. – № 1–2. – 120 с. – С. 95–102.

УДК 316.344.34:377

Скрипник О. В.<sup>11</sup>

## ПРОБЛЕМА ЛОЯЛЬНОСТІ ТА ПРОЯВ КОНФОРМІЗМУ У ПРОФЕСІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Швидкі зміни в економічному та соціально-політичному житті суспільства спонукають краще розуміти вимоги до рівня професійної підготовки фахівців. Становлення фахівця відбувається у складному соціально-психологічному просторі, з яким він вимушений взаємодіяти певним чином. Більш конкретно – це простір різноманітних професійних груп. Потреба у вдосконаленні професійної освіти відповідно до нового рівня вимог зумовлює необхідність нових досліджень і вдосконалень у галузі підготовки сучасних фахівців тієї чи іншої сфери. Особливо це стосується сфери соціальної. Цілковито обґрунтовано пов'язують вирішення багатьох проблем професійного середовища із науковим аналізом соціально-психологічних понять лояльності, мотивації, а також із проявами конформної поведінки, притаманної динамічним процесам, що відбуваються у фахових групах.

Розвиток групи має складний психодинамічний характер і зазвичай передбачає адаптацію учасників у психологічному плані, узгоджено з певними правилами. Фактор лояльності в зазначеному контексті розглядається як прийняття учасником правил, норм конкретної групи та їх інтеграція в систему особистісних цінностей і переконань. Лояльністю буде також *готовність* сприяти і *бажання бути корисним* групі при виконанні нею поставлених завдань. У такій якості лояльність виступає важелем впливу на згуртованість групи, досягнення нею мети своєї діяльності, поліпшення взаємодії, прийняття рішень та ін.

Дослідники розглядають лояльність як одну із головних передумов змістової діяльності групи і як соціально-психологічну настанову, що відображає ставлення до групи на когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях. Вказується на залежність лояльності від рівня сприймання зовнішнього і внутрішнього аспектів діяльності. Вагомими для “створення” лояльності є уважне ставлення до учасника малої фахової групи, попередній досвід, мож-

---

<sup>11</sup> Савінов Володимир Вікторович, спів. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, керівник Української школи підготовки спеціалістів плейбек-театру, керівник Київського плейбек-театру “Déjà vu plus”, член ГО “Арт-терапевтична асоціація”, м. Київ



ливості професійної самореалізації, інформація про комунікації в групі, задоволеність діяльністю, статус, гендер, спільна мета учасників та ін.

Близькими до лояльності за значенням є такі поняття, як “прихильність”, “відданість”, “вірність”, “надійність”. Її порівнюють також із соціально-психологічною адаптацією. Вказуючи на роль “лояльності”, зазначимо, що чинники, які впливають безпосередньо на її рівень, окрім зазначених вище, пов’язані зі змістом роботи, професійним та кар’єрним зростанням, визнанням, умовами діяльності або навчання, психологічним кліматом та ін.

Нині професії описуються не тільки в термінах зобов’язань, умінь, навичок, але і в таких характеристиках, як престиж, рівень освіти, матеріальний статок, соціальна значущість праці та ін. У процесі набуття і вдосконалення професійних знань, фахової спеціалізації у людини формуються життєві і професійні позиції через низку *ролей*, що випадають їй у професійному середовищі, відбувається реалізація професійних намірів, планів.

Розглядаючи соціально-психологічні характеристики малої фахової групи, зокрема її структуру, згуртованість, слід мати на увазі стиль поведінки, який дістав назву “конформний” і пов’язаний з реалізацією групових норм. Певним чином лояльність причетна до проявів *конформності*.

Поведінку, зумовлену конформністю, називають *конформізмом*. Він означає беззаперечну згоду із групою – підпорядкування особливого типу. Дослідники вирізняють низку факторів, що становлять специфіку конформізму. По-перше, конформна поведінка є реакцією на тиск групи. Але цей тиск не виражений у формі конкретної вимоги. Наявність вираженої вимоги теж може спонукати людину до конформістської реакції.

По-друге, конформізм призводить до нівелювання членів групи. Тиск групи робить усіх рівними, нівелює їх. Тому Е. Фром називає поведінку індивіда під впливом групи “автоматизуючим” конформізмом.

Нарешті, по-третє, конформістська поведінка не дає індивіду можливості перекласти відповідальність за свої дії на іншого або на інших, оскільки не може визнати той факт, що підпорядкувався групі. А от у випадку з підкоренням конкретній особі або кільком особам, особливо коли воно не призводить до негативних наслідків, люди схильні знімати всляку відповідальність із себе і перекладати її на того, кому вони підкорялися.

Отже, конформізм – це поступка у відповідь на непрямий, тобто не виражений у формі вимоги, але разом із тим відчутний індивідом тиск групи, який стереотипізує його поведінку, а також переконання і спосіб мислення. Низку факторів, що спонукають людину до конформної поведінки, умовно можна поділити на внутрішні та зовнішні. При цьому зовнішні діють як загроза, а внутрішні – як потреба. За звичайних умов переважна більшість людей побоюється бути вигнанцями, і цей страх спонукає їх до проявів конформної поведінки. Індивіди обирають дотримання норм групи, щоб не опинитися на узбіччі, бути відторгнутими. Конформізм, таким чином, є наслідком нормативного фактора. Сам він, у свою чергу, виступає як узагальнена соціальна норма людської поведінки.

Прояви лояльності, або конформної поведінки, притаманні різним учасникам групи, різною мірою і по-різному. Лояльність як позиція, ставлення до чогось певним чином “вбудована” у систему поглядів особистості зі своїми переконаннями, цінностями, досвідом, особливостями своєї спрямованості (на справу, професію, на себе). Вона впливає на міжособистісні стосунки, уподобання і пріоритети кожного учасника групи. Вказані параметри зміни лояльності по-різному позначаються на розвитку групи, її ефективності та вирішенні групою своїх завдань.

УДК 159.942.3:316.74.7

*Титова К. В.*<sup>12</sup>

## **ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ И ТРАНСФОРМАЦИИ СТРАХА В ПРОЦЕССЕ ТЕАТРАЛЬНОЙ ИМПРОВИЗАЦИИ ЛИЧНЫХ ИСТОРИЙ**

Переживание страха – всепоглощающий, глубинный процесс, поскольку влияет на все сферы жизнедеятельности человека. Ситуации публичных выступлений, экзаменов, тех или иных испытаний вынуждают доказывать свою социальную состоятельность, материальную благополучность, подтверждать определенный уровень знаний и компетентности. В таких условиях состояние психологической напряженности личности усиливается и может привести к тревожному бездействию и безынициативности.

Говоря словами З. Фрейда, страх начал осознаваться как “узловая проблема” не только в том, что касается понимания и лечения эмоциональных расстройств и нарушений поведения. Эта проблема также ставит важные вопросы, решение которых позволит понять, как личность становится целостной и почему происходит ее распад [1].

В связи с этим возрастает количество научных и прикладных работ, посвященных специфике преодоления и регуляции переживания страха в условиях определенной профессиональной деятельности. Основное внимание исследователей и психологов-практиков уделяется проблемам разработки методов и психотехнических приемов, которые формируют системообразующие условия, обеспечивающие регуляцию деятельности и поведения.

Одним из таких методов работы со страхами можно считать *плейбек-театр*, который помогает участникам творческой театральной деятельности проработать актуализирующиеся страхи, что в последствии определяет развитие личности и ее готовность к самораскрытию.

Театр “playback”, что в переводе с английского означает “проиграть обратно”, является формой свободного проявления творческой индивидуальности. В театре есть ведущий (кондактор), который во время представления взаимодействует с публикой. Зрители предоставляют для сцены лич-

---

<sup>12</sup> Титова Катерина Вікторівна, аспірантка Київського національного університету ім. Тараса Шевченка, м. Київ

ные истории, свои чувства, мысли, ситуации. Задача актеров заключается в том, чтобы по возможности максимально тонко почувствовать и спонтанно передать в разных формах переживания рассказчика [2; 3]. По этой причине плейбек-театр имеет выраженный психотерапевтический характер.

Актуальность изучаемого вопроса состоит в том, что театр импровизации превратился в единственное место, где с подмостков сцены приходится ориентироваться не только на зрителя как наблюдателя, но и на зрителя как участника театральной постановки. Спрос на театральные представления возрос благодаря совместному творческому самораскрытию актера и зрителя.

Интерактивный театр становится для рассказчика местом “исповеди”, где кондактор, актеры и сами зрители выступают в роли как бы священника. На наш взгляд, актер также пребывает в состоянии “покаяния”, проигрывая историю рассказчика, священником для него выступает зритель. В плейбек-театре, как и в исповедальне, сочетание публичности и конфиденциальности считается желательным, а в некоторых случаях – необходимым. Выслушав историю, актеры как ее “свидетели” отражают действительность рассказчика: страдают и наслаждаются, по-настоящему и всецело переживают, срастаясь с ролью, вовлекая при этом в действие всю публику. Тем самым зритель, рассказчик и актер искренне примиряются с собственным эмоциональным прошлым. Такого рода “исповедь” становится, с одной стороны, оглядкой на пережитое, а с другой – переосмыслением проекта будущего.

Актеры и зрители испытывают совместное эмоциональное напряжение, а плейбек-театр предоставляет возможность перенаправить энергию страха от поглощающего деструктивного процесса в функциональное творческое состояние.

В момент театрального творческого взаимодействия волнение эмоционально насыщает деятельность участников и одновременно опустошает ее, так как в непрерывном чувственном контакте разворачивается наиболее напряженная часть внутренней работы и актера, и зрителя.

Таким образом, между зрителем и актером существует кольцо обратной связи, где происходит взаимовлияние посредством художественных образов как актера на зрителя, так и аудитории на актера.

## Литература

1. Величие и ограниченность теории Фрейда./ Э.Фромм – М.: ООО Фирма «Издательство АСТ», 2000. – 448 с.
2. Грабская И. А. У меня есть история... / И. А. Грабская // Психодрама и современная психотерапия. – 2011. – № 1–2. – 120 с. – С. 95–102.
3. Литвиненко Л. I. Киевский театр Play back “Отражение”. Театр общения и действия / Л. I. Литвиненко // Псі. – 2008. – № 1(2). – 186 с. – С. 144–146.
4. Менегетти А. Кино, театр, бессознательное: том 1. /пер. с итальянского ННБФ “Онтопсихология”. – Т. 1. – М., 2001. – 384 с.
5. Савінов В. В. Інтерактивний психологічний театр як засіб профілактики та подолання стресових ситуацій / В. В. Савінов // Профілактика порушень адаптації

- молоді до повсякденних стресів і кризових життєвих ситуацій: навч. посіб. // Національна академія педагогічних наук України, Ін-т соц. та політ. психології; за наук. ред. Т. М. Титаренко. – К. : Міленіум, 2011. – 272 с. – С. 189–208.
6. *Станиславский К. С.* Работа актера над ролью / К. С. Станиславский. – СПб. : АСТ, 2010. – 480 с.
7. *Импровизация в обучении актера: учеб. пособие./ А. В. Толшин* – СПб.: СПГА-ТИ, 2005. – 115 с.

