

УДК 159.9:316.77

Ю.В. Кузьменко, канд. психол. наук
Комунальний вищий навчальний заклад
"Вінницька академія неперервної освіти", м. Вінниця

АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ПСИХОЛОГІЧНИМ ВІКОМ, УЗАГАЛЬНЕНИМ ПЛАНУВАННЯМ ВЛАСНОГО ЖИТТЯ СТУДЕНТА ТА СКЛАДНИМИ УМОВАМИ ПРИРОДНОГО СЕРЕДОВИЩА

У статті представлено результати емпіричного дослідження аналізу взаємозв'язку між психологічним віком, узагальненим плануванням власного життя студентської молоді та складними умовами кліматогеографічного та геофізичного середовища, в якому вони перебувають.

Ключові слова: психологічний вік, власне життя.

Постановка проблеми. Єдність та взаємовплив людини і природи підкреслювалися багатьма відомими мислителями і дослідниками у самих різних галузях науки. В. Вернадський зазначав, що людина і суспільство нерозривно пов'язані з біосферою, є невіддільними від неї [1]. Величезну роль біосфери в процесі етногенезу підкреслював Л. Гумільов [2]. На думку Б. Ананьєва, проблема ноосфери є найбільш важливою галуззю природознавства і пізнання людини у цілому [3]. Усе зростаюча у зв'язку з екологічною кризою кількість стихійних лих та аномальних природних явищ імперативно диктує необхідність більш детального аналізу їхнього впливу на людину з метою підвищення її стійкості до впливу психотравмуючих чинників природного характеру.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Існуючі на сьогодні дослідження присвячені, в основному, аналізу негативних психологічних і психопатологічних впливів стихійних лих на людей, що у свою чергу вимагає надання екстренної психологічної та психіатричної допомоги населенню постраждалих регіонів, а також виявлення специфіки професійної діяльності персоналу і його надійності в екстремальних ситуаціях впливу стрес-чинників природного характеру (В. Вахов, О. Кокун, В. Моляко, Н. Оніщенко, В. Скребець, О. Тімченко та ін.). Життєдіяльність людини в умовах підвищеної небезпеки природних катастроф, особливості їхньої адаптації з врахуванням власних індивідуально-психологічних особливостей ще не були предметом спеціального дослідження українських психологів.

Мета статті – ознайомлення з результатами емпіричного дослідження аналізу взаємозв'язку між психологічним віком, узагальненим плануванням власного життя студентської молоді та складними умовами кліматогеографічного та геофізичного середовища, в якому вони перебувають.

Викладення основного матеріалу з обґрунтуванням отриманих результатів. Складний процес адаптації до умов зовнішнього середовища здійснюється на основі попереднього налаштування функціональних систем організму згідно з очікуваним майбутнім. Отже, очікування природних ексцесів, не може не впливати на психіку людини, не рахуватися з її життєвими планами, не впливати на них. Життєві плани людини не можуть коригуватися залежно від тих чи інших значущих зовнішніх подій, у тому числі від пережитих небезпечних явищ стихії, а також від очікуваних подій, подій, які антиципуються [4].

Психологічний ефект, який справляють самі природні ексцеси, підвищена загроза стихійних лих і катастроф на психіку людини, необов'язково проявляючись у формі тих або інших клінічних розладів таких, як гострі афективні реакції та після травматичні стресові розлади, тим не менш, має схожість з основними симптомами після травматичного

стресового розладу. Вплив на психологічну складову відбувається за тими ж напрямками, лише виражений він у набагато меншій мірі. Однією з особливостей після травматичного стресового розладу згідно з критеріями PTSD є почуття відсутності перспективи у майбутньому (наприклад, відсутність очікування за приводу кар'єри, одруження, дітей або довгого життя).

У відповідності з метою і схемою загального дослідження контрольна група була розділена на дві. До першої увійшли студенти, які мали досвід переживання небезпечних інших природних явищ (зокрема, землетрусів), до другої – ті, хто такого досвіду не мав. Згідно з концепцією посттравматичного стресового розладу студенти, що мали більший досвід переживання підземних поштовхів, будуть мати більш напружені реакції на поточну сейсмічну активність, тому що вона активізує попередній негативний досвід і переживання.

