

и создания моделей процессов диагностики, коррекции и профилактики различных видов заболеваний.

Следовательно, разработка вопросов теории и прак-

тики управления параметрами состояния человека для продления его жизненного цикла и комфортного физиологического состояния является весьма актуальной.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания / Б. Г. Ананьев. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Анохин П. К. Очерки по физиологии функциональных систем / П. К. Анохин. – М.: Медицина, 1975. – 448 с.
3. Гайдес М. А. Общая теория систем. Системы и системный анализ. / М. А. Гайдес. – Винница: Глобус-Пресс, 2004. – 201 с.

4. Кнорринг В. И. Теория, практика и искусство управления / В. И. Кнорринг; 2-е изд., изм. и доп. – М.: Изд-во НОРМА, 2001. – 528 с.
5. Мальцев А. С. Теория маневрирования подвижных объектов при чрезмерном сближении / А. С. Мальцев, В. В. Голиков, И. В. Сафин, В. В. Мамонтов. – Одесса, 2012. – 555 с.

*С. М. Бондаревич*

#### ТЕОРІЯ ОПТИМІЗАЦІЇ УПРАВЛІННЯ ПАРАМЕТРАМИ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Для управління процесом стану здоров'я людини розроблена система управління здоров'ям за рахунок прямих, зворотних та локальних функціональних зв'язків між її елементами. Розроблена система забезпечує гарантований безпечний стан здоров'я за рахунок приведення функціональних параметрів організму людини у фізіологічну норму.

**Ключові слова:** стан здоров'я, фізіологічні параметри, теорія і практика управління здоров'ям.

*S. M. Bondarevich*

#### THE THEORY OF OPTIMIZING THE MANAGEMENT OF PSYCHO-PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF HUMAN HEALTH

For the management of the state of human's health a system of management of health on account of direct, indirect and local functional bonds between its elements is worked out. This system provides a guaranteed safe state of health at the expense of normalizing functional parameters of human organism. The performed research and worked out proposals can be used to unify the multidisciplinary terms and concepts for clarification of tasks during the process of synthesis of systems of health management and creation of models of diagnosis, correction and prevention of different kinds of diseases. That is why the elaboration of questions of theory and practice of parameters of human's state for his life extension and comfortable physical state is rather important nowadays.

**Keywords:** state of health, physiological parameters, theory and practice of management of health.

*Подано до редакції 19.05.2013*

УДК 159.922

*А. О. Вовк*

#### ОСОБИСТІСНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРОНИКЛИВОСТІ

*У статті аналізується та інтерпретується взаємозв'язок між психологічною проникливістю та такими особистісними характеристиками, як ціннісні орієнтації, комунікативно-соціальна компетентність, емоційний інтелект, когнітивно-діяльнісний стиль, особистісна зрілість та копінг-стратегії.*

**Ключові слова:** психологічна проникливість, ціннісні орієнтації, комунікативно-соціальна компетентність, когнітивно-діяльнісний стиль, емоційний інтелект, особистісна зрілість, копінг-стратегії.

Психологічна проникливість – це складне утворення, властивість особи, що інтегрує і систематизує спеціальні знання, особливі особистісні якості і важливі психологічні вміння, що дозволяють точно розбиратися в людях, причинах, що спонукають їх до певної поведінки, діяльності і стосунків, будувати точні прогнози їх проявів у майбутньому [2]. Мета такого пізнання людини людиною – це пізнання характеру, особистісних особливостей і емоційних станів

оточуючих. Основу психологічної проникливості складають спостережливості і уміння аналізувати з опорою на конкретні алгоритми і методи, які дають можливість фіксувати і інтерпретувати, перш за все, ті поведінкові реакції, які відбивають сутнісні характеристики людини.

Психологічна проникливість розвивається з набуттям різноманітного соціального досвіду в процесі професійної діяльності, у взаємодії та спілкуванні.