УДК 159.92

Фалько Н. М.<sup>13</sup>

## ДО ПОСТАНОВКИ ПИТАННЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЯК ЧИННИКА ГАРМОНІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНОГО ПРОСТОРУ

Психічне ментальне здоров'я, яке, без перебільшення можна вважати мистецтвом людини в реалізації власного потенціалу, у подоланні звичайних життєвих проблем, душевних негараздів та яке є знаряддям продуктивної і плідної праці, гуманної взаємодії з іншими людьми, сьогодні викликає серйозну занепокоєність кожної розумної людини. Значення збереження психічного здоров'я відповідає найширшим і найрізноманітнішим інтерпретаціям його сутності в різних культурах, хоча реальні його екзистенції мають певні особливості. Так, говорячи про психічне здоров'я населення України, зазначимо, що багаторічний період тоталітаризму наклав свій відбиток на його національний (психологічний) імідж, вилучив у нього націленість на оптимізм, на активне підприємництво і діловитість, на певну “турботу” про свою “душу” тощо. Психотерапевти і психологи, які працюють у психіатрії, вважають, що мисленню, особистісним настановам, ціннісним орієнтаціям, особливостям сприйняття і розуміння стосунків між людьми, осягненням психічних явищ людини тоталітарного періоду притаманні такі риси, як міфологічність, ієрархічність свідомості, схильність до ілюзій і шаблонів, пасивність, безініціативність стосовно власного життя.

Можна було б не звертати увагу на цю ідеологему, якби не констатація незадовільного стану психічного здоров'я населення України, збільшення кількості самогубств, незадовільного стану психічно-хворих, негативного впливу на психіку екології, алкоголізму та наркоманії тощо.

Таким чином, як непрямі, так і прямі показники свідчать про те, що психічне здоров'я населення України погіршується. Тому питання збереження психічного здоров'я українців в загальнодержавному масштабі потрібно розглядати не лише як суто медичну і психіатричну проблема, але і як проблему особистості й соціальну. Констатуємо, що сучасна криза економіки і духовно-

---

<sup>13</sup> Фалько Наталя Миколаївна, канд. психол. наук, доцент кафедри практичної психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь

го життя суспільства негативно впливає на психічний стан найширших верств населення, на нашу думку, необхідно шукати методи заміни “революційних” способів вирішення назрілих соціальних та персональних проблем, такими, що пов’язані з еволюційними, дія яких “встигає включити фізіологічні механізми адаптації психіки”.

Погіршення психічного здоров’я пов’язане також зі швидкими соціальними змінами, стресовими умовами на роботі, гендерною, національною дискримінацією, соціальним відчуженням, нездоровим способом життя, ризиками насильства над фізичним здоров’ям, а також з порушеннями прав людини. Існують також певні психологічні й особистісні чинники, які підвищують уразливість людей перед психічними розладами. І, нарешті, не можна оминати біологічні причини психічних розладів, зокрема, генетичні чинники, дисбаланс хімічних речовин у мозку тощо.

У більшості науково-публіцистичних джерел вказується, що зміцнення психічного здоров’я передбачає дії зі створення умов життя і довілля, які підтримують психічне здоров’я і дозволяють людям вести здоровий спосіб життя [1].

Отже, багатоаспектність “турботи” про психічне здоров’я, а скоріше – про наслідки його порушення, на нашу думку, робить осмислення питання фрагментарним, фасеточним і, що найважливіше, усуває феномен “психічного здоров’я” з предметної галузі тієї науки, в якій воно постає епіцентром досліджень. Причому відбувається це майже на всіх рівнях осягнення: від емпіричного (емоційного) до теоретико-методологічного.

Саме тому спробуємо визначити детермінанти психічного здоров’я, зокрема студентської молоді, яка в цьому контексті має як загальні, так і особливі та специфічні риси його зміцнення.

Міркуючи про сутність психічного здоров’я та брак його чіткого визначення, у загальному вигляді зазначимо, що це динамічний процес психічної діяльності, який характеризується детермінованістю психічних явищ, адекватністю реакцій на соціальні, біологічні та фізичні умови. Нарешті, це здатність людини планувати і здійснювати власні життєві програми в мікро- і макросоціальному середовищі. Таке трактування психічного здоров’я найбільше відповідає антропологічним викликам до сучасної науки, яка за призначенням має допомогти людині жити гармонійно і щасливо [2].

Щодо сутності психічного здоров’я, то Всесвітня організація охорони здоров’я виділяє такі його критерії: усвідомлення і відчуття безперервності, постійності та ідентичності свого фізичного і психічного Я; відчуття постійності й ідентичності переживань в однотипних ситуаціях; критичність до себе, до своєї власної психічної продукції (діяльності) та її результатів; відповідність психічних реакцій (адекватність) силі і частоті навколишніх впливів, соціальним обставинам і ситуаціям; здатність до самоуправління поведінкою відповідно до соціальних норм, правил, законів; здатність планувати власну життєдіяльність і реалізовувати ці плани; здатність змінювати спосіб поведінки залежно від зміни життєвих ситуацій і обставин [3].

Зрозуміло, що психічне здоров'я – це не проста відсутність психічного розладу. Воно визначається як стан благополуччя, за якого кожна людина може реалізувати свій власний потенціал, впоратися зі звичайними життєвими стресами, продуктивно і плідно працювати, а також робити внесок у життя співтовариства [4]. На нашу думку, теоретичні міркування щодо благополуччя весь час зміщуються в об'єктивну площину, тому ми б додали до зазначених критеріїв концепт “усвідомлення свого стану як благополучного”. Таке розуміння психічного здоров'я як широкого поняття, що об'єднує низку стратегій, спрямованих на позитивну дію щодо психічного здоров'я, ставлять на перше місце серед використовуваних стратегій інтеграцію індивідуальних ресурсів і умінь та працю з поліпшення соціально-економічного середовища.

## Література

1. Бичко І. В. Шляхи і способи пізнавального освоєння світу / І. В. Бичко. – К. : Либідь, 2001. – 408 с.
2. Аносов І. П. Сучасний освітній процес: антропологічний аспект / І. П. Аносов. – К. : Твім Інтер, 2003. – 391 с.
3. Елисеєв Ю. Ю. Психосоматические заболевания : справочник / Ю. Ю. Елисеєв. – М. : АСТ. – 2003. – 311 с.
4. Корнетов Г. Б. Итоги и перспективы парадигмально-педагогической интерпретации моделей образовательного процесса / Г. Б. Корнетов // Гуманітарні науки. – 2001. – № 1. – С. 85–108.

УДК 159.922

*Чернєва І. В., Стоянов Д. І*<sup>14</sup>

## ДИФЕРЕНЦІАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ З ОСОБИСТІСНИМИ ДИСГАРМОНІЯМИ

*Психологічна консультація* є однією із складових диференціальної програми психолого-педагогічної корекції особистісних дисгармоній неконгруентних старшокласників. Взагалі “консультування – це будь-яка форма надання допомоги стосовно змісту процесу чи структури завдання (серії завдань), допомоги у їх вирішенні. Процес консультування являє собою спільну роботу консультанта і клієнта з метою вирішення певної проблеми, здійснення бажаних змін у клієнта. Цей процес складається із фаз: підготовки, діагнозу, планування дій, запровадження та завершення” [1, с. 8 – 9].

Разом із тим психологічна консультація старшокласників щодо корекції особистісних дисгармоній має як спільне із загальнопсихологічними під-

---

<sup>14</sup> Чернєва Інна Василівна, викладач Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь; Стоянов Денис Іванович, викладач Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь

ходами, так і відмінне. Як зазначав К. Роджерс, для ефективної психотерапії важливими є ті ж самі умови, що й для розвитку особистості: конгруентність психолога, відсутність психологічних захистів, відкритість особистому досвіду, емпатія, прийняття клієнта і віра в нього [2,с.26]. В атмосфері безпеки учень може глибше зазирнути в себе, виразити свої реальні почуття без провини й докору і в кінцевому підсумку залучити їх у змінену під час консультування Я-концепцію. У разі безумовного позитивного прийняття психолога учень має можливість досліджувати ті неусвідомлювані думки, які суперечили його уявленню про себе, викликаючи тривогу і захисну реакцію. Емпатія психолога створює теплі почуття стосовно учня. На думку О. Ф. Бондаренка [3,с.8], психологічна допомога може бути професійною, якщо психолог пропрацював особисті емоційні проблеми, володіє певною культурою самоаналізу і особистісної рефлексії, усвідомлює у можливо більшому обсязі свої особистісні, моральні, культурні, когнітивні та глибинні цінності.

Як зазначають дослідники П. П. Горностай та С. В. Васьківська [4], під час проведення індивідуальної консультації варто враховувати, що в консультуванні завжди є проблема клієнта і проблема консультанта. *Проблема клієнта* – це певна психологічна дисгармонія, неадекватний поведінковий комплекс, що спричинює психологічні проблеми, страждання, яких людина хотіла б позбавитися. *Проблема консультанта* полягає у пошуку шляхів психологічної допомоги клієнту, вирішенні завдань, які у зв'язку з цим виникають перед ним [4, с. 22].

Психологічні проблеми – це не тільки феномен суб'єктивного світосприйняття, що виражається у потребі отримання психологічної допомоги. Їх можна розглядати і як об'єктивне явище, тобто сукупність суперечностей чи низку чинників, які призводять до психологічної дисгармонії, незалежно від того, розуміє чи не розуміє людина, що з нею відбувається, і чи усвідомлює вона свою проблему взагалі [4, с. 23]. Якщо учень перебуває в стані психологічної дисгармонії, зумовленої, як він гадає, зовнішніми чинниками, то це свідчить про негарзди із самою людиною, адже дисгармонія існує в ній самій. Людина зі здоровим ставленням до дійсності спроможна гармонійно сприймати навколишнє життя, хоч яким би несправедливим воно їй здавалося. Неприємні ситуації, події або вчинки інших людей, навіть зумовлюючи сильні негативні переживання, не перетворюються на патогенний чинник, негативні стани не переходять у застій і не створюють психологічних проблем.

Неадекватна самооцінка, комплекс неповноцінності, психологічні захисти, підвищена тривожність, надмірна ніяковість тощо іноді стають серйозними перешкодами на шляху до самореалізації особистості. Вони можуть призводити до тяжких душевних станів, неврозів та депресій, затримки в розвитку, бездієвості, що не сприяють гармонізації відносин людини з навколишнім світом. Крім цих загальних положень проведення консультативної

роботи з клієнтом, доцільно проаналізувати специфіку психокорекційної роботи з такою віковою категорією, як підлітки.

Як зазначає Л. Б. Філонов, існують певні стадії контактної взаємодії психолога з важким підлітком у створенні довірливих стосунків[4, с. 43]: накопичення згоди – нейтралізація негативних настанов учня через спілкування на нейтральні та актуальні теми; пошук спільних інтересів; часткове переключення на обговорення особистісних якостей вихованця; взаємне прийняття для обговорення особистісних якостей і принципів (на цьому етапі переважно позитивних); виявлення якостей, небезпечних для взаємодії; індивідуальна взаємодія і взаємна адаптація партнерів; узгоджена взаємодія – повне взаєморозуміння і довіра.

З урахуванням зазначених підходів програма психологічної консультації повинна спиратися на такі основні умови результативного консультування: відверті взаємини з психологом; повне прийняття учня як особистості; встановлення емпатійних стосунків; свобода дослідження внутрішнього досвіду; розвиток мотивації до змін.

Індивідуальне консультування старшокласників з особистісними дисгармоніями психодинамічно неконгруентного типу – це завжди тонка робота, яка залежить від кваліфікації психолога і пов'язана із його глибокими знаннями психолого-типологічних особливостей.

## Література

1. Психологічне консультування та корекція: навч. посібник./ І. М. Цимбалюк – Рівне: ЦНТІ, 2001. – 65 с.
2. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека./ К. Р. Роджерс – М.: Изд. группа "Прогресс", "Универс", 1994. – 480 с.
3. Психологическая помощь: теория и практика./ А. Ф. Бондаренко – К.: Укртехпрес, 1997. – 216 с.
4. Горностай П. П. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход./ П. П. Горностай, С. В. Васьковская – К: Наук. думка, 1995. – 128 с.