Між експериментальною та контрольною групами студентів-юнок виявлено значущі відмінності ($p < 0,05$) за показником "середня насиченість п'ятиріч життя". Юнки, що живуть в умовах підвищеної небезпеки природних лих, показали більш високу насиченість п'ятиріч життя значущими подіями, включаючи до цих подій і самі стихійні лиха, які можуть трапитися у майбутньому. Між юнками контрольної групи і тією частиною експериментальної групи юнок, що має досвід переживання землетрусів, виявлено більше достовірних відмінностей. Вони стосуються показників психологічного віку і коефіцієнту суб'єктивної реалізованості життя, достовірність відмінностей за цими показниками сягає $p < 0,01$. Юнки, які відчули у минулому більш виражений стрес внаслідок небезпечних природних явищ, мають більш високий рівень реалізованості життєвих планів і відчувають себе старше своїх ровесників з більш сприятливого у кліматогеофізичному відношенні регіону.

Між експериментальною та контрольною групами студентів-юнаків виявлено менше достовірних відмінностей. У них відмінності стосуються очікуваної тривалості життя ($p < 0,01$) і сумарної її насиченості значущими подіями ($p < 0,05$) – усі ці показники вищі в експериментальній групі. Ті з них, хто має досвід негативного впливу землетрусів, відрізняються від контрольної групи лише передбачуваною тривалістю власного життя ($p < 0,01$). Що стосується передбачуваної тривалості життя, то і тут нами отримано виражені відмінності за групами, залежно від статі. Найбільшу середню тривалість життя планують собі юнаки, які мають досвід стресу від сейсмічної активності. Цей показник у юнаків в експериментальній групі значно вищий, ніж у контрольній. У юнок щодо планованої тривалості життя виражених відмінностей між групами не виявлено. Крім того, запланована тривалість життя у студентів-юнаків більша, ніж у юнок, в усіх групах.

Надії на довголіття можуть, на думку А. Кроника, бути компенсацією реальних триггерів за своє здоров'я, що виникають на тлі загострених стрес-подій переживань

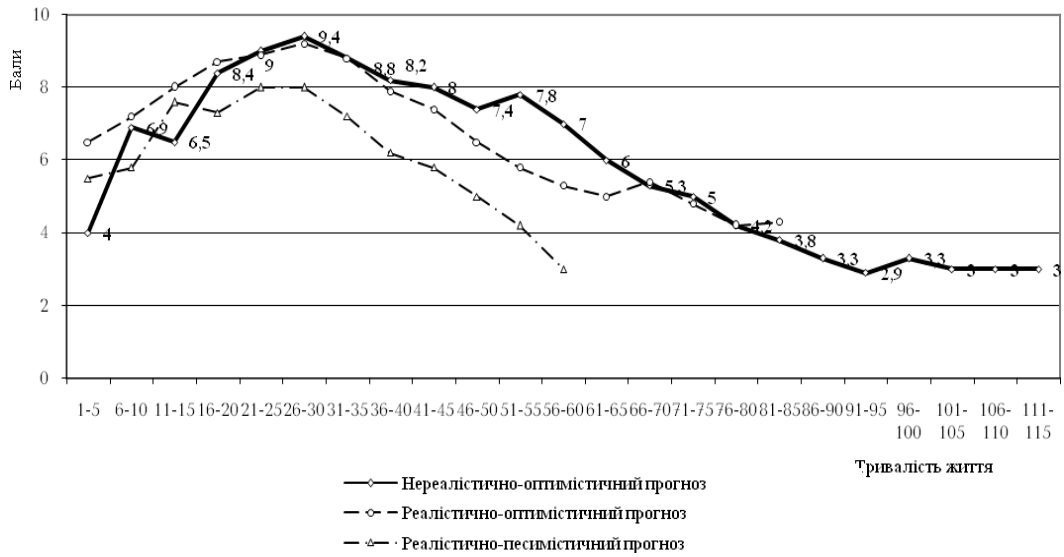


Рис. 2. "Лінії життя" (юнки ЕГ з досвідом переживання відчутних землетрусів)

