

что коммуникативная культура студентов социономического профиля подготовки почти по всем показателям находится на среднем уровне с тенденцией к снижению. Показана необходимость внедрения в учебный процесс тренингов, психологических игр, которые способствуют развитию общительности, взаимопонимания, эмпатийности, рефлексии поведения, формированию профессиональных ценностей и др., которые являются составляющими компонентов коммуникативной культуры специалиста.

Ключевые слова: коммуникативная культура, составляющие коммуникативной культуры, компоненты коммуникативной культуры, уровень сформированности коммуникативной культуры, профессионализации личности.

Панов Микита Сергійович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Северодонецьк;

Федоров Андрій Юрійович – здобувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Северодонецьк.

УДК 159.923

Поцулко О.А.

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК МЕТОД ПОДОЛАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ДЕВІАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто та проаналізовано адаптивні базисні копінг-стратегії, які сприяють налагодженню ефективного процесу соціальної взаємодії через спілкування і подолання комунікативних девіацій особистості. Встановлено, що основою різних копінг-стратегій є ресурси особистості й середовища. До особистісних ресурсів належать: адекватна «Я-концепція», низький рівень нейротизму, позитивна самооцінка, висока нервово-психічна стійкість, інфернальний локус контролю, оптимістичний світогляд, емпатичний потенціал, афіліативна тенденція й інші психологічні конструкти. А одним із найважливіших ресурсів середовища є соціальна підтримка. Розглянуті та проаналізовані основні базисні копінг-стратегії, такі як: стратегії розв'язання проблем; стратегії пошуку соціальної підтримки і стратегії уникнення. З'ясовано, що метою копінг-стратегії «розв'язання проблем» є відкриття широкого кола альтернативних рішень, що сприяють загальній соціальній адаптації. Дана стратегія передбачає активну розумову діяльність, яка полягає в аналізі своїх комунікативних девіацій. Доказано, що базисна копінг-стратегія «пошук соціальної підтримки» орієнтована на подолання складної життєвої

ситуації за допомогою інших людей, за умови якої зазвичай має місце прагнення до активної взаємодії з оточуючими з метою отримати підтримку. Варто зауважити, що можливість отримання соціальної підтримки, у свою чергу тісно пов'язана з певними особистісними якостями комунікативного характеру. Адже спроможність людини долати труднощі передбачає певний рівень контролю над ситуацією, що, у свою чергу, пов'язано із загальною комунікативною компетентністю. Саме цей вид копінг-стратегії є найважливішим для подолання комунікативних девіацій особистості, тому що неадекватність суб'єкта у процесі міжособистісної комунікації може мати своїм наслідком його подальшу соціальну ізоляцію і бути причиною труднощів подолання складних життєвих ситуацій. А базисна копінг-стратегія «уникнення» має на меті регулювання емоцій і підтримання афективної рівноваги, що пом'якшує вплив стресорів за рахунок використання інтрапсихічних механізмів регуляції поведінки в ситуаціях, розв'язання яких вимагає відстроченої дії. Вона створює ілюзію розв'язання проблеми і оманливого контролю над ситуацією. Чим нижча інтенсивність використання стратегії «уникнення», тим більш конструктивно проходить адаптація.

Ключові слова: копінг, копінг-стратегії, комунікативні девіації, комунікативні копінг-ресурси, соціальна адаптація, емпатія, афіліація, сензитивність, комунікативна компетентність, соціальна компетентність.

Постановка проблеми. Тривалий час у психології панувала думка, що людина вдається до копінгу лише тоді, коли складність ситуації перевищує енергетичну потужність звичайних реакцій особи, тобто у стресових ситуаціях. Виникає потреба в додаткових витратах енергії, оскільки ресурсів пристосування, які людина використовувала за звичайних умов, їй бракує. У сучасних дослідженнях поняття «копінг» вживають для означення поведінки людини не тільки у скрутних життєвих ситуаціях, а й у звичайних умовах, коли потрібно долати повсякденні труднощі (наприклад, у комунікативній сфері).