УДК 159.942.52

Яремчук С. В.<sup>15</sup>

## ЗДАТНІСТЬ ДО ЕМПАТІЇ ЯК ОСНОВНИЙ КРИТЕРІЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ

*Проблема.* Робота соціального педагога є однією з найскладніших видів людської діяльності. Її ефективне здійснення вимагає не тільки оперування широкими й різнобічними професійними знаннями та вміннями, а й наявності певних особистісних якостей, світоглядної сфери. На це ж вказують

---

<sup>15</sup> Яремчук Софія Володимирівна, канд. психол. наук, доцент Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь



психологи (Б. Г. Ананьєв, А. О. Деркач, Є. О. Климов, Б. Ф. Ломов, П. П. Платонов та ін.), виділяючи три основні блоки професіоналізму: професійну діяльність, професійне спілкування, особистість професіонала. Розвиток цих трьох блоків у майбутніх соціальних педагогів є показником їхньої готовності до ефективної соціальної роботи [1, с. 7]. Водночас результати опитування учнів і батьків показали, що образ ідеального соціального педагога вони пов'язують насамперед з його людськими, особистісними якостями: любов'ю до дітей, добротою, великодушністю, толерантністю, вмінням співчувати, співпереживати. Аж потім переважає професіоналізму. Тому особливо важливо, щоб соціальний педагог у процесі професійної підготовки у ВНЗ оволодів прийомами “живого взаємозв'язку”, однією із форм якого є емпатія. Зважаючи на актуальність теми, нашою метою було дослідити рівень здатності майбутніх соціальних педагогів до емпатії.

Огляд наукової літератури засвідчує, що у дослідженнях проблеми емпатії виділяються два основних напрями: когнітивний та емотивний. У першому випадку емпатія розглядається як спосіб розуміння іншої людини (Р. Карамуратова), як “розумова комунікація” або інтелектуальна реконструкція внутрішнього світу іншої людини, тобто як суто інтелектуальний процес (А. Ковальов, Т. Шибутані) [2]. Представники іншого напрямку трактують емпатію як емоційний стан, який виникає у суб'єкта під час переживань іншої людини (Т. Пашукова). Емпатія у цьому випадку розглядається як афективне явище, суть якого полягає у проникненні в афективні орієнтації іншої людини, у співчутті переживанням цієї людини, у здатності долучитися до її емоційного життя, розділити її емоційний стан (Т. Гаврилова, О. Кайріс, А. Рудська, Л. Стрелкова, О. Феніна) [3]. Окремі психологи вказують на поведінковий компонент емпатійної взаємодії (Л. Джрнзаян, В. Киричок, Н. Сарджвеладзе, Є. Шовкомуд). Особливий інтерес викликають праці, в яких емпатійні переживання розглядаються як мотив альтруїстичної поведінки, як складова поведінки, спрямованої на надання допомоги (Дж. Аронфрід, К. Бетсон, Дж. Кок, К. Мак-Девіс, М. Обозов) [4].

Аналіз зазначених досліджень робить очевидним висновок, що диференціація емпатії як процесу відбувається із врахуванням того, який із трьох компонентів у ній переважає: когнітивний, емоційний чи поведінковий.

Емпатія розглядається нами як властивість, яка виявляється у розумінні внутрішнього світу іншої людини, емоційному залученні у її життя. Емпатійні переживання (співчуття, співпереживання, жалість) реалізуються у формах допоміжної поведінки. З огляду на сказане ми припустили, що високий рівень розвитку емпатії має особливу соціально-практичну значущість для морального удосконалення особистості, оптимізації стосунків, які складаються у діяльності та спілкуванні і особливо у майбутній соціально-педагогічній діяльності та соціально-педагогічному спілкуванні. Для перевірки припущення про рівень розвитку емпатії (однієї із особистісних характеристик майбутніх соціальних педагогів) ми провели опитування 35 студентів соціально-гуманітарного факультету МДПУ ім. Б.Хмельницького. Для вивчення емоційної складової емпатії ми скористалися методикою А. Меграбіана і Н. Епштейна “Шкала емоційного відгуку”.

Виявлено, що хоча майже всі студенти усвідомлюють важливість та

необхідність емпатії для оптимізації стосунків у діяльності і спілкуванні, проте змістовий характер усвідомлення у них виявляється по-різному. Перешкодою виступає невміння визначати рівень вираження своєї здатності до емоційного відгуку на переживання іншого і ступінь відповідності-невідповідності знаку переживань об'єкта і суб'єкта емпатії. Результати дослідження показали, що низький рівень розвитку емоційної складової емпатії виявляють 27 % студентів. Переважна більшість досліджуваних (53 %) відзначились середнім з тенденцією до високого рівнем розвитку емоційної складової емпатії, тоді як 20 % – виявляють середній з тенденцією до низького. Таким чином, з'ясувалося, що майбутні соціальні педагоги мають середній рівень розвитку здатності до емоційного відгуку, до точності розпізнавання негативно й нейтрально забарвлених емоційних станів.

*Висновки.* Діяльна соціально-педагогічна емпатія – це професійно значуща якість, яка забезпечує успішність міжособистісної взаємодії, виявляючись і формуючись у ситуаціях діалогічного спілкування, у спільній творчій діяльності соціального педагога та вихованців. Середній рівень вираження здатності майбутнього соціального педагога як суб'єкта емпатії емоційно відгукуватися на відповідні емпатогенні ситуації є свідченням його моральності. Досліджена нами тільки емоційна складова емпатії ще не дає повного бачення картини. У наступних наукових розвідках передбачаємо вивчення рівня розвитку когнітивної і поведінкової складових емпатії.

## Література

1. *Зубкова І. Ю.* Психологічні особливості Я-образу вчителя-професіонала за структурними компонентами цілісної моделі / І. Ю. Зубкова // Практична психологія та соціальна робота. – 2008. – № 5. – С. 4–11.
2. *Василишина Т. В.* Емпатійні здібності вчителів: психологічний аспект / Т. В. Василишина // Практична психол. та соц. робота. – 1999. – № 4. – С. 37–38. – № 5. – С. 16–21.
3. *Виговська Л. П.* Емпатійність як механізм реалізації суб'єкт-суб'єктної педагогічної парадигми / Л. П. Виговська // Психологія: Зб.н.пр. НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Вип. 4 (7). – К., 1999. – С. 61–66.
4. *Кайрис Е. Д.* Эмпатия как фактор педагогической профпригодности Е. Д. Кайрис // Практична психологія та соціальна робота. – 2001. – № 8. – С. 42–45.

## НАУКОВІ СТАТТІ

УДК 316.35.023.4

Грибенко І. В.<sup>16</sup>

### ІДЕНТИЧНІСТЬ ЧЛЕНІВ МАЛОЇ ГРУПИ, ЇЇ ПРОЯВИ ТА СКЛАДОВІ

*Речь идет о феномене идентичности. Очерчивается круг вопросов, связанных с различиями в трактовании термина “идентичность”. Рассматривается роль малой группы в формировании идентичности индивида.*

*Ключевые слова: сознательное, бессознательное, сверхсознательное, идентичность, групповое поле.*

*This article deals with the conscious and unconscious components of identity and of their relationship. We consider group identity and identity of group (when the group performs as a whole), as well as the conscious and unconscious group field.*

*Key words: conscious, unconscious, preconscious, identity, group field.*

*Проблема.* Вивчення феномена ідентичності безпосередньо стосується способу світосприйняття особистості, формування її Я-концепції та відповідної системи саморегулюючої поведінки. Самоідентифікація індивіда з тими чи іншими суспільними цінностями або соціальними групами, які їх репрезентують, є важливим чинником формування громадянської спрямованості особистості. Більшу частину свого життя людина проводить у різних малих групах, таких як сім'я, школа, робочий колектив. Мала група має прямий вплив на індивіда через безпосереднє спілкування, і цей вплив, як правило, є вирішальним для формування ідентичності. Так було в усі часи, тому дослідження малих груп є завжди актуальними.

Слід зауважити, що термін “ідентичність” багатьма дослідниками трактується по-різному, залежно від того, на близькості з якими дотичними поняттями робиться акцент. А наслідком, який витікає з цього, є те, що трактування особистісної та групової ідентичності відповідно урізноманітнюються. До того ж поняття “ідентичність”, використовуване в соціальній науці, є багатозначним, тому необхідно чітко усвідомлювати, що існують різні варіанти використання цього терміна.

При дослідженні ідентичності виникає низка проблем. По-перше, існує велика кількість теорій ідентичності і, відповідно, трактувань цього терміна, яке є нечітким навіть у рамках окремої теорії. По-друге, визначення та співвідношення таких понять, як “групова ідентичність” та “особистісна ідентичність”,

---

<sup>16</sup> Грибенко Ірина Віталіївна, н.с. Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ

також є неоднозначним. По-третє, існують значні розбіжності в розумінні терміна “соціальна ідентичність”, під яким часто розуміють групову ідентичність. Наприклад, у Європі та США під цим терміном мають на увазі різні речі. По-четверте, співвідношення таких понять, як ідентичність та ідентифікація, також сильно варіює залежно від контексту. По-п’яте, в дослідженнях самоідентифікації існує низка близьких понять, які важко розмежувати (як і в багатьох інших аспектах дослідження ідентичності). Крім того, існують різні види або типи ідентичності: соціальна, політична, статево-рольова, професійна, етнічна, національна і т.д. Різні дослідники виділяють і трактують їх неоднаково.

На наш погляд, можна виділяти як окрему одиницю дослідження ідентифікацію індивіда з будь-якою референтною групою, незалежно від того, мала вона (наприклад, сім’я) чи велика (наприклад, спільнота).

Е. Еріксон розглядав розвиток ідентичності як синтез ідентифікацій, що виникають у процесі соціалізації індивіда – спочатку з окремими особами, а згодом – з малими та великими спільнотами [1].

Як індивід, так і група людей не є чимось завмерлим, статичним. Рух, динаміка – ось те, що їх постійно пов’язує і робить взаємодію взаємовпливою. Таким чином, наступним кроком в аналізі проблеми має стати розгляд динаміки перетинів індивідуальної та групової ідентичності.

Як групу, так і індивіда слід розглядати не самих по собі, а в контексті соціального середовища, оскільки людина – істота соціальна, і її місце в соціумі, цінності, погляд на ті чи інші події, значущі для малих груп або великих спільнот, є не природженими, а набутими у процесі соціалізації. Тобто безпосередньо в контексті того середовища, яке протягом життя оточує людину. У наш час, з появою безлічі нових технологій та можливостей, можна говорити про два види впливу оточуючого середовища на індивіда – безпосередній і опосередкований технічними засобами.

Взаємовплив індивіда і групи може бути визначено думкою С. Московічі про те, що індивідуальна ідентичність є видом суспільної ідентичності, яка міститься в голові індивіда. А групову ідентичність – це сума загальноприйнятих норм, що беруть свій початок у поведінці окремих людей [2].

За Е. Еріксоном, про відчуття ідентичності свідчать три ознаки: 1) відчуття внутрішньої тотожності та інтегрованості у часі; 2) відчуття внутрішньої тотожності на інтегрованому просторі; 3) ідентичність переживається серед значущих інших [1, с. 194].