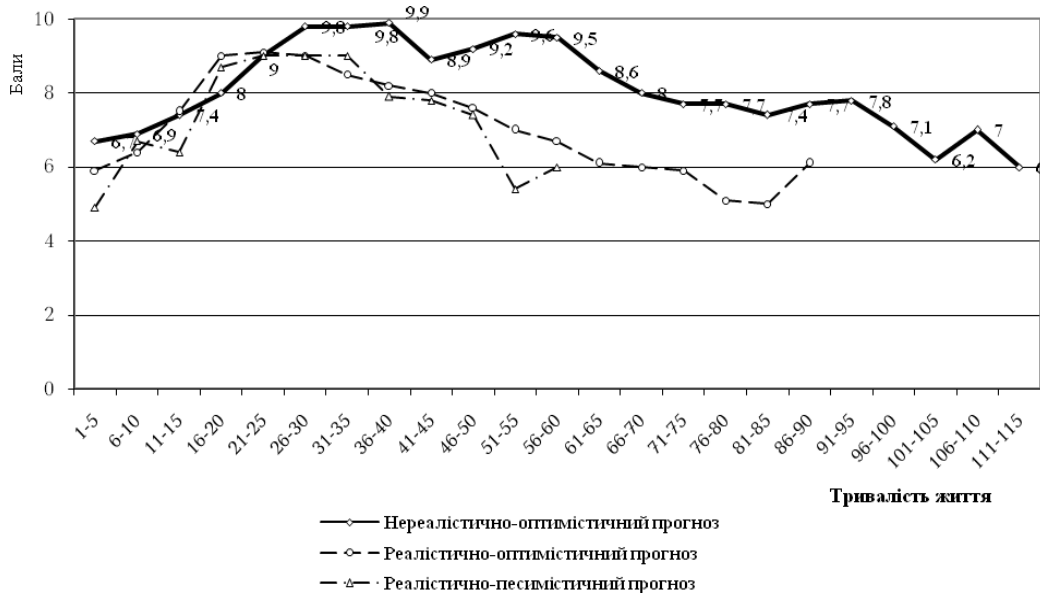


Рис. 3. "Лінії життя" (юнки ЕГ без досвіду переживання відчутних землетрусів)