Існують природні психологічні передумови, які можна розглядати як задатки психологічної проникливості: розвинута пам'ять, увага, аналітичний склад, жвавість та неординарність розуму, критичність мислення, спостережливість та ін. Розвиток проникливості підпорядкований певним закономірностям, пізнання яких може зробити процес більш ефективним.

Проблему психологічної проникливості у різних її аспектах розглядали А. А. Борисова, В. Г. Зазикін, С. Ф. Касаткін, О. А. Кісельова, Н. В. Кузьміна, Дж. Максвелл, О. А. Оріщенко, М. С. Ружицька, О. П. Саннікова. Проте, діагностичний інструмент, призначений для виявлення рівня її розвитку створений нещодавно і є велике коло наукових та практичних задач, які можуть бути розв'язані в процесі нових досліджень згаданої проблеми. Метою даної статті є розгляд особистісних чинників психологічної проникливості, завданнями – аналіз взаємозв'язку психологічної проникливості з соціально-комунікативною компетентністю, копінг-стратегіями, ціннісними орієнтаціями, емоційним інтелектом, когнітивно-діяльним стилем та особистісною зрілістю особистості.

Визначаючи психологічну проникливість, ми спиралися на праці О. П. Саннікової та О. А. Кісельової. Цей термін визначається авторами як стійка властивість індивідуальності, що проявляється у здатності глибоко проникати у внутрішній світ іншої людини, адекватно розуміти й інтерпретувати як безпосередню поведінку людей (міміка, жести, пантоміміка), так і дистальні характеристики (бажання, емоційні стани, потреби) [5]. Структура психологічної проникливості містить наступні компоненти: психологічна пильність (бачення психологічних проблем іншої людини, здатність до проникнення в її переживання, легкість та швидкість соціальної перцепції); соціальна інтуїція (здатність до створення адекватного образу іншої людини без логічного обґрунтування); спрямованість особистості на розуміння іншої людини (потреба і прагнення до аналізу психічних станів іншої людини, характерологічних особливостей, вчинків); схильність до психологічної інтерпретації (соціальна перцепція на основі логічних висновків, аналізу, синтезу різної інформації, обґрунтоване пояснення отриманої інформації); самостійність суджень (соціальна перцепція на основі власних знань, досвіду, власних суджень); безпристрасність (неупередженість, нестереотипність сприймання іншої людини); схильність до створення цілісного психологічного образу (синтетичність образу, прагнення до віднесення його до визначеного типу); гнучкість образу (корекція образу іншої людини в процесі спілкування в різних соціальних ситуаціях та обставинах).

Особистісні чинники психологічної проникливості визначались за допомогою наступних психодіагностичних методик: опитувальник комунікативно-соціальної компетентності (В. Бойко); опитувальник реальної структури життєвих орієнтацій (С. Бубнова);

опитувальник когнітивно-діяльностного стилю (Н. Ребекка); опитувальник стратегій та моделей поведінки подолання (С. Хобфолл); опитувальник емоційного інтелекту (Н. Холл); опитувальник особистісної зрілості (О. Штепа). Статистична обробка результатів дослідження включала однофакторний дисперсійний аналіз (апостеріорний критерій Шеффе) та кореляційний аналіз. У дослідженні взяли участь 165 осіб, які є студентами різних факультетів Львівського національного університету імені І.Франка віком від 18 до 20 років.

Як показали результати дослідження, особи з високим та середнім показником психологічної проникливості більше цінують прекрасне в природі й мистецтві, ніж особи з низьким показником психологічної проникливості ( $m_1=3,4$ ,  $m_2=4,2$ ,  $m_3=4,3$ ,  $p \leq 0,05$ ). Особи з низьким показником психологічної проникливості є менш обізнаними у питаннях емоційних станів, ніж особи з середнім показником психологічної проникливості ( $m_1=7,5$ ,  $m_2=10,5$ ,  $p \leq 0,01$ ). Особи з низьким показником психологічної проникливості є менш емоційно зрілими, ніж особи з високим показником психологічної проникливості ( $m_1=9,6$ ,  $m_2=11,9$ ,  $p \leq 0,01$ ). Особи з низьким показником психологічної проникливості є менш соціально та комунікативно компетентними, ніж особи з високим показником психологічної проникливості ( $m_1=70,2$ ,  $m_2=76,6$ ,  $p \leq 0,01$ ).