Р. Ленг знаходить відмінність між двома видами ідентифікації: “identification of” та “identification with”. Цю відмінність складно передати українською або російською мовами, але смисл можна зрозуміти. Перший варіант належить до чисто когнітивного акту виділення та класифікації чого-небудь або кого-небудь (включаючи себе) як носія певної ідентичності, в більшості випадків пов’язаної з членством у будь-якій категорії. Таким чином, у першому варіанті ідентифікація є результатом усвідомлення категоріальної подібності, у другому причинно-наслідковий зв’язок є протилежним – тобто подібність до моделі (не має значення, реальної чи уявної) розглядається як результат ідентифікації. Найбільш яскравим прикладом ідентифікації такого

типу є ідентифікація в класичному психоаналітичному розумінні – з батьками або лідером групи [3, с. 80].

На наш погляд, такий розподіл є дуже важливим, оскільки тут маємо розподіл акцентів між емоційними та когнітивними складовими ідентифікації. Як у випадку з поняттями особистісної та групової ідентичності має місце, так би мовити, принцип гойдалки, або радше діалектичної єдності протилежностей, полярних взаємодоповнюючих складових.

Рольф ван Дік визначає ідентифікацію з організацією як безмежну прихильність співробітників до організації, в якій вони працюють. Тобто співробітники знають, що вони – члени певної організації, і це викликає у них почуття (скажімо, радість або гордість), котрими вони керуються у своїй поведінці (наприклад, захищають організацію у неформальних обставинах) [4, с. 12–13].

Як вважає Рольф ван Дік, “ідентифікація є не постійною, а мінливою і вар’ює залежно від групи та контекста” [4]. То чому б не припустити, що емоційний, когнітивний, комунікативний та ціннісний компоненти або більшість з них присутні в кожному акті ідентифікації, в усякому разі, самоідентифікації особистості. Наприклад, особистість відчуває емоційну потребу в ідентифікації з лідером, вступає в комунікаційно-дійові стосунки з членами певної групи, приймає чи не приймає якісь правила цієї групи. Але ж ідентифікація відбудеться лише в тому випадку, якщо людина визнає себе свідомо членом групи. Коли вона відчуває себе такою, але не усвідомлює цього, це можна говорити лише про певну стадію ще не завершеного процесу.

Представник символічного інтеракціонізму Р. Дженкінс вважає, що ідентифікацію можна розуміти лише як процес, причому з урахуванням ролі інших людей в процесі її становлення і трансформації. Ідентифікацію автор розглядає у двох значеннях: 1) класифікація, категоризація речей, людей, подій; 2) ототожнення себе із кимось або чимось. Ним створена модель зовнішньо-внутрішньої діалектики ідентифікації, яка видається нам цікавою тим, що в її основу покладено уявлення про Я як постійний синтез одночасних зовнішніх і внутрішніх визначень себе іншими [цит. за 5].

Услід за Т. М. Яблонською, під самоідентифікацією ми розуміємо ідентифікацію як емоційно-когнітивне ототожнення суб’єктом себе з іншим суб’єктом, групою, зразком, що може бути більшою чи меншою мірою усвідомлюваним [5]. У разі, якщо індивід ідентифікує себе з певними нормами, цінностями, домінуючу роль відіграють когнітивні процеси – зіставлення та категоризація об’єктів. Ідентифікація ж з особою, групою є первинною і має неусвідомлений або частково усвідомлений характер.

“Ідентичність, на думку П. Вріци, це почуття індивідуальності, що охоплює різноманітні переконання, цінності, здібності та види поведінки на більш низьких логічних рівнях... В той же час, якщо намагатися ідентифікувати ідентичність з чим-небудь, це складно зробити, оскільки більша частина нашого досвіду виявляється такою, що складається з переконань, цінностей та видів поведінки з нижчих логічних рівнів. Що є більш постійним, так це відчуття Я. Здавалося б, як Бейтсон припускає, що ідентичність – це сума

всього, що ми дізналися про те, хто ми і що ми, об'єднана з відчуттям Я – “найбільшою номіналізацією” [2, с. 259]. Тобто переконання, цінності та відчуття власного Я – ось що становить основу ідентичності.

Ці міркування здаються нам співзвучними з думкою В. Л. Зливкова: чим глибше рівень самоідентифікації, тим менш усвідомленими стають його складові. Особливо це стосується перших рівнів. Багато аспектів рівнів ставової та рольової ідентифікації лежать поза областю логічних міркувань та словесних описів.

У своїй теорії, що базується на концепції Е. Еріксона, Дж. Марсія виокремлює чотири основні стани ідентичності: передвизначеність, дифузія, мораторій, досягнення ідентичності. Беручи за основу цей підхід, В. Л. Зливков розробив систему оцінки ідентичності педагога, на прикладі якої можна розглянути процес формування ідентичності [6].

Передвизначеність – статус ідентичності тих, хто взяв на себе певні соціальні обов'язки, не проходячи через кризу ідентичності. Такий статус визначається здебільшого батьками чи викладачами, а не самостійно.

Дифузія – статус ідентичності для тієї частини молоді, яка пройшла через кризу ідентичності, але не взяла на себе ніяких соціальних зобов'язань. Статус дифузії виникає за недостатньої спрямованості і слабкої мотивації. Він характерний для тієї частини студентської молоді і молодих вчителів, що потрапили в кризу ідентичності, не маючи обраних професійних взірців для наслідування у власній професійній діяльності.

Мораторій – статус ідентичності тих, хто перебуває в самому центрі кризи ідентичності. На цьому етапі домінує проблема пошуку взірцевих стратегій, комунікативно-професійних ролей, етичних цінностей тощо.

Досягнення ідентичності – статус тієї частини студентів і молодих вчителів, які пройшли через кризу ідентичності і взяли на себе певні зобов'язання внаслідок самостійних висновків.

Нами було проведено дослідження емоційних та когнітивних складових професійної ідентичності студентів-психологів 4 курсу, в результаті якого було з'ясовано, що переважна більшість досліджуваних не має чітких уявлень про свою майбутню професійну діяльність і фактично перебуває у стані дифузії. На нашу думку, це пов'язано, очевидно, з тим, що в нашій країні поки що немає чітко визначених загальноприйнятих стандартів професійної діяльності практичного психолога. “Мы все учились понемногу чему-нибудь и как-нибудь”.

Дж. Мід, розв'язуючи питання про співвідношення між соціальною детермінованістю і внутрішньою природою, виділяє свідому і несвідому ідентичність. Так, несвідома ідентичність базується на неусвідомлено прийнятих нормах та звичках. Це прийнятий людиною комплекс очікувань, що йдуть від соціальної групи, до якої вона належить. Свідома ідентичність виникає тоді, коли людина починає розмірковувати про свою поведінку. При цьому підкреслюється значення когнітивних процесів, оскільки перехід від несвідомої до свідомої ідентичності можливий лише за наявності рефлексії [7].

Мала група, яка складається більш ніж з трьох осіб, як правило, має в самій собі розподіл на мікрогрупи. Можна говорити про те, що в кожній з мікрогруп існує власна групова ідентичність. На думку П. П. Горностая, різно-рідність групи є причиною динамічних процесів у ній. Це стосується як мікрогруп, так і окремих індивідів. Якою б згуртованою не була мала група, в ній завжди відбуваються певні процеси групової динаміки. Дослідженнями соціометричних зв'язків між членами групи та проявів групової динаміки ґрунтовно займався Я. Морено. Але, на жаль, ще не всі його роботи, що становлять інтерес для дослідників цих проблем, перекладені українською чи російською мовами.

У 2006–2007 рр. нами проводилося дослідження формальних і неформальних підліткових груп у межах формальної групи (класу). Як правило, у класі є кілька неформальних мікрогруп, які можуть бути між собою взагалі не пов'язаними взаємними виборами. Серед цих мікрогруп зазвичай існує одна або дві, які водночас є ядром формальної групи (класу) і автономним угрупованням індивідів, об'єднаних спільними інтересами, тобто неформальною групою. Класи, у яких, і за відповідями учнів і на думку вчителів, згуртованість була вищою за середню, насправді склалися з кількох угруповань і згуртовувалися лише для вирішення певного конкретного завдання.

Очевидно, тут доцільно буде сказати кілька слів про ідентичність групи (це не те саме, що групова ідентичність) – йдеться про групу як єдине ціле. Наприклад, спортивна команда серед інших команд виступає як суб'єкт. Ознаками ідентичності групи (за П. П. Горностаєм) є: спільний образ групи у всіх її членів; група має власну історію розвитку та міфологію, а також спільні групові цінності, які члени групи переживають як на емоційному, так і на когнітивному рівні. Важливими також є групові атрибути (логотипи, якісь фірмові речі – майки, ручки, блокноти тощо). Але буває так, що атрибутика належить формальній групі, наприклад класу, у той час як групові цінності у неформальних мікрогрупах різні.

*Висновки.* Підводячи підсумки, можемо сказати, що основу ідентичності становлять переконання, цінності та відчуття власного Я. Вплив малих груп, таких як сім'я, шкільний клас, група однолітків, є вельми важливим у формуванні цієї основи. Емоційний, когнітивний, комунікативний та ціннісний компоненти або більшість їх присутні в кожному акті ідентифікації, в усякому разі, самоідентифікації особистості.

## Література

1. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис: пер.с англ. / Э. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 344 с.
2. Идентичность / сост. Л. Б. Шнайдер. – М.; Воронеж, 2008. – 272 с.
3. Гнатенко П. И. Идентичность: философский и психологический анализ / П. И. Гнатенко, В. Н. Павленко. – К., 1999. – 466 с.
4. . Преданность и идентификация в организации: пер. с нем./ ван Дик Рольф – Харьков: Гуманитарный центр, 2006. – 142 с.

5. Яблонська Т. М. Громадянський аспект самоідентифікації особистості / Т. М. Яблонська // Проблеми загальної та педагогічної психології. – К., 2002. – Т IV, ч. 5. – С. 281–285.
6. Зливков В. Л. До проблеми дослідження структури ідентичності педагога / В. Л. Зливков // Соціальна психологія. – К., 2006.
7. Зливков В. Л. Самоідентифікація в педагогічній комунікації / В. Л. Зливков. – К.: Український центр політичного менеджменту, 2005. – 144 с.

УДК 159.922.76

**Клюйкова-Цобенко В. О.<sup>17</sup>**

## **ПРОБЛЕМАТИКА ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ БАТЬКІВ ДІТЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ: АРХЕТИПНИЙ АСПЕКТ**

Ми використовуємо поняття “екзистенційна невизначеність”, яке тлумачимо як емоційний спад, емоційну лабільність та емоційний вакуум, котрий може виникати в особистості під впливом важких зовнішніх чи внутрішніх умов. Цей феномен, безумовно, стосується поняття екзистенційної кризи, яка є більш загостреною, ніж екзистенційна невизначеність, що носить більш хронічний, довготривалий характер. Тож далі ми спиратимемося на обидва феномени, акцентуючи ті чи інші аспекти екзистенційних переживань.

Згідно з В. В. Козловим, який спирався на класифікацію Я-концепції У. Джемса, окреслимо основні причини екзистенційної невизначеності [1].

1. Деформація структури Его (деформація Я), а саме:

- деформація Я-матеріального, яке виражається у зміні навколишнього матеріального світу і свого тіла: пологи, викидні, проблеми з сексуальністю, зміна власного тіла (зміна маси тіла, деформація схеми тіла і т.ін.);

- трансформація Я-соціального, що виражається зміною соціального статусу і становища (нова робота чи втрата старої, просування по службі і т.ін.);

- Я-духовне оприявнюється в особистісній дезінтеграції: розладах емоційної сфери (відчуття того, що чогось бракує, почуття провини, муки сумління). Людина, що зазнає деформації Я-духовного, потрапляє під вплив різних духовних гуру, сект, займається йогою або іншими духовними практиками. Ці процеси – ніщо інше, як психологічний захист особистості, спроба повернути собі цілісність.