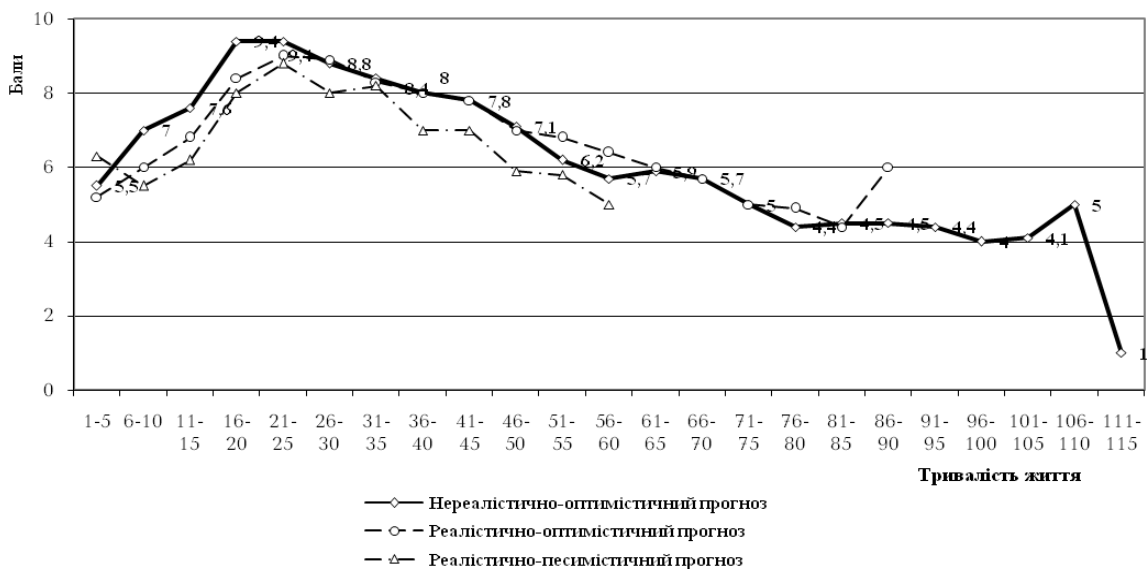


Рис. 4. "Лінії життя" (юнки КГ без досвіду переживання відчутних землетрусів)

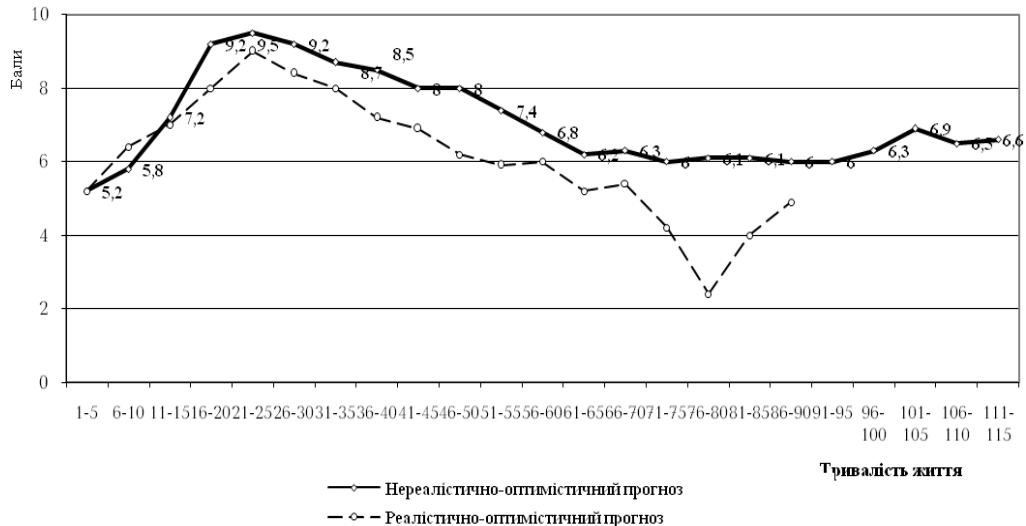


Рис. 5. "Лінії життя" (юнаки ЕГ з досвідом переживання відчутних землетрусів)