В даний час проблема подолання особистістю комунікативних девіацій залишається однією з найбільш актуальних в психологічній науці. Сьогодні копінг-стратегії є найсучаснішим та найефективнішим методом подолання саме цього типу девіацій особистості, тому що мають велике значення для процесу соціальної взаємодії, так як впливають на особливості спілкування з оточуючими, а також на особливості передачі та сприйняття інформації в залежності від обраного типу копінг-стратегій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Особливо активно проблему копінгу та копінг-стратегій почали досліджувати у 80-х рр. ХХ ст. У центрі уваги дослідників: К. Роджерса [5], Г. Хекхаузена [6], Г. Баррет-Ленарда [7], Л. Бірмена [8], С. Кобба [9], Р. Лазаруса, С. Фолькман [10, 12, 13], М. Калліопуски [11],

П. Міллера, Дж. Інґхама, С. Девідсона [14] та інших – з'ясування суті феномену копінгу, копінг-стратегій та виокремлення їх різновидів і складових елементів.

Особистісні та соціальні копінг-ресурси стали предметом дослідження як вітчизняних, так і російських психологів. Так, в своїх працях Л.І. Анциферова [1], Ф.Б. Березін [2], С.І. Корсун, Т.А. Ткачук [3], Р.С. Немов [4] та деякі інші доводять, що ресурси копінг-поведінки дозволяють особистості цілеспрямовано опановувати, діяти, випереджати життєві ситуації. Однак в цих дослідженнях, на жаль, не розглядалися теми, що стосуються комунікативних девіацій особистості та методів їх подолання завдяки копінг-стратегіям, оскільки це, безумовно, тема для самостійного повноцінного наукового дослідження.

Мега статті полягає у визначенні поняття «копінг», аналізі адаптивних базисних копінг-стратегій, які сприяють налагодженню ефективного процесу соціальної взаємодії через спілкування і подолання комунікативних девіацій.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Поняття «копінг» вперше було введено Р.Лазарусом і С.Фолкман в рамках транзактної моделі стресу. Відповідно до цієї моделі, стрес і пережиті емоції є результатом взаємодії процесів середовища і людини. Відносний зміст емоції залежить як від контексту, так і від оцінки ситуації людиною і взаємодії цих двох факторів, так званого «потоків дій і реакцій» [10; 12]. Під «копінгом» мають на увазі «когнітивні і поведінкові способи подолання специфічних зовнішніх і внутрішніх вимог, які постійно змінюються і оцінюються людиною як значні або перевершують її можливості» [13, с. 141]. В даний час під «копінгом» розуміють індивідуальний спосіб взаємодії людини з ситуацією відповідно до її власної логіки, цінності, вагомості в житті людини та її психологічних можливостей [1, с. 4]. У понятті «копінг» традиційно розрізняють копінг-процес, у якому відтворено динаміку долаття труднощів, копінг-поведінку, яка виявляє готовність індивіда долати життєві негаразди, та копінг-стратегії, якими позначають типовий, характерний для цієї особи спосіб виходу з труднощів [13, с.149]. Хоча копінг-стратегії є реакцією людини на ситуацію, існує думка, що вони відносно стійкі й корелюють з особистісними особливостями. У даному випадку ми розглянемо основні копінг-стратегії, які можуть бути використані при вирішенні проблем, пов'язаних з комунікативними девіаціями особистості.

Комунікативні девіації – це порушення в процесі спілкування, яке, як відомо, має в своєму складі потреби, мотиви до спілкування і засоби спілкування. Ці порушення, перш за все, пов'язані з формуванням певних особливостей характеру і залежать від того, що порушується у людини: потреби, мотиви або засоби спілкування. Комунікативні девіації полягають в недосягненні адресатом комунікативної мети, у відсутності взаєморозуміння і згоди між учасниками комунікації. Причини і механізми комунікативних девіацій різноманітні і можуть лежати в сфері соціокультурних стереотипів, фону знань, психологічних пристрастей (прийняття / неприйняття дій або рис характеру співрозмовника), мовної компетентності комунікантів тощо.