2. Неможливість реалізувати основні тенденції особистості:

- у прагненні до матеріальних благ. Це може оприявнюватись як у швидкому придбанні матеріальних благ, так і у втраті їх або низькому рівні життя, злиднях;

---

<sup>17</sup> Клюйкова-Цобенко Вікторія Олексіївна, аспірантка та викладач кафедри соціальної та прикладної психології Одеського національного університету ім. І. І. Мечникова, м. Одеса



- духовне самовдосконалення: занадто швидке або занадто повільне духовне саморозкриття. У такому разі слід побоюватись езотеричних навчань, що пропонують швидке сходження до Бога;

- “когнітивна інтоксикація” як інформаційне перенасичення. Справді, щодня засоби масової інформації розповідають про стихійні лиха, політичні заворушення, масштабні катастрофи, після чого людина починає особливо гостро замислюватися про крихкість людського життя і своє місце на Землі.

3. Кризи вітальності: апатія, зниження життєвого тону або гіперактивність; надлишок енергії або занепад сил. Тобто тут можна говорити про циклічність фізіологічних ритмів, про періодичні гормональні збої типові для жінок. А нам відомо, що будь-яка вікова криза пов'язана зі зміною гормонального фону. Хоча розглядати цю причину як першооснову екзистенційної кризи було б неправильно, оскільки, “посадивши” клієнта на коригувальну гормональну терапію, ми не знімемо його переживання з приводу сенсу життя [4]. Подібний ефект спостерігатиметься і при прийманні психоделіків. Так, деякі дослідники кризової тематики (Х. М. Дмитерко-Карабін) підкреслюють, що екзистенційна криза може бути пов'язана з певними драматичними подіями в житті людини, проте може і не мати об'єктивних причин або може бути пов'язана із внутрішньою потребою до змін [2]. Таким чином, можна стверджувати, що в будь-якому випадку криза виникає сама по собі, незалежно від типологічних і характерологічних особливостей людини, а прояв її посилюється і пришвидшується, якщо вона припадає на сентизивний період життя.

Окремо розглянемо кризову проблематику батьків дітей з обмеженими можливостями. Народження дитини “не такої як усі”, з обмеженою фізичною активністю або іншими можливостями, тоді як батьки чекали “іншого” маляка, стає благодатним ґрунтом для фрустрації, розвитку екзистенційної кризи. Перебуваючи в постійному стресі, батьки запитують себе: “Що я зробив .., за що?” Отже, до настання періоду прийняття своєї дитини, тобто ресурсного періоду, вони перебувають у стані внутрішнього хаосу. Специфічна причина кризи при цьому – фізіологічні особливості або проблеми розвитку дитини. Причому, якщо мета життя батька / матері – виключно дитина як продовження свого Я, то це, з одного боку, може згуртувати батьків, а з другого – посилити перебіг кризи і відстрочити досягнення ресурсного особистісного рівня [2].

Підкреслимо ще раз, що прийняття своєї дитини пов'язане зі сприйняттям її як продовження власних Я, а також з особливостями власної Я-концепції: Я-матеріального (батьки розглядають дитину як продовження їхнього тіла), Я-соціального (дитину сприймають як частину суспільства, і тоді перед батьками постає завдання адаптувати її до соціуму) або Я-духовного (дитину батьки вважають особистістю, з власними потребами і цінностями; посланцем Вищих сил для опрацювання певних уроків) [2]. Але й така форма екзистенційної кризи матиме основний, негативно забарвлений,

стрижень переживань, наприклад, екзистенційний вакуум, “психологічне за-вмирання”, що були висвітлені В. Франклом. Саме на цей аспект психолог має звернути підвищену увагу, оскільки саме переживання, негативні емоції спричинюватимуть дискомфорт клієнта, і саме вони приведуть його до фахівця.

Дослідимо кризову проблематику в контексті казкових архетипів. Ключове поняття для розуміння змісту і значення казок – *архетип*. Найбільш значущі архетипи для особистості людини – Самість (призначення особистості), Персона (багатофункціональність особистості), Аніма і Анімус (психологічна андрогінність людини), Тінь (забезпечує гармонію, витісняє деякі сторони особистості) [3].

На думку Т. Д. Зінкевич-Євстигнеєва, архетипи забезпечують реалізацію заповітної мрії багатьох людей – мрії про стабільність, відповідають за порядок речей у світі, виступають як інструменти для подолання і впорядкування хаосу [3]. Таким чином, у момент духовної кризи, хаосу в душі архетипи допомагають людині успішно подолати етап внутрішньої трансформації. А на певних життєвих стадіях вони змінюють один одного, наприклад, архетип Немовля молоденької дівчини поступається місцем архетипу Матері з появою у неї власної дитини. Казки, міфи, легенди, притчі, пісні є хранителями архетипів. Аналізуючи казкові історії, ми пізнаємо мову архетипів, мову власного творчого первню. Якщо знати закони дії архетипу, його логіку, то можна уникнути зайвих неприємних несподіванок, на які у своєму житті людина витрачає величезну кількість психічної енергії (особливо це актуально у стані особистісної дисоціації) [3].

Найбільш показові в дослідженні переважаючого архетипу улюблені з дитинства казки, оскільки вони закладають певну програму, життєвий сценарій і особистий міф. Індивідуальне заломлення універсального культурного феномена, первинного коду символів, смислів, світоглядних уявлень, тобто архетипів – ось що таке особистий міф. Специфічна структура міфу дає змогу синтезувати логіку й емоції індивіда. Таким чином, міф є оригінальною формою пізнання і включеності людини в навколишню дійсність через структурування та впорядкування психічних конструктів на шляху набуття цілісності людською психікою [1]. К. Юнг розглядає особистий міф як досить поширений, довготривалий феномен, якого лише небагатьом вдається позбутися; вирізняє індивідуальний міф як такий, що замінює малоефективний груповий. Деякі дослідники виділяли поняття, подібні до особистого міфу. Так, Е. Берн описував “сценарну матрицю”, Н. Пезешкіан – “базові концепції”, Г. Салліван – “поведінкові патерни”, Дж. Вайс – “патогенні переконання” [1]. Е. Берн, зокрема, констатує, що несвідомі переживання формують первинний “протокол” сценарію, який реалізує у своєму житті людина. Під впливом досвіду, набутого від інших людей, сценарна матриця може змінюватися (тут деяка розбіжність з позицією К. Юнга) [1]. Нині механізми формування особистого міфу лише позначені, але практично не вивчені.

Можливе джерело формування міфу – неструктурований, когнітивно не перероблений емоційний досвід індивіда, у зв'язку з яким згодом виникають неусвідомлювані смисли і мотиваційні структури [3]. *Міфологема* як складова міфу є символічним, метафоричним зображенням архетипу, своєрідним фото архетипу в різних ракурсах (анфас, профіль, напівсидячи, напівлежачи ...). Міфологеми можуть “слугувати” відразу кільком архетипам, наприклад, скатертина-самобранка є міфологемою архетипу Божественного Помічника і архетипу Статку. Мереживо з міфологем становить канву казкового сюжету і забезпечує його чуттєво-сміслову переживання [3].

Наше емпіричне дослідження архетипної складової екзистенційної невизначеності у батьків дітей з обмеженими можливостями показало, що певна міфологема (в нашому випадку міфологема ангела) може відбиватися в кількох архетипах (наприклад, Персони і Помічника). Стан людини в кризі можна охарактеризувати як стан “сліпого кошеняти”: “щось хочеться змінити у своєму житті, а що – не знаю”, “все остогидло, все набридло, хоч руки на себе накладай”, “не знаю куди йду, навіщо йду”. У роботі з такими клієнтами казкатерапевт Т. Д. Зінкевич-Євстигнеєва пропонує застосувати казку “Піди туди, не знаю куди, принеси те, не знаю що”. Крім психокорекційного впливу вона дасть хороший психодіагностичний матеріал і привід обговорити проблему [3]. Багато казок починається з розповіді про родину героя, про його дитинство. Далі відбуваються певні події, після яких ситуація не може залишатися незмінною (можна розцінювати її як кризову). Починається Пригода (тобто індивідуалізація особистості), яка знаменується привнесенням дисбалансу в звичне життя. Все відбувається “абсолютно несподівано”, а насправді – це закономірність. Пригода руйнує Звичне [3]. Т. М. Титаренко висвітлює такий компонент несвідомого, як Святковість – Буденність. По суті – це два полюси, які повинні бути присутніми в житті людини для гармонійного розвитку. Святковості дослідниця відводить багато уваги, оскільки прагнення відволіктися – це не тільки спроби розрядитися, а й ще духовна потреба людини в прагненні вийти за власні рамки, пізнаючи нескінченний світ [6]. Казки, притчі, історії “резонують” з внутрішніми процесами клієнта, відбувається “впізнавання” себе. Скоріш за все клієнт “віддзеркалить” психологу свій актуальний стан вербальним або невербальним способом, надасть необхідний психодіагностичний матеріал [5]. Під час дослідження індикаторів несвідомого у клієнта завданням психолога є демонстрування того, що навіть важкі неоднозначні події можуть стати благом для розвитку Душі і сили Духу; дати можливість клієнтові простежити тонкі аспекти ситуації, побачити в ній Сенс Уроку. Робота проходить на ціннісному рівні клієнта [5]. Виявлення архетипної символіки можливе через співтворчість клієнта з авторами казок шляхом дописування та оцінювання історій (аналіз авторських наративів) і вибору із стимульного матеріалу, поданого візуальними зображеннями традиційних символів за К. Г. Юнгом, найбільш резонуючого із наявним емоційним станом символу.

## Література

1. Березко И. В. Личный миф в ценностно-смысловом пространстве личности / И. В. Березко // Актуальні проблеми сучасної психології: зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Т. II (1). Психологічна герменевтика. – К.: Нара-Друк, 2001. – С. 97–107.
2. Дмитерко-Карабін Х. М. Смесложиттєві орієнтації: теорія, діагностика, рефлексія у психотерапевтичній групі: НАВЧ.-метод. посіб. / Х. М. Дмитерко-Карабін. – Івано-Франківськ: Гостинець, 2006. – 160 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии / Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
4. Козлов В. В. Работа с кризисной личностью: метод. пособие / В. В. Козлов. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2003. – 302 с.
5. Радина Н. К. Истории и сказки в психологической практике / Н. К. Радина. – СПб.: Речь, 2006. – 208 с.
6. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Т. М. Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.

УДК 37.022:57(075.8)

Логвіна-Бик Т. А.<sup>18</sup>

## ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ ВЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ

*Рассматриваются причины возникновения стрессов и предлагаются пути их преодоления у учителей биологии.*

*The causes of stress and suggests ways to overcome them by biology teachers.*

*Проблема.* Гуманізація і демократизація навчально-виховного процесу вимагають від педагогічних колективів навчальних закладів пошуку нових підходів до організації навчально-виховного процесу, позакласної та позашкільної роботи з учнівською молоддю. Державна національна програма “Освіта” (Україна ХХІ століття) передбачає створення умов у навчальних закладах для розкриття здібностей, нахилів і талантів дитини, закладених у ній природою. Для вчителя біології усе це пов’язано з напруженою працею та постійним контролем за власною діяльністю і діяльністю учнів у процесі навчання і підготовки до навчальних занять, що зазвичай викликає стрес і напруження.

*Об’єктом нашого дослідження є вчитель біології загальноосвітнього навчального закладу, предметом – його професійна діяльність.*

---

<sup>18</sup> Логвіна-Бик Тетяна Анатоліївна, канд. пед. наук, доцент кафедри ботаніки та садово-паркового господарства Мелітопольського державного педагогічного університету імені Б. Хмельницького, м. Мелітополь

*Мета статті:* з'ясувати, які чинники впливають на стан вчителя та яких заходів запобігання професійному вигорянню можна вжити.