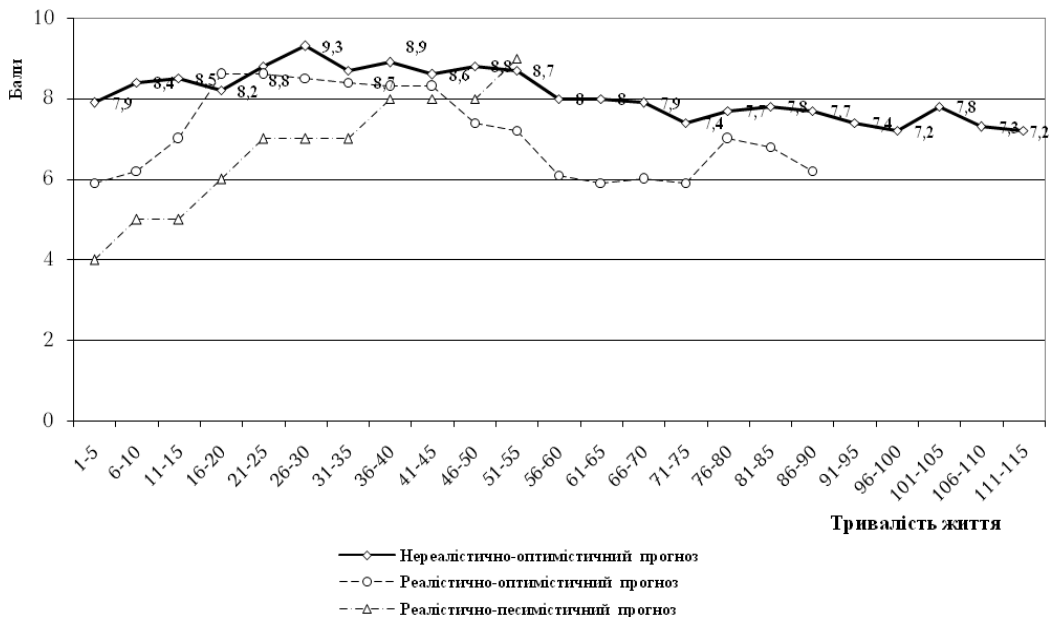


Рис. 6. "Лінії життя" (юнаки ЕГ без досвіду переживання відчутних землетрусів)

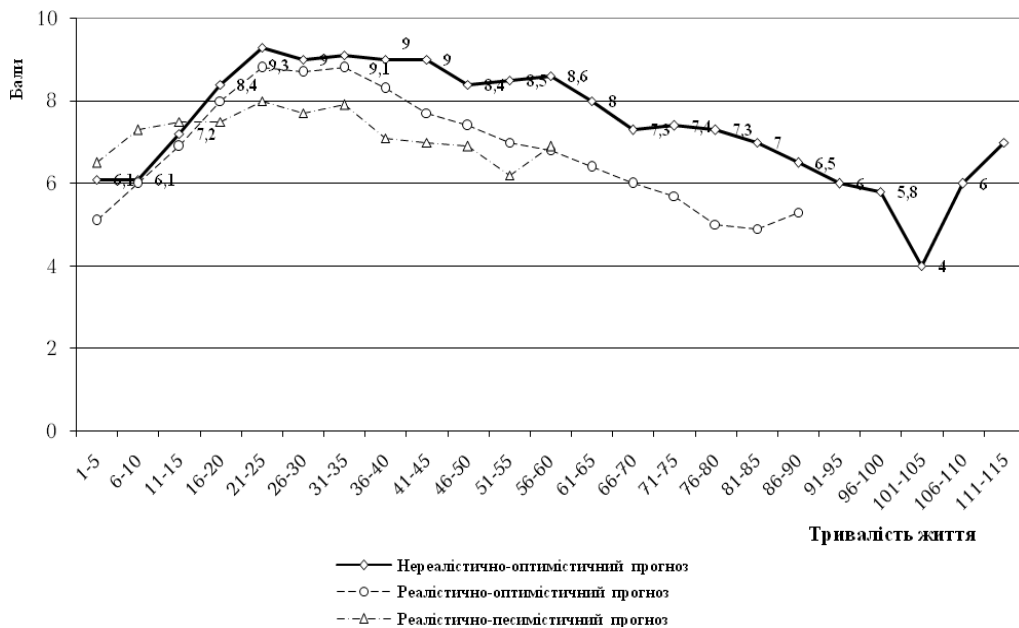


Рис. 7. "Лінії життя" (юнки КГ без досвіду переживання відчутних землетрусів)