Психологічна пильність прямо пов'язана з цінністю прекрасного в природі і мистецтві ( $r=0,24$ ,  $p \leq 0,01$ ), схильністю до асоціальних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=0,22$ ,  $p \leq 0,01$ ). Отже, здатність до бачення психологічних проблем іншої людини, проникнення в її внутрішній світ прямо пов'язана з чутливістю до прекрасного, із розвинутою естетичною чутливістю. Ймовірно, сприйняття прекрасного взагалі робить людину більш чутливою і сприйнятливою, більш зацікавленою у пізнанні прихованого і неочевидного. Крім того, легкість та швидкість соціальної перцепції іноді може використовуватися проти оточуючих, коли людина використовує своє знання психології оточуючих у власних егоїстичних, а іноді і асоціальних цілях. Отже, психологічна проникливість і пильність можуть стати небезпечною зброєю у випадку, якщо особа має асоціальну спрямованість.

Соціальна інтуїція прямо пов'язана з екстраверсією ( $r=0,20$ ,  $p \leq 0,05$ ), схильністю застосовувати інтуїцію у пізнанні і діяльності ( $r=0,22$ ,  $p \leq 0,01$ ), з невпорядкованим і слабо контрольованим стилем пізнання і діяльності ( $r=0,24$ ,  $p \leq 0,01$ ), із схильністю застосовувати синтетичний стиль у пізнанні і діяльності ( $r=0,23$ ,  $p \leq 0,01$ ), емоційною обізнаністю ( $r=0,20$ ,  $p \leq 0,05$ ), здатністю до керування емоціями ( $r=0,36$ ,  $p \leq 0,01$ ), емпатійністю ( $r=0,27$ ,  $p \leq 0,01$ ), здатністю до емоційного впливу на інших ( $r=0,25$ ,  $p \leq 0,01$ ), емоційним інтелектом ( $r=0,29$ ,  $p \leq 0,01$ ), комунікабельністю ( $r=0,20$ ,  $p \leq 0,05$ ), життєрадісністю ( $r=0,26$ ,  $p \leq 0,01$ ), емоційною зрілістю ( $r=0,32$ ,  $p \leq 0,01$ ), комунікативно-соціальною

компетентністю ( $r=0,27, p\leq 0,01$ ), соціальною толерантністю ( $r=0,20, p\leq 0,05$ ), зворотно пов'язана з інтроверсією ( $r=-0,19, p\leq 0,05$ ), схильністю до уникання і втечі в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,22, p\leq 0,01$ ), незалежністю ( $r=-0,27, p\leq 0,01$ ). Отже, екстравертовані особи мають більш розвинуту соціальну інтуїцію через мабуть дещо більший соціальний досвід безпосереднього та відкритого спілкування. Схильність до синтетичного пізнавального та діяльнісного стилю, що не передбачає чітких планів і схем здійснення насправді допомагає впорядковувати та класифікувати інформацію про велику кількість факторів, що зумовлюють поведінку оточуючих, оскільки тут потрібна певна толерантність до невизначеності і відсутності контролю. Здатність досягнути, накопичувати, систематизувати та типізувати таку соціально-психологічну складну і багатогранну інформацію є передумовою розвитку соціальної інтуїції особистості. Соціальна інтуїція також пов'язана з різними характеристиками соціального інтелекту, вона базується на здатності до розуміння власних емоцій та емоцій оточуючих і дає людині як владу над власними емоційними переживаннями, так і здатність до емоційного впливу на інших і до співпереживання, співчуття, розвитку гармонійних та плідних стосунків з ними на цій основі, комунікативної та соціальної компетентності особистості та соціальної толерантності. Особа з розвинутою соціальною інтуїцією також здебільшого є емоційно стабільною та життєрадісною, активною у вирішенні складних життєвих ситуацій. Натомість, особи з нерозвинутою соціальною інтуїцією є схильними до втечі в складних життєвих ситуаціях та уникнення їх вирішення, є замкненими та звикли підкреслювати свою незалежність та самодостатність, що іноді позбавляє їх можливості отримувати підтримку соціального оточення, фактично, важливої частини соціального досвіду та можливості розвивати соціальну інтуїцію.