У процесі комплексних наукових досліджень вивчено фізіолого-гігієнічні аспекти професійної діяльності вчителів загальноосвітніх навчальних закладів, комплекс професійно зумовлених чинників професійного вигоряння вчителів з урахуванням тижневого навантаження, кваліфікаційного рівня, спеціальності, пережитих стресів.

Нині розробляються, науково обґрунтовуються та апробуються математичні моделі прогнозування й корекції професійного вигоряння вчителів внаслідок впливу біологічних та соціально-гігієнічних чинників, визначаються їх критичні рівні. Доведено зокрема, що основними компонентами корекції рівня професійного вигоряння є дотримання санітарно-гігієнічних норм у шкільних приміщеннях, нормалізації режиму праці й відпочинку, підвищення резистентності організму вчителів засобами фізичної культури та психогігієни.

За даними Г. О. Латіної, умови праці вчителів у загальноосвітніх навчальних закладах здебільшого не відповідають установленим нормативам. Так, температура в класних приміщеннях наприкінці уроків вища за норму на  $11,6 \pm 3,1\%$ , вологість – на  $19,96 \pm 4,04\%$ , потужність ламп нижча за норму у 3,5 рази [1, с. 390–395]. Встановлено категорії напруженості праці в межах третього класу другого ступеню вчителів різної спеціалізації, навантаження та педагогічної категорії. Структура вільного часу вчителів є такою: сон – 50,7%, робота по господарству – 16,0%, догляд за дітьми – 4,9%, пасивний відпочинок – 15,2%, активний відпочинок – 9,03%, гігієнічні процедури – 4,2%. Виявлена низька варіативність видів діяльності у вільний час зумовлена значною напруженістю праці вчителя. За показником захворюваності з тимчасовою втратою працездатності у вчителів переважають хвороби системи дихання (65,5%), кістково-м'язового апарату (10%) та системи кровообігу (6,6%). Доведено зв'язок виникнення хвороб із несприятливими факторами умов праці: мікрокліматом, фоновим навантаженням протягом робочої години, обсягом рухової активності.

Визначено вірогідні організаційні, соціальні, психологічні чинники формування та фізіологічні маркери розвитку професійного вигоряння. Найбільшими у процесі формування професійного вигоряння є внески: неконтактної моделі спілкування (81,8%), рівня вегетативного балансу вегетативної нервової системи (80%), віку (76,4%), тривалості роботи по господарству у попередній перед роботою день (75,0%), настрою (65,5%), симпатичної активності вегетативної нервової системи (62,5%). Істотно впливає на професійне вигоряння вчителів перевищення порогових рівнів фізіологічних, організаційних, соціальних та психологічних чинників. Існує зв'язок між розумовою працездатністю учнів із професійним вигорянням та стилем спілкування вчителів. Зазначені психологічні особливості

визначають вимогливість до знань учнів та їх оцінювання, що має позитивний вплив на навчальну діяльність школярів [2, с. 36–38].

Засновник учення про *стреси* Ганс Сельє виокремив у розвитку стресової реакції три стадії: 1) активації, 2) резистентності і 3) виснаження. На *стадії активації* мобілізуються резервні сили організму. У *стадії резистентності* стресостійкість організму підвищується (“резистентність” у перекладі з англійської означає “стійкість”). Завдяки цьому людина може успішно витримувати навантаження, які постійно зростають, неприємності, зміни та інші впливи, що підвищують рівень стресу. Проте підвищення стресостійкості забезпечується за рахунок резервних запасів організму, а вони не безмежні.

У разі дуже сильного або тривалого стресу ресурси організму виснажуються і настає третя стадія стресу – *виснаження*. Її симптоми є не стільки проявами стресу, скільки його наслідками. Вони можуть бути дуже різними. Це всілякі неврози, психосоматичні захворювання, поведінкові зміни, емоційні порушення. З емоційних наслідків стресу здебільшого виникають депресія, астенія і так званій “синдром хронічної втоми”. На перший погляд, нічого доброго в цих емоційних станах немає. Проте вони відіграють певну позитивну роль. Обмежуючи активність людини, ці емоційні стани виконують своєрідну захисну функцію, створюючи умови, за яких організм може швидше відновити витрачені сили.

Зі сказаного не випливає, що у разі виникнення депресії або хронічної втоми потрібно “сидіти і чекати”. Зовсім ні! Якщо депресія така сильна, що сама стає джерелом стресу, то потрібно звернутися до психотерапевта чи психолога. Призначені лікарем антидепресанти або когнітивна психотерапія допоможуть розімкнути це “порочне коло” (стрес – депресія – стрес) й ефективніше впоратися з наслідками стресу. Не варто засмучуватися з приводу емоційних наслідків стресу. Оскільки депресія, пригніченість, втома й інші подібні емоції є проявами виснаження організму, тобто результатом надмірної витрати резервних сил, потрібно допомогти організму швидше відновити їх. Передусім треба зменшити, наскільки це можливо, кількість впливів на людину стресогенних чинників: обмежити вживання кофеїну, вчасно лягати спати і забезпечити достатню тривалість сну, не звалювати на себе додаткові необов'язкові навантаження. Крім того, корисний будь-який вид відпочинку. Все, що подобається! Звичайно, в розумних межах (інакше перевантаження можуть викликати додатковий стрес і призвести до протилежного результату). Це можуть бути: сауна, лижі, велосипед, читання, прогулянки і будь-які інші заняття, які сприймаються як відпочинок. Більш науковим і, отже, більш ефективним способом відновлення є *диференціальна релаксація*.

Вона привернула увагу вчених і практиків в галузях медицини, фізіології, психології до проблеми стресу, до вивчення його фізіологічних та психологічних механізмів, до аналізу його переходу в хворобу [3]. Було виявлено, що до хвороб, які виникають у зв'язку з емоційним перенапруженням

(“хвороб стресу”), слід віднести також деякі хвороби шлунка й кишок, окремі види злоякісних пухлин, неврози, карієс та атрофію ясен. Попри те, що слово “стрес” звучить у нашому житті буквально на кожному кроці, зміст, який вкладається в нього на “побутовому” рівні, здебільшого не збігається з науковим уявленням про стрес як універсальну реакцію організму, неспецифічний адаптаційний синдром.

Численні і розрізнені дослідження стресу роблять актуальним розгляд концепції стресу Ганса Сельє та доповнення її новими фактами. Розгляд стресу в системі інших неспецифічних адаптаційних реакцій організму міг би докладніше пояснити стресовий процес, а також його місце в захисних механізмах функціонування організму. Розуміння і вирізнення чинників та умов виникнення стресу, подальше застосування знань у практиці сприяє найбільш ранній діагностиці груп людей, які піддаються стресу або перебувають у зоні ризику. Завдяки запитам практики психотерапевти, психіатри, психологи, фахівці суміжних галузей знань розробляють методики боротьби і подолання стресу. Для клінічного психолога найбільший інтерес становлять різні психотехніки, що допомагають подолати стрес. Оволодіння такими знаннями і вміннями може сприяти застосуванню більш багатогранного й інтегративного підходу до психічного і фізичного здоров'я клієнта.

Нині в засобах масової інформації спостерігається явна “надакцентуація” відображення “надекстремальних” ситуацій у нашому житті. Це саме виявляється і в науковому дослідженні психологічного життя: стрімко зростає кількість колективів, окремих дослідників, студентів психологічних факультетів, які займаються або цікавляться проблемами посттравматичного стресу. Своєму виникненню поняття “посттравматичний стрес” зобов'язане аналізу передусім клінічних спостережень наслідків впливу на людину екстремальних ситуацій переважно військового стресу, а також наслідків впливу антропогенних та стихійних катастроф. Підсумком стало виділення специфічного для цих випадків психічного розладу, позначеного як *посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)*, в американському діагностичному психіатричному класифікаторі DSM (ДСМ).

Починає формуватися самостійна галузь наук про психічне здоров'я – *психотравматологія*, предметом дослідження якої є широкий спектр психічних станів, охоплених поняттям посттравматичного стресу. Введення ПТСР в міжнародний класифікатор хвороб, відповідно до якого працюють вітчизняні клініцисти, інтенсифікували дослідницькі роботи в цьому напрямі, а їх актуальність безперервно збільшується у зв'язку зі зростаючою кількістю жертв травматичного стресу. В основі ПТСР, вочевидь, лежить кількісно-якісний принцип: у відповідь на дію різних за кількістю, тобто за ступенем своєї біологічної активності, подразників розвиваються різні за якістю стандартні адаптаційні реакції організму. Інакше кажучи, загальні пристосувальні реакції, що розвинулися в процесі еволюції організму, є *неспецифічними*, а специфіка, якість кожного подразника накладається на загальний неспецифі-

чний фон. Загальні адаптаційні реакції є реакціями всього організму, тобто стосуються всіх його систем і рівнів. Насперед вони характеризуються автоматизмом. Як же здійснюється така автоматична саморегуляція? У вигляді сформованих протягом тривалого процесу еволюції комплексних захисних реакцій. Найважливішу роль у пристосуванні відіграє центральна нервова система (ЦНС) – основна регулююча система організму. Кора головного мозку із системою аналізаторів приймає інформацію від зовнішнього світу, підкоркові утворення головного мозку – від внутрішнього середовища. Автоматичне регулювання сталості внутрішнього середовища здійснюється переважно гіпоталамічною ділянкою мозку, що є центром інтеграції вегетативного відділу нервової системи та ендокринної системи – основних виконавчих ланок, які реалізують вплив ЦНС на внутрішнє середовище організму.

*Висновки.* Таким чином, для запобігання стресам та професійному вигорянню вчителів біології потрібно розробити і впровадити програму корекції професійного вигорання, яка б передбачала дотримання норм санітарно-гігієнічних умов шкільних приміщень, раціональну організацію праці та відпочинку, проведення виробничої, релаксаційної та фонаційної дихальної гімнастики, просвітницьку роботу, яка фіксує зниження ступеню професійного вигорання на 14%.

*Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі* ми бачимо в тому, що вже сьогодні необхідно формувати духовні якості особистості, розвивати в учителів цілісне уявлення і бачення світу, здатність сприймати серйозні соціальні й економічні виклики, вміти захистити своє психічне здоров'я засобами практичної психології і наповнювати оточуюче середовище загальнозначущим ціннісним змістом.

## **Література**

1. Латіна Г. О. Вплив організації навчально-виховного процесу та педагогічних тактик на розумову працездатність учнів старших класів / Г. О. Латіна // Гігієна населених місць. – 2005. – Вип. 45. – С. 390–397.
2. Латіна Г. О. Оцінка напруженості трудового процесу вчителів загальноосвітнього навчального закладу / Г. О. Латіна // Укр. журн. з проблем медицини праці. – 2006. – №5. – С. 34–40.
3. Актуальность проблемы стресса [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://physiologia.ru/?page\\_id=2](http://physiologia.ru/?page_id=2).
4. Как пережить стресс от успехов [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://lady.tochka.net/4596-kak-perezhit-stress-ot-uspekhev>.



## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ АКТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ

*Анализируются основные подходы к изучению коммуникативной активности (аналитический, поликомпонентный и системный). Представлены результаты эмпирического исследования гендерных особенностей проявления общительности в подростковом возрасте. Определены уровень проявления и специфика компонентов общительности: динамического, эмоционального, регуляторно-волевого, мотивационного, продуктивного, рефлексивно-оценочного.*

*Ключевые слова: общительность, системный подход к изучению личности, подростковый возраст, гендерные особенности проявления общительности.*

*Article is devoted to the analysis of the main approaches of the study of sociability (analytical, multicomponent and system). In the article also presented the results of empiric researches of gender features of display of sociability are in teen's age. The level of display is analysed and the specific of the followings components of communicative activity is determined: dynamic, emotional, regulator-volitional, motivational, productive, reflection-evaluation.*

*Keywords: sociability, system approach to the study of personality, teen's age, gender features of display of sociability.*

*Проблема.* Сучасне суспільство вимагає від людей поінформованості, вміння налагоджувати та підтримувати зв'язки і здатності швидко орієнтуватися у світі, що стрімко змінюється.

Комуникативна активність особистості виступає важливою умовою для встановлення та зміцнення міжособистісних контактів між людьми, для отримання різноманітної інформації. У зв'язку з цим виникає необхідність у поглибленні знань про її структуру, витоки і механізми, а також про зв'язок її динамічного та змістового аспектів.

Наразі проводиться велика кількість досліджень, присвячених вивченню комуникативної активності, але, як засвідчив аналіз відповідних літературних джерел, особливості її структури у підлітковому віці досліджені недостатньо.

*Мета статті:* проаналізувати основні підходи до вивчення комуникативної активності та розглянути гендерну специфіку прояву окремих компонентів комуникативної активності в підлітковому віці.

Підлітковий вік – один із найважливіших етапів становлення особистості, період інтенсивного формування багатьох особистісних якостей та характеристик, зокрема комуникативної активності.

Спілкування з однолітками є провідною діяльністю підліткового віку. Стосунки з ровесниками у багатьох аспектах визначають всі інші сторони поведінки і діяльності підлітків.

---

<sup>19</sup> Шишко Надія Сергіївна, магістрантка Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова, м. Київ

Нині існує три основних підходи до вивчення цієї особистісної риси: аналітичний (досліджуються окремі сторони та грані комунікативної активності), полікомпонентний (у фокусі вивчення знаходиться не одна, а дві або три грані цієї особистісної характеристики, які порівнюються між собою), системний (передбачає вивчення цілісної єдності різних сторін комунікативної активності, які знаходяться у закономірних співвідношеннях між собою) [1].

Найбільш обґрунтованим, на думку багатьох дослідників, є системний підхід, який базується на фундаментальних положеннях та принципах вітчизняної психологічної думки, таких як нерозривність динамічного, змістового та результативного аспектів психічної діяльності (А. В. Брушлинський, В. Д. Небиліцин, С. Л. Рубінштейн); єдність особистісних та індивідуальних утворень (Б. Г. Ананьєв, Б. Ф. Ломов, В. С. Мерлін та ін.), системна природа відносин особистості (К. О. Абульханова-Славська, О. О. Бодальов, В. М. Мясіщев, О. І. Крупнов) [2].

Згідно з положеннями системного підходу, комунікативна активність – це індивідуальна психодинамічна характеристика індивіда, що проявляється в направленості на спілкування з іншими людьми, легкості, ініціативності, стійкості, розмаїтті та широті кола спілкування. Вона є відносно стійкою, проявляється в різноманітних видах діяльності людини і у великій мірі обумовлює їх успішність та результативність [3].

Застосування системно-функціонального підходу дозволяє конструювати індивідуальні корекційні програми, спеціально направлені на розвиток певних компонентів комунікативної активності, наприклад, на зниження підвищеної егоцентричної мотивації або на подолання особистісних труднощів у процесі спілкування.

Емпіричне дослідження проводилось нами на базі багатопрофільного ліцею “Успіх” міста Горлівки. У ньому брали участь учні 8 класів у кількості 40 осіб, серед них 15 хлопців та 25 дівчат.

Для дослідження застосовувалась методика “Тест суджень комунікативної активності”, розроблена О. І. Крупновим. Вона складається з 14 шкал і дозволяє визначити рівень прояву та вивчити специфіку таких компонентів комунікативної активності, як динамічний, емоційний, регуляторно-вольовий, мотиваційний, когнітивний, продуктивний, рефлексивно-оцінний.

У табл. 1 подано результати проведеного дослідження. Для їх обробки було використано t-критерій Стьюдента, який допомагає встановити наявність чи відсутності відмінностей між двома зв’язаними або незв’язаними вибірками, обсяг яких може відрізнятися чисельністю.

**Гендерні особливості структурної організації комунікативної активності підлітків**

| Компоненти           | Параметри               | Середні значення |              |        |              | t-критерій<br>Стьюдента |
|----------------------|-------------------------|------------------|--------------|--------|--------------|-------------------------|
|                      |                         | Дівчата          |              | Хлопці |              |                         |
|                      |                         | балів            | %            | балів  | %            |                         |
| Динамічний           | Ергічність              | 34,54            | <b>69,08</b> | 28,29  | <b>56,58</b> | 2,3*                    |
|                      | Аергічність             | 19,97            | <b>39,94</b> | 27,17  | <b>54,34</b> | 2,8**                   |
| Емоційний            | Стенічність             | 33,69            | <b>67,38</b> | 29,52  | <b>59,04</b> | 1,8                     |
|                      | Астенічність            | 28,77            | <b>57,54</b> | 30,48  | <b>60,96</b> | 0,6                     |
| Регуляторно-вольовий | Інтернальність          | 38,26            | <b>76,52</b> | 33,19  | <b>66,38</b> | 2,2*                    |
|                      | Екстернальність         | 31,49            | <b>62,98</b> | 32,19  | <b>64,38</b> | 0,3                     |
| Мотиваційний         | Соціоцентричність       | 31,31            | <b>62,62</b> | 36,57  | <b>73,14</b> | 2,2*                    |
|                      | Егоцентричність         | 31,26            | <b>62,52</b> | 32,05  | <b>64,1</b>  | 0,3                     |
| Когнітивний          | Осмисленість            | 38,06            | <b>76,12</b> | 31,19  | <b>62,38</b> | 3**                     |
|                      | Обізнаність             | 18,14            | <b>36,28</b> | 21,92  | <b>43,84</b> | 1,3                     |
| Продуктивний         | Предметність            | 30,06            | <b>60,12</b> | 29,66  | <b>59,32</b> | 0,2                     |
|                      | Суб'єктність            | 21,11            | <b>42,22</b> | 19,81  | <b>39,62</b> | 0,5                     |
| Рефлексивно-оцінний  | Операціональні труднощі | 20,71            | <b>41,42</b> | 17,57  | <b>35,14</b> | 1                       |
|                      | Особистісні труднощі    | 20,32            | <b>40,64</b> | 15,24  | <b>30,48</b> | 2,1*                    |

Рівень статистичної значущості: \* - $p < 0,05$ ; \*\* - $p < 0,01$ ;

За результатами тестування, динамічний аспект прояву комунікативної активності у дівчат і хлопців має досить істотні відмінності. У дівчат показники аергічності більш ніж на 14 балів переважають показники ергічності (69,08 та 39,94 %), у хлопців відповідна перевага також є, але виражена вона меншою мірою (56,58 та 54,34 %). Подібні результати свідчать про те, що прагнення до міжособистісної взаємодії, яка виявляється в ініціативності при встановленні нових контактів, а також бажанні мати широке коло спілкування, у дівчат виражається значно сильніше, ніж бажання обмежити свої контакти та побути наодинці. Водночас для хлопців характерними є як тенденція до обмеження кола свого спілкування, так і прагнення до встановлення нових соціальних контактів. Таким чином, динамічний аспект комунікативної активності у дівчат виявляється більш однозначно, а у хлопців імовірно, прагнення до спілкування та активної соціальної взаємодії більше залежить від ситуативних факторів.

Прояви регуляторного компонента комунікативної активності у хлопців та дівчат теж мають свої особливості. За результатами тестування, дівчата більшою мірою, ніж хлопці, переживають у процесі спілкування такі позитивні емоції і переживання, як: радість, оптимізм та захват (показник стеничності у дівчат – 67,38 %, а у хлопців – 59,04 % відповідно). У той же час астеничні емоційні прояви, що в процесі спілкування виражаються у вигляді хвилювання, зніяковілості, невпевненості в собі, для дівчат є менш характерними порівнянно з хлопцями (57,54 % – середній показник астеничності у дівчат, 60,96 % – у хлопців), хоча подібна різниця і не є дуже істотною. Таким чином, можна припустити, що у процесі спілкування дівчата почуваються більш впевнено і саме спілкування сприймають більш позитивно, ніж хлопці.

Регуляторно-вольовий аспект комунікативної активності у дівчат та хлопців теж виявляється по-різному. У дівчат інтернальний компонент значно переважає над екстернальним (76,52 та 62,98 %), а в хлопців обидва аспекти виявляються приблизно однаковими (66,38 та 64,38 %). Порівняно з хлопцями дівчата у спілкуванні більше орієнтуються і сподіваються на власні сили та здібності, розуміючи, що саме від їхніх зусиль залежатиме успішність комунікації (показник інтернальності у дівчат 76,52, у хлопців – 66,38 %). Однак як хлопці, так і дівчата можуть діяти досить імпульсивно, вважаючи недоцільним докладати зусилля для встановлення та підтримання соціальних контактів з іншими (показник екстернальності у дівчат – 62,98, у хлопців – 64,38 %). Таким чином, дівчата є більш орієнтованими на власні знання та вміння в процесі комунікації і частіше, ніж хлопці, покладають на себе відповідальність за розвиток та підтримання комунікативної взаємодії.

Гендерні відмінності є і в проявах мотиваційного компонента комунікативної активності підлітків. Структура цього компонента у дівчат є більш однорідною і характеризується практично однаковим проявом як соціоцентричної, так і егоцентричної спрямованості (62,62 та 62,52 % відповідно). У хлопців виявляється перевага соціоцентричної спрямованості над егоцентричною (73,14 та 64,1 %). Таким чином, соціоцентричний мотив, який виявляється у прагненні підтримувати дружні стосунки в колективі, сприяти вирішенню завдань та проблем, що стоять перед колективом, виявляти турботу та піклування про інших, є більш характерним для хлопців, ніж для дівчат (73,14 % – у хлопців та 62,62 % у дівчат). Егоцентричний мотив, який виявляється у спрямованості на досягнення власних цілей та задоволенні своїх потреб, практично однаково виражений як у хлопців, так і у дівчат (62,52 % і 64,1 % відповідно).

Когнітивний компонент комунікативної активності також виявляється по-різному у дівчат і хлопців. У результаті тестування дівчата продемонстрували високі показники осмисленості (середній показник – 76,12 %), у хлопців осмисленість є менш вираженою (середній показник – 62,38 %). Це може свідчити про досить глибоке усвідомлення дівчатами значення комунікативної активності у житті людини та вміння відрізнити її прояви від впливу інших особистісних якостей.

Оцінка показників продуктивного аспекту комунікативної активності свідчить про те, що характеристики предметного компонента переважають

над суб'єктивним як у дівчат (середній показник предметності – 60,12; суб'єктивності – 42,22 %), так і у хлопців (середній показник предметності – 59,32 %; суб'єктивності – 39,62 %). Це виражається у тому, що в спілкуванні підлітки більше орієнтуються на вирішення практичних завдань, ніж на самовираження та самореалізацію. Такі показники є досить неочікуваними і потребують додаткового вивчення.

Порівнюючи прояви рефлексивно-оцінного компонента комунікативної активності, можна помітити, що хлопці порівнянно з дівчатами відчують менші особистісні труднощі (середній показник хлопців – 30,48 %; дівчат – 40,64 %), що виявляється у більшій впевненості та розкритості у вираженні думок. Операціональний компонент, який виявляється у володінні навичками спілкування, вмінні вислухати, характеризується наявністю деяких труднощів з опануванням цих вмінь як у хлопців, так і у дівчат (середній показник хлопців – 35,14 %, дівчат – 41,42 %).