Основою різних копінг-стратегій є ресурси особистості й середовища. До особистісних ресурсів належать: адекватна «Я-концепція», низький рівень нейротизму, позитивна самооцінка, висока нервово-психічна стійкість, інфернальний локус контролю, оптимістичний світогляд, емоційний потенціал, афіліативна тенденція й інші психологічні конструкти. А одним із найважливіших ресурсів середовища є соціальна підтримка. На думку Д.Амірхана [4, с. 137], вибір особистістю протягом усього життя певних стратегій подолання своїх девіацій (в тому числі й комунікативних) є досить стабільною характеристикою й мало залежить від типу стресора. Ці стратегії він позначив як базисні стратегії поведінки людини й об'єднав їх у 3 групи: 1) стратегії розв'язання проблем; 2) стратегії пошуку соціальної підтримки і 3) стратегії уникнення.

Базисна копінг-стратегія «розв'язання проблем» – стратегія, метою якої є відкриття широкого кола альтернативних рішень, що сприяють загальній соціальній адаптації. Вона розглядається як когнітивно-поведінковий процес, шляхом якого особистість обирає ефективні стратегії подолання складних життєвих ситуацій. Дана копінг-стратегія передбачає активну розумову діяльність, яка полягає в аналізі своїх комунікативних девіацій. Необхідною умовою реалізації її є фокусування на проблемі та визначення шляхів її вирішення. Відомо, що найчастіше в стресовій ситуації поведінка та дії людини, особливо якщо це – комунікативний девіант, неадекватні та дезорганізовані. Подолання комунікативних девіацій, які виникають як реакція на дію стрес-чинника, вимагає від людини виконання як мінімум двох дій: по-перше, оцінки ситуації та, по-друге, усунення або зменшення джерела стресу. Копінг-стратегія «розв'язання проблем» є найбільш раціональною та адекватною в стресовій ситуації, що передбачає зусилля, спрямовані на розуміння складної ситуації, яка виникла, її аналіз, пошук оптимального рішення шляхом аналізу можливих альтернатив, а також планування та поетапне додання існуючих перешкод. Застосування практичних кроків, що спрямовані на розв'язання ситуації, значно підвищує конструктивність та ефективність подолання як самої ситуації, так й комунікативних девіацій [3, с. 141].

Базисна копінг-стратегія «пошук соціальної підтримки» – стратегія, що орієнтована на подолання складної життєвої ситуації за допомогою інших людей, за умови якої зазвичай має місце прагнення до активної взаємодії з оточуючими з метою отримати підтримку. Вона передбачає пошук емоційної підтримки у друзів, рідних, родичів у складних життєвих обставинах. Містить такі способи: 1) спілкування; 2) пошук підтримки, створення соціальної мережі підтримки; 3) консультації з фахівцями (психолог – консультант, психотерапевт).

Соціальну підтримку можна поділити на 2 категорії. З одного боку – сім'я, друзі, колеги та інші особи формують установки і поведінку людей, а з іншого – підтримують їх у важкі моменти. Можна говорити про два варіанти такої поведінки: 1) поведінка, що спрямована на пошук емоційної підтримки (виражається у бажанні поділитися своїми переживаннями з близькими людьми і отримати відповідний емоційний відгук); 2) поведінка, що спрямована на пошук інформаційної та практичної допомоги від інших людей, як правило,

проявляється у звертанні до знань і життєвого досвіду значимої людини. Таку поведінку можна оцінити як одну з найбільш продуктивних стратегій подолання різних складних життєвих ситуацій [3, с. 144].

С. Кобб стверджує, що соціальна підтримка – це захист людини, який чинить перешкоди захворюванню (у нашому випадку – комунікативним девіаціям) у кризових та стресогенних ситуаціях і призводить суб'єкта до думки, що його люблять, цінують, про нього турбуються і що він є членом соціальної мережі і має з нею взаємні обов'язки [9, с. 303]. Варто зауважити, що можливість отримання соціальної підтримки, у свою чергу тісно пов'язана з певними особистісними якостями комунікативного характеру. Адже спроможність людини долати труднощі передбачає певний рівень контролю над ситуацією, що, у свою чергу, пов'язано із загальною комунікативною компетентністю. Саме цей вид копінг-стратегій є найважливішим для подолання комунікативних девіацій особистості, тому що неадекватність суб'єкта у процесі міжособистісної комунікації може мати своїм наслідком його подальшу соціальну ізоляцію і бути причиною труднощів подолання складних життєвих ситуацій.