Аналіз кореляційних матриць засвідчив, що показники методики "П'ятирічки" мають у юнаків значущі кореляційні зв'язки з показниками інтернальності у різних сферах життя і з осмисленістю життя. Психологічний вік і показник КСРЖ (коефіцієнт суб'єктивної реалізованості життя) продемонстрували негативний зв'язок з інтернальністю та осмисленістю; чим більший психологічний вік і відчуття реалізованості життя у юнаків, тим нижче відчуття підконтрольності значущих сфер життя та його усвідомленість у цілому, і навпаки. Показники "Сумарна насиченість життя" та "Середня насиченість п'ятирічок" пов'язані з інтернальністю та осмисленістю позитивним кореляційним зв'язком – чим більш виражена у юнаків інтернальність у різних сферах життя, тим більш насичене життя вони для себе планують і тим нижче у них відчуття реалізованості життя. Показники зазначеної методики у юнаків також пов'язані із 2-ю (песимістичність), 7-ю (тривожність) і 8-ю (індивідуалістичність) шкалами СБДО; чим вище показники за досвідом "спілкування" зі стихією, чим вище вони оцінюють свою готовність, тим меншу тривалість життя юнки собі планують, що свідчить про негативний вплив наявності такого досвіду на життєві плани юнок. Чим нижчою є ця готовність, чим менше стресів було у досвіді родини, тим більш тривале життя планують для себе юнки. Цей показник також пов'язаний значущим негативним кореляційним зв'язком із тривалістю мешкання у зоні небезпечних природних явищ ($r=-0,24$), що свідчить про усвідомлення загрози юнками та врахування її при побудові планів на майбутнє.

У юнаків, що мешкають у зоні підвищеної небезпеки природних лих, показник, що відображає "граничний вік, до якого вони хотіли б дожити", пов'язаний значущими позитивними кореляційними зв'язками з показником анкети "землетруси" ($r=0,37$), що відображає ступінь їхньої суб'єктивної впевненості у тому, що вони особисто у майбутньому стануть очевидцями сильного землетрусу, а також з показником анкети, що відображає ступінь їхньої суб'єктивної впевненості у тому, що він торкнеться їхньої особистої безпеки ($r=0,36$). Отже, життєві плани юнаків безпосередньо залежать від ступеня очікування ними небезпечних природних явищ, причому зв'язок цей є парадоксальним. Чим більші сумніви у власній безпеці та впевненість у тому, що їх торкнуться небезпечні природні явища, тим вища планована ними тривалість життя, і навпаки.

Показник "психологічного віку" в юнок пов'язаний з кількістю стресів, пережитих ними у зв'язку із загрозами з боку небезпечних природних явищ ($r=0,21$) і тривалістю мешкання в умовах таких загроз ($r=0,26$). Юнки відчують себе тим старшими, чим з більшою кількістю природних стресорів стикалися в житті особисто і чим довше живуть в умовах загроз з боку небезпечних природних явищ. У юнаків цей показник має значущий кореляційний зв'язок із готовністю до подолання наслідків природних катаклізмів ($r=0,31$) та осмисленням стихії як того, що "потрібно пережити з найменшими втратами" ($r=0,28$).

Показник КСРЖ у юнаків має значущі негативні кореляційні зв'язки з такими показниками анкети, як сумарне очікування природних лих ($r=0,28$), а також з суб'єктивною готовністю до подолання наслідків стихії ($r=-0,32$). Разом з тим, має місце і значущий позитивний кореляційний зв'язок зі сприйняттям природної стихії як чогось невідворотного, що потрібно пережити з найменшими втратами ($r=0,44$). Фаталістична установка і відсутність готовності протистояти стихії, супроводжувані безпечністю щодо стихії (знижений прогноз небезпечних природних явищ), викликають компенсаторне підвищення значущості минулого у

картині життя юнаків, або заниження цінності майбутнього, що знаходить своє відображення у підвищенні показника КСРЖ.

У юнок об'єктивна реалізованість життя має взаємозв'язки з такими показниками анкети, як "стреси від небезпечних природних явищ" ($r=0,31$), тобто питома вага минулого у картині життя юнок підвищується, або компенсаторно занижується насиченість майбутнього, у зв'язку з підвищенням кількості пережитих ними особисто стресів, пов'язаних із природною стихією. Також виявлено взаємозв'язок з тривогою ($r=0,24$) і тривалістю проживання в умовах загрози з боку небезпечних природних явищ ($r=0,34$), тобто відчуття тривоги у юнок зростає водночас із відчуттям реалізованості свого життя, що пов'язане, у свою чергу, з тривалою схильністю до впливу загроз з боку небезпечних природних явищ.