Після опрацювання отриманих даних з використанням методів математичної статистики можемо стверджувати, що найбільш вірогідними виявилися результати, які стосуються наявності відмінностей у структурі комунікативної активності хлопців та дівчат стосовно динамічного, регуляторно-вольового, мотиваційного, когнітивного та рефлексивно-оцінного компонентів. Статистичного підтвердження наявності відмінностей у продуктивному та емоційному компонентах отримано не було.

*Висновки.* Дані, отримані в результаті проведеного аналізу, вказують на існування гендерних особливостей у структурі комунікативної активності підлітків. Врахування цих відмінностей сприяє глибшому розумінню особливостей становлення комунікативної активності в підлітковому віці, а також допомагає у розробці корекційно-розвивальної програми, що буде спрямована на подолання труднощів, які переживають підлітки у процесі спілкування, та на подальший розвиток комунікативних якостей дівчат і хлопців.

## Література

1. Волк М. И. Психологические особенности общительности старших школьников и студентов: автореф. дис. канд. психол. наук / М. И. Волк. – М., 1996. – 28 с.
2. Ильина А. И. Общительность и темперамент школьников / А. И. Ильина. – Пермь : Радуга, 1986. – 120 с.
3. Крупнов А. И. Психологическая природа общительности как системного качества личности / А. И. Крупнов // Психологическая структура общительности, ее половозрастные и национально-этнические особенности. – 1995. – С. 21–25.

## ИСТОРИЧЕСКОЕ САМОПРОЕКТИРОВАНИЕ: ФИЛОСОФСКИЕ ОСНОВАНИЯ И ТРЕНИНГОВЫЙ ФОРМАТ

*Рассмотрены историческое самопроектирование личности в контексте культурного социогенеза, теоретические основы и алгоритм проведения творческой мастерской исторического самопроектирования субъекта культуротворчества “Один день в эпохе...”.*

*Ключевые слова: историческое самопроектирование, культурный социогенез, индивидуальный авторский миф, философская вера.*

*Розглянуто історичне сам проектування в контексті культурного соціогенезу, творчі основи і алгоритми проведення творчої майстерні історичного самопроектуювання суб'єкта культури творчості “ Один день в епосі...”.*

*Ключові слова: творче самопроектуювання, культурний соціогенез, індивідуальний авторський міф, філософська віра.*

*Проблема.* Одесская школа исторической психологии И. Г. Белявского ставит в фокус внимания мифотворчество как способ познания и развития личности в культурном социогенезе (И. Г. Белявский., 2002).

*Цель исследования:* обосновать психологическую технику исторического самопроектирования и апробировать ее в творческой мастерской “Один день в эпохе...”.

Лейтмотивом творческой мастерской “Я в эпохе...” послужила идея философской веры, предложенная К. Ясперсом (1994). Высоко ценя разум, философ все же предпочел феномен веры, подвергнув его существенному преобразованию. Он отграничил “философскую веру”, с одной стороны, от “веры откровения”, а с другой – от знания.

Для участников тренинга предлагается соприкоснуться с состоянием философской веры. “Она и есть вера в истину, исходя из которой я живу. Она есть только потому, что я становлюсь с нею идентичным”, – основная мысль тренинга. По своей внешней форме философская вера является исторической, по форме своего объективного выражения – не общезначима, но безусловна. Истина, правильность которой я могу лишь доказать, существует вне меня самого: она всеобщезначима, неисторична, безвременна, но не безусловна, ибо относится к предпосылкам и методам познания конечного.

Сегодня переход от потребления культуры к творческому действию в ней становится все более драматическим, трудным, рискованным. С детства

---

<sup>20</sup> Яремчук Оксана Василівна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та соціальної психології Одеського національного університету ім. І. І. Мечникова, докторантка Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, м. Одеса;  
Ключикова-Цобенко Вікторія Олексіївна, аспірантка та викладач кафедри соціальної та прикладної психології Одеського національного університету ім. І. І. Мечникова, м. Одеса

человек вступает в лоно культуры как в семью, которую не выбирают. Позже, в юношеском возрасте, становится актуальным творчество самого себя, следуя культурным образцам и ценностям. Признаком зрелости является диалог с культурой, нахождение символов и знаков, соответствующих собственному пониманию сущности феноменов внутреннего и внешнего мира. Проявляется стремление не столько усвоить данное образованием знание, сколько предугадать, самому получить его. «Преобразование» ценностей актуализирует культурно-исторический потенциал личности (Яремчук, Ключикова-Цобенко, 2010). Психо-историческая реконструкция многовекового пути к современному состоянию культуры – это еще и пересмотр, переоценка того, что до сих пор считалось неоспоримой культурной вершиной, соизмерение своих духовных потребностей с духовными исканиями великих гениев культуры. Культура таким образом превращается из “застывшей” в “горячую” (Белявский, 2002). Культурно-историческое пространство открывается субъекту не как груз, который нужно поднять, а как живое поле смыслов, психологическое пространство для развития индивидуальности. Примечательной чертой постмодернистской эстетики является феномен *коллажа*. В психологическом истолковании коллаж – это динамика контрастов, мозаичность, сопоставление различных фактур, жанров, приемов, обогащающихся взаимодействием различных видов искусств. Коллаж применяется нами с целью обострения смысловых контекстов. Это прежде всего постнеклассическое видение культуры и истории, требующее от смотрящего специфической чувствительности к смысловым связям и контекстам, т.е. к субъектности, готовности к этнокультурному мифотворчеству (О. В. Яремчук, 2009).

Важным аспектом исторического самопроектирования является навык *антропоцентрического энциклопедизма* как пиетета перед прошлым, в котором сохраняется многообразие живых человеческих лиц, личных историй, субъективных ценностей и смыслов. Он проявляется в самостоятельном соприкосновении участников тренинга с культурой, в индивидуальном определении своего места в ней. Такой императив в диалоге с культурой, безусловно, провоцирует субъектную позицию творческой личности (Гирц, 2004).

Неотъемлемой частью тренинга является духовно-катарсическая активность участников. Секрет преобразующего эффекта *катарсиса* – в самопревзойдении Я через соприкосновение и вступление в резонанс с культурными смыслами, выход за пределы обыденного, повседневного сознания. Элементы катарсиса – духовного очищения – содержатся в любой созидательной деятельности. В познании – особенно, поскольку оно содержит в себе импульс сопереживания гению (Г. Лессинг, Л. С. Выготский и др.).

Важной составляющей исторического самопроектирования является феномен *эпистемы* М. Фуко (1996). Он проявляется прежде всего в том, что культура человечества в каждую историческую эпоху имеет определенную направленность и в силу этого – ограниченность. Каждая культурная эпоха – время торжества того или иного стиля, умонастроения. Человек как субъект культуротворчества восстанавливает “странные”, на взгляд современников,

эпизоды культуры ушедшего времени и в то же время создает новые знаково-символические формы. Он выступает как свободная творческая индивидуальность, отбирающая, оценивающая и заново соотносящая элементы культуры в *индивидуальном авторском мифе* (Яремчук, 2009). Чем выше уровень культуры отдельной эпохи, чем она психологически совершеннее, тем свободнее реализуются связи *макро и микрокультуры* интерпретатора, вступающего с ней в диалог. Но нельзя забывать и о требованиях к самому интерпретатору, который не только является носителем общей культуры человечества, но и выступает ее критиком и творцом (Гирц, 1994). В культурно-историческом пространстве человек, вступая в диалог с разными эпохами и этничностями, выходит из-под непосредственной власти наличного стиля своего времени. Это делает его более универсальным в смысле возможностей самоконструирования. В развитии духовных качеств человека – главное предназначение культуры. Отсюда “культурный человек” – значит развитый, тонкий, преобразованный. Именно на это акцентирует данный тренинг.

В ходе предложенной творческой мастерской “Один день в эпохе...” участники приобретают следующие навыки и умения саморазвития личности:

- Перевоплощение – активизация воображения, перенесение себя в исторические обстоятельства и попытка “органично жить в них”. Знание черт эпохи и фактов бытовой жизни придает перевоплощению особую убедительность, вырабатывает “угол зрения”, навык видеть мир глазами человека прошлого.
- Умение из минимального числа известных исторических фактов извлекать максимальное число смыслов.
- Видение мира в его целостности, реагирование и взаимодействие не с отдельными фактами, а с целостным культурно-историческим пространством. Так, в ходе саморазвития стирается чувство человеческой “малости” и на смену ему приходит выровненное сбалансированное Я, соразмерное миру, – индивидуальность, развивающая культуру.

*Выводы:* Результатом эмпирического применения концептов “культурный социогенез личности”, “индивидуальный авторский миф” и “культурно-исторические смыслы” стал авторский сценарий творческой мастерской “Один день в эпохе”, проведенной в рамках курса исторической психологии в ОНУ им.И. И. Мечникова. Алгоритм тренинга состоит из следующих этапов:

1. Подготовительный. Создание нарратива на тему одного дня жизни в определенной эпохе. Такие нарративы задают контексты последующей работы с культурно-историческими смыслами.

2. Непосредственное действие. Участники одевают аксессуары (артефакты эпохи, заготовленные заранее) соответственно избранному историческому периоду, желательно тому, на тему которого был составлен нарратив.

3. Работа с куклой-медиатором между личностью и эпохой. Кукла “представляет” группе своего хозяина, рассказывая о том, кто “привел” ее сюда. Далее слово берет хозяин и дополняет рассказ куклы, а по желанию



выстраивает с ней диалог. Участники рассказывают о “своей” эпохе, акцентируя внимание на укладе жизни людей, нравственных и духовных ценностях, по возможности ориентируясь на свои нарративы. Уже на этом этапе проявляются экзистенциальные смыслы участников, облаченные в культурно-исторический контекст.

4. Участники разбиваются на группы, соответствующие выбранным эпохам, и сочиняют небольшой сценарий, в котором задействуются их куклы, с последующей коллективной презентацией. Также участники групп продумывают афоризм или вербальную метафору, отражающую суть их эпох и презентуют ее группе.

5. Вся группа составляет общий коллаж из артефактов различных эпох с целью отображения их метафорически-символического диалога.

6. Один из участников выступает в образе Мастера-творца, самостоятельно творящего культуры, сходящиеся перед ним в одну точку и соединяющие в себе все возможные временные и пространственные координаты. Мастер, согласно заранее созданного коллажа из артефактов, расставляет в пространстве участников, выражает свои чувства, вступает в диалог с “эпохами”. В свою очередь, “эпохи” рассказывают мастеру, комфортно ли им и как они хотели бы стоять, взаимодействуют между собой.

7. Каждый из участников творческой мастерской, завершая путешествие по эпохе, прикасается к символическому зеркалу и в качестве представителя определенной эпохи желает подарить нечто современному миру, произнося вслух, что именно. На этом завершающем этапе ведущий снимает роли с участников.

*Висновок.* Предлагаемая статья является практическим внедрением идеи культурного социогенеза личности (О. В. Яремчук, 2012). Культурой накоплен богатый эмпирический материал, не только подтверждающий значимость проблемы исторического самопроектирования, но и дающий основания для ее психологического исследования. Человечество постоянно сопоставляет разные эпохи и таким образом преобразует и совершенствует себя, вырабатывая и транслируя культурно-исторические смыслы из поколения в поколение.

Підписано до друку 11.05.2012.  
Наклад 300 прим. Зам. № 1536.  
Видавництво «Золоті ворота»  
м. Київ