Розвиненість комунікативної сфери – важливий особистісний ресурс копінг-поведінки. Емпатія, афіліація та сензитивність до відчуження є значущими комунікативними копінг-ресурсами, які здійснюють вплив на формування самооцінки, локусу контролю, вибір і реалізацію базисних копінг-стратегій у взаємодії з представниками різних систем соціально-підтримуючої мережі.

Афіліація визначається, як прагнення людини бути в товаристві інших людей, яке підсилюється в ситуаціях, що сприймаються людиною, як загрозові, стресові. Блокування афіліації викликає почуття самотності, відчуженості, породжує й поглиблює стрес. Мотив афіліації зазвичай проявляється як прагнення людини налагодити добрі, емоційно позитивні взаємовідносини з людьми. Внутрішньо, або психологічно афіліація виступає у вигляді почуття прив'язаності, вірності, а зовнішньо – у комунікабельності, прагненні співробітничати з іншими людьми та постійно перебувати з ними.

Г. Хекхаузен визначає афіліацію як певний клас соціальних взаємодій, що мають щоденний і у той же час фундаментальний характер. Про прагнення до афіліації можна судити за кількістю і позитивним змістом мовних висловлювань, за доброзичливим виразом обличчя, тривалістю контакту очей, частоті кивання головою, за позою, жестикуляцією та ін. Пригнічення афіліативної потреби викликає почуття ізоляваності і самотності. У стресових ситуаціях афіліація збільшується [6, с. 207]. За дослідженням К.Гілл, низькі афіліативні потреби людини знижують ефективність соціальної підтримки. Вони є інструментом орієнтації у міжособистісних контактах і регулюють емоційну, інформаційну, товариську та матеріальну соціальну підтримку шляхом побудови більш або менш ефективних взаємовідносин (без комунікативних девіацій).

Сензитивність (чутливість) до відчуження є протилежним мотиву афіліації і проявляється у боязкості бути неприйнятним, відчуженим значущими людьми у

процесі міжособистісної взаємодії. Як зазначає Л. Бірмен, підвищена сенситивність до відчуження сприяє зниженню самооцінки, блокує афіліативну потребу і чинить перешкоди адаптації у соціальному середовищі [8, с. 234], що призводить до розвитку, а не подолання комунікативних девіацій.

Домінування у людини мотиву афіліації породжує стиль спілкування, який характеризується впевненістю, невимушеністю, відкритістю, сміливістю. Особи, в яких домінує мотив афіліації над боязкістю бути відчуженим краще ставляться до оточуючих і самі користуються симпатією і повагою з їх боку. У результаті задоволення мотиву афіліації між людьми складаються довірливі, відкриті взаєностосунки, які ґрунтуються на симпатіях і взаємодопомозі, і як наслідок – подолання комунікативних девіацій. Домінування мотиву боязкості бути відчуженим, навпроти, створює перешкоди на шляху міжособистісного спілкування у вигляді, перш за все, саме комунікативних девіацій.

Афіліація нерозривно пов'язана з емпатією, що означає глибоке розуміння емоційного стану та переживань іншої людини. Це – цілісний процес, який включає фізіологічний, кінетичний, афективний, когнітивний та мотиваційний компоненти, істотно й позитивно впливає на якість спілкування й позитивні особистісні зміни. Розрізняють емоційну емпатію (ґрунтується на механізмах проєкції і наслідування моторних і афективних реакцій іншої людини), когнітивну емпатію (базується на таких інтелектуальних процесах як порівняння, аналогія і т.п.) і предикативну емпатію (проявляється як спроможність людини передбачати афективні реакції іншої людини у конкретних ситуаціях). На сучасному етапі емпатія розглядається як: 1) емоційний процес переживання афективного стану людини у відповідь на її емоційну поведінку; 2) когнітивний процес розуміння, осмислення внутрішнього життя іншої людини, здатність прийняти роль, позицію іншого; 3) складний афективно-когнітивний процес; 4) взаємодія афективного, когнітивного й діючого компонентів [3, с. 161].