Сумарна насиченість життя у юнок має значущі негативні кореляційні зв'язки з показниками анкети, що відображають різноманітність пережитих особисто стресів від стихії ($r=-0,26$), готовність до подолання наслідків небезпечних природних явищ ($r=-0,27$), відчуття загрози особистій безпеці ($r=0,23$), а також з тривалістю проживання у регіоні із загрозою з боку небезпечних природних явищ ($r=-0,36$), тобто при наявності багатого досвіду переживання стресів, пов'язаних зі стихією, як особистого, так і сімейного, при тривалому перебуванні в умовах загрози з боку природних явищ. При високій суб'єктивній готовності зустріти удар стихії сумарна насиченість життя знижується, перш за все, за рахунок зниження насиченості п'ятиріч майбутнього. Водночас підвищується тривога ($r=-0,29$), яка також змушує юнок корегувати свої життєві плани у бік їх зниження. У юнаків цей показник виявляє значущий позитивний кореляційний зв'язок лише з прогнозованою вірогідністю землетрусів ($r=0,30$).

Показник "середня насиченість п'ятирічка життя" є найменш інформативним в аспекті взаємозв'язків з параметрами анкети. Єдиний негативний кореляційний зв'язок виявлено у юнок з рівнем тривоги ($r=-0,23$). Середня насиченість п'ятиріч виявляється тим меншою, чим більш виражену тривогу вони відчувають. Таким чином, отримані дані свідчать про те, що узагальнене планування власного життя перебуває під сильним тиском зовнішніх чинників. Одним з таких, який до цих пір не досліджувався у контексті життєвих планів і перспектив особистості, є природний. Проживання у регіоні із загрозою виникнення небезпечних природних явищ, а також сам фон стихійних лих, які мали місце раніше у регіоні, суттєво позначаються на особливостях планування власного життя студентів – вікової групи, яка, здавалося б, є найменш схильною до негативного впливу середовища через свою спрямованість у майбутнє і віковий оптимізм.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших досліджень. За результатами емпіричного дослідження виявлено виражену суб'єктивну переоцінку ймовірності стихійних лих взагалі і відчутного землетрусу, зокрема, стосовно об'єктивних наукових прогнозів. Це доводить, що студенти сприймають навколишнє природне середовище як більш загрозове для їхньої особистої безпеки, ніж це має місце у дійсності. Чим вище усвідомленість життя в юнаків, тим більшою мірою вони схильні інтерпретувати небезпечні природні явища у позитивних термінах, тим більше вони впевнені у тому, що не змінять місце мешкання на більш безпечне. Рівень усвідомленості життя ніяк не позначається на поведінці студентів у життєбезпечній ситуації, однак, згідно з

одержаними даними, юнки більш схильні до дотримання правил безпечної поведінки, ніж юнаки.

Складний процес адаптації до умов зовнішнього середовища здійснюється на основі переднаштування функціональних систем організму відповідно до очікуваного майбутнього. Очікування природних ексцесів, отже, не може не впливати на психіку людини, не враховуватися у її життєвих планах, не впливати на них. Життєві плани людини не можуть не корегуватися залежно від тих або інших значущих зовнішніх подій, у тому числі від пережитих загрозливих явищ стихії, а також від тих подій, які антиципуються, очікуються.

Складні кліматогеофізичні умови, порушуючи баланс у системі "людина – природне середовище", висувають підвищені вимоги до її адаптаційних ресурсів і механізмів. У результаті активізуються наявні у розпорядженні особистості механізми і ресурси адаптації до природних загроз. Залежно від домінуючої в особистості тенденції (активність, самодетермінація або слідування звичним стереотипам реагування), обираються стратегії адаптації – шляхом активної зміни ситуації, активної самозміни або переключування загальної картини ситуації загрози та уявлень про себе. Ефективними слід вважати ті стратегії адаптації, які спираються на активну зміну ситуації: або через зміну її об'єктивних характеристик, або через самозміну.