Спрямованість на розуміння прямо пов'язана з цінністю відпочинку ( $r=0,20, p\leq 0,05$ ), цінністю соціального статусу ( $r=0,20, p\leq 0,05$ ), цінністю здоров'я ( $r=0,30, p\leq 0,01$ ), схильністю до обережних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=0,20, p\leq 0,05$ ), відповідальністю ( $r=0,21, p\leq 0,01$ ), зворотно пов'язана зі схильністю до застосування логіки у пізнанні і діяльності ( $r=-0,23, p\leq 0,01$ ). Схильність до психологічної інтерпретації прямо пов'язана з цінністю соціальної активності ( $r=0,29, p\leq 0,01$ ), зворотно пов'язана зі схильністю до застосування логіки у пізнанні і діяльності ( $r=-0,30, p\leq 0,01$ ). Спрямованість людини на розуміння оточуючих пов'язана з розумінням нею важливості її власної реалізації в соціальному контексті, можливості проявити себе та здобути певний соціальний статус. Схильність до психологічної інтерпретації пов'язана також із розумінням значення соціальної активності, із вираженою потребою в такій активності. Спрямованість на розуміння інших також пов'язана, як бачимо, з уважністю до себе, із розумінням необхідності

дбати про своє здоров'я та рекреацію, оскільки в такому випадку людина набуває можливості також насправді дбати про інших, бути уважною до їхніх потреб. Особи з розвинутою здатністю та інтересом до розуміння інших також здебільшого усвідомлюють справжню складність соціальної реальності, високу ціну помилки та велику відповідальність у певні моменти життя і тому схильні поводитися обачно в складних життєвих ситуаціях, бути уважними та обережними. Така спрямованість на розуміння іншого та схильність до психологічної інтерпретації призводить іноді до зменшення цінності логічного та раціонального пізнання, оскільки психологічна реальність є занадто складною для нього, включає емоційні та несвідомі процеси, які мають свою особливу логіку.

Самостійність образу прямо пов'язана з цінністю відпочинку ( $r=0,27, p\leq 0,01$ ), схильністю застосовувати неупорядкований та слабо контрольований стиль у пізнанні і діяльності ( $r=0,20, p\leq 0,05$ ), емоційною чутливістю ( $r=0,24, p\leq 0,01$ ), здатністю до децентрації ( $r=0,23, p\leq 0,01$ ), зворотно пов'язана зі схильністю до вступу в соціальний контакт в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,25, p\leq 0,01$ ), схильністю до просоціальних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,19, p\leq 0,05$ ). Чим більш людина прагне самостійно конструювати психологічні образи свого соціального оточення, тим більш вона прагне дбати про себе і відстоювати свій комфорт і кордони. Така людина не схильна до планування своєї пізнавальної та іншої діяльності, здебільшого орієнтована на спонтанний та слабо контрольований їх перебіг, що також є відображенням її прагнення до свободи. Така людина є здатною до децентрації, оскільки це є важливою передумовою подолання суб'єктивності та збереження об'єктивності соціального пізнання, яке максимально позбавлене оцінок і критеріїв оточуючих у пошуках незалежності. В інших випадках, коли оцінки та критерії інших приймаються до уваги, вони можуть слугувати для створення багатомірної та об'єктивної картини соціальної реальності. Людина, яка прагне самостійності образу соціальної реальності, не схильна до вступу в соціальний контакт навіть у випадку виникнення певних труднощів, оскільки дуже дбає про свою свободу.