Відмічаючи процесуальну природу емпатії, К. Роджерс визначив її як входження в особистий, перцептивний світ іншої людини і тимчасове проживання її життя, обережне переміщення у ньому без того, щоб робити якісь оцінки. Вона є ключем до розуміння іншої людини, компонентом спостережливості, умовою встановлення тісного контакту між людьми і щирого діалогічного спілкування, чинником, який сприяє емоційній інтеграції зі світом, відновленню порушених зв'язків з оточуючими через подолання комунікативних девіацій [5, с. 187-188]. На думку М. Калліопуски, емпатія відіграє істотну роль у спілкуванні, оскільки у його процесі людина інтерпретує вербальні та невербальні повідомлення, позитивно впливає на його хід і результат [11, с. 376].

В емпатійний процес поряд з афективним компонентом включений і когнітивний, що являє собою спроможність виокремлювати і називати почуття, які відчувають інші люди, і спроможність приймати чужу точку зору. Дослідження Г. Баррет-Ленарда дозволили виділити в емпатійному процесі три послідовні фази, які, на думку автора, включають у себе: 1) сприйняття і

резонанс слухача; 2) експресивне повідомлення про виникнення цього стану особі, яка викликала емпатію; 3) прийняття емпатії або усвідомлення того, що тебе зрозуміли. Ці фази не замкнені в єдину систему і на практиці кожна з них напівавтоматична [7, с. 314].

З емпатією та афіліацією тісно пов'язана комунікативна та соціальна компетентність, що являє собою суму знань про партнерів по спілкуванню, навички конкретного виду спілкування і визначається попереднім досвідом особистості. Отже, емпатійно-афіліативні ресурси, які є складовими елементами комунікативних копінг-ресурсів, є соціально-психологічним конструктом, що включає когнітивний, афективний і поведінковий компоненти і визначає систему емоційного і раціонального міжособистісного розуміння.

Остання базисна копінг-стратегія «уникнення» – стратегія зусиль, яких докладає особа, щоб позбутися проблеми. Варто зазначити, що, для «уникнення» як копінг-стратегії характерні усвідомленість, цілеспрямованість і чітке розуміння того, що саме спричиняє труднощі (свідомий опір тому, що може травмувати). Активне використання індивідом копінг-стратегії «уникнення» можна розглядати як домінування у поведінці мотивації уникнення невдачі над мотивацією досягнення успіху, а також як сигнал про можливі внутрішньо особистісні конфлікти. Домінування ж мотивації досягнення успіху над мотивацією уникнення сприяє формуванню ефективної адаптивної поведінки. Проте, як зазначає Ф.Березін, дана закономірність не носить універсального характеру [2, с. 58].

П. Міллер, Дж. Інґхам, С. Девідсон виокремили різновиди стратегії «уникнення» за ступенем зосередженості особи на проблемі. Вдаючись до першого різновиду – «значна уважність/значне уникнення» – людина, попри зусилля, спрямовані на пошук інформації про подолання проблеми, не розв'язує її. Використовуючи другий різновид уникнення («значна уважність/незначне уникнення»), індивід спотворює зібрану інформацію. Третій різновид цієї копінг-стратегії, «незначна уважність/значне уникнення», полягає в тому, що людина загалом не докладає зусиль, щоб зібрати хоча б якусь інформацію. Застосовуючи четвертий різновид стратегії уникнення («незначна уважність/незначне уникнення»), особа не докладає жодних зусиль для подолання проблемної ситуації [14, с. 519]. Отже, копінг-стратегія «уникнення» має на меті регулювання емоцій і підтримання афективної рівноваги; створює ілюзію розв'язання проблеми і оманливого контролю над ситуацією.

Кожна форма психологічного подолання комунікативних девіацій специфічна, визначається суб'єктивним значенням ситуації, що переживається, і відповідає переважно одному із завдань – вирішенню реальної проблеми або її емоційному переживанню, коректуванню самооцінки або регулюванню взаємин з людьми.

Висновки. Розглянувши запропоновану проблему, вивчивши ряд психологічної літератури, ми прийшли до деяких висновків.