Ю.В. Кузьменко, канд. психол. наук
Коммунальное высшее учебное заведение
"Винницкая академия непрерывного образования", Винница

АНАЛИЗ ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ВОЗРАСТОМ, ОБОБЩЕННЫМ ПЛАНИРОВАНИЕМ СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ СТУДЕНТА И СЛОЖНЫМИ УСЛОВИЯМИ ПРИРОДНОЙ СРЕДЫ

В статье представлены результаты эмпирического исследования анализа взаимосвязи между психологическим возрастом, обобщенным планированием собственной жизни студенческой молодежи и сложными условиями климатогеографической и геофизической среды, в которой они пребывают.

Ключевые слова: психологический возраст, собственная жизнь.

Y. Kuzmenko, PhD in Psychology
Municipal Higher Educational Establishment
"Vinnytsia Academy of Lifelong Learning", Vinnytsia

ANALYSIS OF INTERRELATION BETWEEN PSYCHOLOGICAL AGE, GENERALIZED PLANNING OF STUDENT'S PERSONAL LIFE AND DIFFICULT CONDITIONS OF ENVIRONMENT

The article presents the results of empiric study of analysis of interrelation between psychological age, generalized planning of student's personal life and difficult conditions of climatographical and geophysical environment.

Keywords: psychological age, personal life.

УДК 159.9:377.35

Т.Д. Перепелюк, канд. психол. наук, доц.
Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, Умань

ПІДВИЩЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

У статті здійснено аналіз сучасних досліджень чинників, принципів та умов стимулювання і підвищення професійної майстерності педагога. Важливими чинниками професійного зростання вчителів є: прагнення до самовдосконалення, самоосвіта, компетентність та майстерність педагога, покращення його матеріального становища, підвищення кваліфікації та іміджу, кар'єрний ріст.

Ключові слова: педагог, компетентність, професійне зростання, саморозвиток, готовність.

Постановка проблеми. Постійні зміни в професійних структурах роблять проблему професійного зростання педагога актуальною. Актуалізуються завдання становлення нової професійної компетентності кадрів освіти, формування педагога нового типу і стилю професійної діяльності.

Важливу роль у створенні творчої атмосфери в педагогічному колективі, удосконаленні професійної май-

стерності вчителів відіграє стимулювання діяльності педагогів. Професійне зростання педагогів безумовно призводить до покращення їх професійної майстерності, підвищення компетентності, кар'єрного росту, іміджу працівника, наближення до ідеалів культури, вершин професіоналізму, творчої самореалізації, покращення матеріального становища. Прагнення до самовдосконалення та самоосвіта є важливими чинниками профе-

Список використаних джерел

1. Вернадский В.И. Несколько слов о ноосфере /В.И. Вернадский/ Успехи современной биологии. – 1944. – Т.18. – Вып. 2. – С. 113–120.
2. Гумилев Л.Н. Этногенез и биосфера Земли / Л.Н. Гумилев. – М.: АСТ, 2005. – 399 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. / Б.Г. Ананьев – Л.: Изд-во ЛГУ, 1968. – С. 70–78.
4. Батраченко І.Г. Психологічні закономірності розвитку антиципації людини (філо-, соціо-, онто- та мікрогенез антиципування): автореф. дис... д-ра психол. наук /Батраченко Іван Георгійович/ Дніпропетровський держ. ун-т. – Дніпропетровськ, 1996. – 39 с.
5. Кроник А.А., Ахмеров Р.А. Каузометрия / А.А. Кроник, Р.А. Ахмеров. – М.: Смысл, 2002. – 284 с.
6. Державна служба статистики України. Населення (1990-2014 pp.). – Режим доступу –http://www.ukrstat.gov.ua/operativ/operativ2007/ds/nas_rik/nas_u/nas_rik_u.html.
7. Kronik A.A., Akhmerov R.A., Speckhard A. Trauma and Disaster as Life Disrupters. A Model of Computer-Assisted Psychotherapy Applied to Adolescent Victims of the Chernobil Disaster /A.A. Kronik, R.A. Akhmerov, A.Speckhard// Professional Psychologist: Research and Practice. – December, 1999. – V.30 (№6). – P.586–599.

Надійшла до редколегії 24.02.16