Неупередженість у створенні психологічного образу обернено пов'язана зі схильністю до уникання та втечі в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,29, p\leq 0,01$ ), схильністю до пасивних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,23, p\leq 0,01$ ), зворотно пов'язана зі синергічністю ( $r=-0,19, p\leq 0,05$ ). Неупередженість у створенні психологічного образу пов'язана з активною життєвою позицією в складних життєвих ситуаціях та почуттям своєї відособленості від інших, не надто розвинутою потребою у взаємодії та співпраці з ними, що і дає фактично можливість до відстороненого, незацікавленого та неупередженого сприйняття, збереженні певної психологічної дистанції у спілкуванні.

Цілісність образу зворотно пов'язана з цінністю відпочинку ( $r=0,21$ ,  $p\leq 0,01$ ), цінністю соціальної активності ( $r=-0,19$ ,  $p\leq 0,05$ ), використанням зорової сенсорної модальності у пізнанні і діяльності ( $r=-0,32$ ,  $p\leq 0,01$ ), здатністю до керування емоціями ( $r=-0,25$ ,  $p\leq 0,01$ ), здатністю до емоційного впливу на інших ( $r=-0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ). Схильність до побудови цілісних, завершених психологічних образів більш притаманна людям соціально пасивним, таким, що почуваються не надто ефективними як у керуванні власними емоційними станами, так і у здатності до емоційного впливу на соціальне оточення. Така відсутність контролю може викликати занепокоєння, що призводить до того, що людина починає поспішати з висновками, домальовувати щось у своїй уяві, виходячи з попереднього досвіду, підводити передчасні та не цілком обгрунтовані підсумки.

Гнучкість образу прямо пов'язана з емоційною обізнаністю ( $r=0,25$ ,  $p\leq 0,01$ ), здатністю до керування емоціями ( $r=0,30$ ,  $p\leq 0,01$ ), емоційним інтелектом ( $r=0,24$ ,  $p\leq 0,01$ ), емоційною зрілістю ( $r=0,32$ ,  $p\leq 0,01$ ), синергічністю ( $r=0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ), зворотно пов'язана зі схильністю до вступу в соціальний контакт у складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,27$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю до просоціальних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,25$ ,  $p\leq 0,01$ ), асоціальністю ( $r=-0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ). Особи, які здатні враховувати мінливість соціальної реальності, змінювати свою думку про інших, вносити корективи у психологічні образи інших, добре усвідомлюють свій емоційний контекст та вміють регулювати власні емоційні стани, є врівноваженими та емоційно стабільними. Вони є також орієнтованими на співпрацю та взаємодію, проте, можуть мати певні застереження проти контактів в складних для них життєвих ситуаціях, прагнуть вирішувати їх самотійно, що, мабуть, дозволяє їм зберігати певну дистанцію від інших, право на власну самотійну думку про соціальне оточення та її зміну у потрібний час.

Психологічна проникливість прямо пов'язана зі здатністю цінувати прекрасне в природі та мистецтві ( $r=0,28$ ,  $p\leq 0,01$ ), здоров'я ( $r=0,24$ ,  $p\leq 0,01$ ), емоційною чутливістю ( $r=0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ), емоційною зрілістю