По-перше, «копінгом» називають когнітивні, емоційні та поведінкові спроби опанувати специфічні зовнішні чи/і внутрішні вимоги, які оцінюються як напруга або перевищують ресурси людини щодо подолання їх у ситуації, що постійно змінюється. По-друге, для подолання своїх девіацій, перш за все, комунікативних, людина обирає певні копінг-стратегії. По-третє, найбільш ефективним є адаптивні копінг-стратегії, які проявляються у співпраці, зверненні, альтруїзмі, проблемному аналізі, установці власної цінності, свідомому самовладанні, протесті, оптимізмі, що мають власне вираження в емоційній, когнітивній та поведінковій сфері діяльності та оптимізують соціальну взаємодію особистості. По-четверте, до базисних адаптивних копінг-стратегій відносяться: стратегії розв'язання проблем; стратегії пошуку соціальної підтримки і стратегії уникнення. Саме стратегії пошуку соціальної підтримки є найбільш продуктивними стратегіями подолання комунікативних девіацій особистості. По-п'яте, застосування тієї чи іншої копінг-стратегії для подолання комунікативних девіацій особистості – непросте завдання психолога. Проте вміле поєднання когнітивної, емоційної, поведінкової складових програми з подолання комунікативних девіацій дасть позитивні результати.

Перспективи подальшого дослідження полягають у дослідженні впливу копінг-стратегій на успішність комунікації особистості в соціумі.

Список використаної літератури

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита / Л.И. Анцыферова // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3 – 19.
2. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.
3. Корсун С.І., Ткачук Т.А. Психологія діяльності працівників податкової міліції: Монографія / С.І. Корсун, Т.А. Ткачук. – К.: Центр учбової літератури, 2013. – 194 с.
4. Немов Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. завед.: В 3 кн. / Р.С.Немов. – 4-е изд. – М.: Владос, 2001. – Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. – 640 с.
5. Роджерс К. Консультирование и психотерапия / К. Роджерс // Новейшие подходы в области практической работы. – М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 1999. – 464 с.
6. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – Т. 1. – М.: Педагогика, 1986. – 408 с.
7. Barret-Lennard G.T. The phases and focus of empathy / G.T. Barret-Lennard // Brit. J. Med. Psychol. – 1993. – Vol. 66. – P. 314.

8. Bierman K.L. The clinical significance and assessment of poor peer relations: peer neglect versus peer rejection / K.L. Bierman // *J. Mental Behavioral Pediatrics*. – 1987. – № 4. – P. 233 – 239.
9. Cobb S. Social support as a moderator of life stress / S. Cobb // *Psychosomatic Medicine*. – 1976. – Vol. 38. – P. 300 – 314.
10. Folkman S., Schaefer C., Lazarus R. Cognitive Processes as Mediators of Stress and Coping / S. Folkman, C. Schaefer, R. Lazarus // V. Hamilton. *Human Stress and Cognition*. – 1979. – Chapter 9. – P. 265 – 298.
11. Kalliopuska M. Study on the empathy prosocial behavior of children in three day care centres / M. Kalliopuska // *Psychological Reports*. – 1991. – Vol. 68. – P. 375 – 378.
12. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R. Lazarus // *Journal of Personality*. – 2006. – Vol. 74. – № 1. – P. 9 – 43.
13. Lazarus R., Folkman S. *Stress, appraisal and coping* / R. Lazarus, S. Folkman. – New York: Springer, 1984. – 456 p.
14. Miller P., Ingham J., Davidson S. Live events, symptoms and social support / P. Miller, J. Ingham, S. Davidson // *Journal of Psychosomatic Research*. – 1986. – Vol. 20. – P. 515 – 522.

Транслітерація

1. Antsyferova L.I. Lichnost v trudnykh zhiznennykh usloviyakh: pereosmyslivanie, preobrazovanie situatsiy i psikhologicheskaya zashchita / L.I. Antsyferova // *Psikhologicheskii zhurnal*, 1994, T. 15, № 1, p. 3 – 19.
2. Berezin F.B. *Psikhicheskaya i psikhofiziologicheskaya adaptatsiya cheloveka* / F.B. Berezin. – Saint Petersburg: Science, 1988, 270 p.
3. Korsun S.I., Tkachuk T.A. *Psihologiya diyalnosti pratsivnikov podatkovoyi militsiyi* / S.I. Korsun, T.A. Tkachuk. – Kyiv: The Centre of educational literature, 2013, 194 p.
4. Nemov R.S. *Psikhologiya v 3 kn. 4-e izd.* / R.S. Nemov. – Moscow: Vldos, 2001. Book 3: *Psikhodiagnostika. Vvedenie v nauchnoe psikhologicheskoe issledovanie s elementami matematicheskoy statistiki*, 640 p.
5. Rodzhers K. *Konsultirovanie i psikhoterapiya* / K. Rodzhers // *Noveyshie podkhody v oblasti prakticheskoy raboty*. – Moscow: April Press, EKSMO-Press, 1999, 464 p.
6. Khekkhauzen Kh. *Motivatsiya i deyatelnost* / Kh. Khekkhauzen. – Vol. 1. – Moscow: Pedagogics, 1986, 408 p.
7. Barret-Lennard G.T. The phases and focus of empathy / G.T. Barret-Lennard // *Britain, Journal Medical Psychology*, 1993, Vol. 66, p. 314.
8. Bierman K.L. The clinical significance and assessment of poor peer relations: peer neglect versus peer rejection / K.L. Bierman // *Journal Mental Behavioral Pediatrics*, 1987, № 4, p. 233 – 239.
9. Cobb S. Social support as a moderator of life stress / S. Cobb // *Psychosomatic Medicine*, 1976, Vol. 38, p. 300 – 314.

10. Folkman S., Schaefer C., Lazarus R. Cognitive Processes as Mediators of Stress and Coping / S. Folkman, C. Schaefer, R. Lazarus // V. Hamilton. Human Stress and Cognition. 1979, Ch. 9, p. 265 – 298.

11. Kalliopuska M. Study on the empathy prosocial behavior of children in three day care centres / M. Kalliopuska // Psychological Reports. 1991, Vol. 68, p. 375 – 378.

12. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping / R. Lazarus // Journal of Personality, 2006, Vol. 74, № 1, p. 9 – 43.

13. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal and coping / R. Lazarus, S. Folkman. – New York: Springer, 1984, 456 p.

14. Miller P., Ingham J., Davidson S. Live events, symptoms and social support / P. Miller, J. Ingham, S. Davidson // Journal of Psychosomatic Research, 1986, Vol. 20, p. 515 – 522.

Поцулко Е.А.

Копинг-стратегии как метод преодоления коммуникативных девиаций личности

В статье рассмотрены и проанализированы адаптивные базисные копинг-стратегии, которые способствуют налаживанию эффективного процесса социального взаимодействия через общение и преодоление коммуникативных девиаций личности. Установлено, что основой различных копинг-стратегий являются ресурсы личности и среды. К личностным ресурсам относятся: адекватная «Я-концепция», низкий уровень нейротизма, позитивная самооценка, высокая нервно-психическая устойчивость, инфернальный локус контроля, оптимистическое мировоззрение, эмфатический потенциал, аффилиативная тенденция и другие психологические конструкты. А одним из важнейших ресурсов среды является социальная поддержка. Рассмотрены и проанализированы основные базисные копинг-стратегии, такие как: стратегии решения проблем; стратегии поиска социальной поддержки и стратегии избегания. Установлено, что целью копинг-стратегии «решения проблем» является нахождение широкого круга альтернативных решений, способствующих общей социальной адаптации. Данная стратегия предполагает активную мыслительную деятельность, которая заключается в анализе своих коммуникативных девиаций. Доказано, что базовая копинг-стратегия «поиск социальной поддержки» ориентирована на преодоление сложной жизненной ситуации с помощью других людей, при которой обычно имеет место стремление к активному взаимодействию с окружающими с целью получить поддержку. Стоит заметить, что возможность получения социальной поддержки, в свою очередь тесно связана с определенными личностными качествами коммуникативного характера. Ведь способность человека преодолевать трудности предполагает определенный уровень контроля над ситуацией, что, в свою очередь, связано с общей коммуникативной компетентностью. Именно этот вид копинг-стратегий является важнейшим для

преодоления коммуникативных девиаций личности, так как неадекватность субъекта в процессе межличностной коммуникации может иметь своим следствием его дальнейшую социальную изоляцию и быть причиной трудностей преодоления сложных жизненных ситуаций. А базовая копинг-стратегия «избегания» имеет целью регулирование эмоций и поддержания аффективного равновесия, смягчает воздействие стрессоров за счет использования интрапсихических механизмов регуляции поведения в ситуациях, решение которых требует отсроченной действия. Она создает иллюзию решения проблемы и обманчивого контроля над ситуацией. Чем ниже интенсивность использования стратегии «избегания», тем более конструктивно проходит адаптация.