( $r=0,26$ ,  $p\leq 0,01$ ), комунікативно-соціальною компетентністю ( $r=0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ), зворотно пов'язана зі схильністю до застосування логіки у пізнанні і діяльності ( $r=-0,22$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю до вступу в соціальний контакт у складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,19$ ,  $p\leq 0,05$ ), схильністю до пошуку соціальної підтримки в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,20$ ,  $p\leq 0,05$ ), схильністю до уникання і втечі в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,21$ ,  $p\leq 0,01$ ), схильністю до просоціальних дій в складних життєвих ситуаціях ( $r=-0,25$ ,  $p\leq 0,01$ ). Психологічно проникливі особи мають сформовану естетичну чутливість та потреби, здатні дбати про себе, є комунікативно та соціально компетентними, емоційно стабільними і водночас достатньо чутливими, щоб розуміти інших та співпереживати їм. Вони мало орієнтуються на раціональні критерії побудови пізнавальної діяльності та взагалі діяльності, оскільки вважають їх занадто спрощеними для створення багатомірної та цілісної картини соціального контексту існування. Вони є достатньо активними в складних життєвих ситуаціях, проте, схильні відмовлятися від соціальних контактів та підтримки оточення, що дозволяє зберігати дистанцію та відчуженість, дає право на незалежність соціального сприйняття та самотійність висновків.

Результати дослідження дозволяють зробити наступні висновки. Умовами розвитку психологічної проникливості є не тільки широкий та різноманітний соціальний досвід, емоційний інтелект та особливий стиль пізнання та діяльності, але і здатність до певного відсторонення від соціального оточення, що забезпечує можливість об'єктивного спостереження. Відомо, що складні життєві ситуації дозволяють побачити себе та соціальне оточення через призму справді притаманних, а не декларованих цінностей, тому психологічно проникливі особи залишаються в них не тільки активними, але і незалежними діячами та спостерігачами, що дає їм цікавий матеріал для аналізу. Цікавою перспективою дослідження проблеми психологічної проникливості є особливості міжособистісних стосунків осіб з різними рівнями розвитку психологічної проникливості.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Борисова А. А. Психологическая проницательность / А. А. Борисова. – Ярославль, 1999. – 444 с.
2. Зазыкин В. Г. Психология проницательности / В. Г. Зазыкин. – М: Изд-во РАГС, 2002. – 130 с.
3. Орищенко О. А. Взаимосвязи показателей эмпатии и психологической проницательности / О. А. Орищенко // Наука і освіта : наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру АПН України. – 2010. - № 9. – С. 104 – 108.

4. Ружицька М. С. Співвідношення психологічної проникливості і взаємодії в структурі психологічного впливу / М. С. Ружицька // Наука і освіта: наук.-практ. журн. Півд. наук. Центру НАПН України. – 2011. - № 11(Психологія). – С. 137 – 140.

5. Санникова О. П., Киселева Е. А. Психологическая проницательность и ее диагностика / О. П. Санникова, Е. А. Киселева // Виховання екологічної культури. – Одесса, 1997. – С. 91 – 98.

*A.A.Vovk*

### **ЛИЧНОСТНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРОНИЦАТЕЛЬНОСТИ**

В статье анализируется и интерпретируется взаимосвязь между психологической проницательностью и такими личностными характеристиками, как ценностные ориентации, коммуникативно-социальная компетентность, эмоциональный интеллект, когнитивно-деятельностный стиль, личностная зрелость и копинг-стратегии.

**Ключевые слова:** психологическая проницательность, ценностные ориентации, коммуникативно-социальная компетентность, когнитивно-деятельностный стиль, эмоциональный интеллект, личностная зрелость, копинг-стратегии.

*A.O.Vovk*

### **PERSONAL DETERMINANTS OF PSYCHOLOGICAL INSIGHT**

The interconnections between psychological insight and such personal characteristics as life values, personal maturity, cognitive and activity style, coping strategies, emotional intelligence and communicative and social competence are analyzed and interpreted in the article. The conditions for psychological insight are not only wide and diverse social experience, emotional intelligence and special style of cognitive activity, but also ability for certain isolation from social environment that provides a possibility of objective observation. Peculiarities of interpersonal relations with different levels of development of psychological insight are interesting prospect research.

**Keywords:** psychological perspicacity, life values, communicative and social competence, cognitive and activity style, emotional intelligence, personal maturity, coping strategies.

*Подано до редакції 03.05.2013*