Ключевые слова: копинг, копинг-стратегии, коммуникативные девиации, коммуникативные копинг-ресурсы, социальная адаптация, эмпатия, аффилиация, сензитивность, коммуникативная компетентность, социальная компетентность.

Potsulko E.A.

Coping strategies as a means of overcoming communication deviations personality

The article describes and analyzes the basic adaptive coping strategies that contribute to the establishment of an effective process of social interaction through communication and overcoming of communicative deviations personality. It was found that the basis of the different coping strategies are the resources of the individual and the environment. For personal resources include adequate «self-concept», low neuroticism, positive self-esteem, high nervous and mental stability, infernal locus of control, optimistic outlook, emphatic potential afiliativnaya trend and other psychological constructs. And one of the social support is the most important resources of the environment. Considered and analyzed the main basic coping strategies such as problem-solving strategies; Search strategy of social support and avoidance strategies. It is established that the purpose of coping strategy of «problem solving» is to find a wide range of alternative solutions that contribute to the overall social adaptation. This strategy involves active mental activity, which is to analyze its communicative deviations. It is proved that the basic coping strategy of «search for social support» focuses on overcoming difficult situations with the help of other people, at which usually takes place the desire for active cooperation with others in order to gain support. It is worth noting that the possibility of obtaining social support, in turn, is closely linked to the communicative nature of certain personal qualities. After all, a person's ability to overcome difficulties implies a certain level of control over the situation, which, in turn, is related to the general communicative competence. It is this kind of coping strategies is essential in order to overcome communicative personality deviations, as the inadequacy of the subject in the process of interpersonal communication may have the effect of its further social exclusion and cause difficulties to overcome difficult situations. A basic coping strategy of «avoidance» is the purpose of the regulation of emotions and maintain an affective balance, softens the impact of stressors through the use of intrapsychic mechanisms of regulation of behavior in situations that require a decision deferred

action. It creates the illusion of solving the problem and deceptive control over the situation. The lower the intensity of the use of «avoidance» strategy, the more constructive adaptation takes place.

Key words: *coping, coping strategies, communication deviations, communication coping resources, social adaptation, empathy, affiliation, sensitization, communicative competence, social competence.*

Поцулко Олена Анатоліївна – кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри філософії, соціально-гуманітарних дисциплін, іноземних мов, української та латинської мов Донецького національного медичного університету (м. Лиман, Україна).

УДК 378. 14 : [159.9 : 008]

Пухно С.В.

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ЯК СКЛАДОВА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ

У статті розглянуто особливості мотивації до навчання у педагогічному вищому навчальному закладі студентів – майбутніх вчителів, як складової формування їх психологічної культури. Встановлено, що професійна мотивація та професійна спрямованість особистості є складовою процесів формування психологічної і професійної культури фахівця, що забезпечує успішність входження людини до навчально-професійної діяльності, її самовдосконалення і самореалізацію як фахівця. До компонентів психологічної культури особистості, що розвиваються і ускладнюються в процесі навчально-професійної діяльності у вищому навчальному закладі (ВНЗ), відноситься набуття системи психологічного знання, навичок саморозуміння та розуміння інших, регуляції власних станів, діяльності та соціальних відносин. Згідно результатам проведеного дослідження щодо визначення особливостей мотивації до навчання у педагогічному ВНЗ студентів – майбутніх вчителів, визначено, що для першокурсників, у яких мотивація вступу пов'язана, передусім, із набуттям знань, в порівнянні зі студентами з мотивацією прагнення «оволодіти» професією, характерним є низький рівень розвитку емоційної чутливості, як базової складової психологічної культури, середній та низький рівень комунікативних та організаційних здібностей, а також комунікативних, організаційних, та інтелектуальних вмінь. Відповідно, актуальним на сьогодні є питання інтенсивного впровадження в навчальний процес ВНЗ інтерактивних методів навчання, і, зокрема, - тренінгових програм, як необхідних складових процесу формування психологічної культури майбутнього вчителя.