

Апробація запропонованої системи правил проводилась на семінарах-тренінгах на міжнародній конференції та школі. Результати проведення цих семінарів-тренінгів показали, що застосування запропонованої системи правил при розв'язку евристичних задач підвищило успішність їх розв'язку у 70% учасників, при цьому 75% учасників оцінили ефективність цих правил як таких, що видаються їм корисними в майбутньому при потребі розв'язку ними складних навчальних і виробничих завдань.

**Висновки та перспективи дослідження.** Отже, практичне значення отриманих результатів полягає в розробці та апробації практичних психологічних рекомендацій як правил успішного розв'язку евристичних задач. Правила ґрунтуються на виявлених особливостях впливу проявів емоційних переживань, зумовлених ставленням мислячої людини до предмета мисленнєвої діяльності, на її продуктивність. Вони призначені для використання в навчальній, виробничій, профорієнтаційній практиці. Перспективами подальшого дослідження є адаптація запропонованих правил успішного розв'язку евристичних задач в конкретних сферах суспільного виробництва.

### **Література**

1. Богоявленская Д. Б.. Психология творческих способностей : Учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии / Д. Б. Богоявленская. – М. : Academia, 2002. – 317, [1] с. : ил., табл. - (Высшее образование).
2. Брушлинский А. В. Субъект: мышление, учение, воображение. Избр. психол. труды / А. В. Брушлинский. – [3-е изд. стер.]. – М. : Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж : Издательство НПО «МОДЭК», 2008. – 408 с. – (Серия «Психологи России»).
3. Васильев И. А. Роль интеллектуальных эмоций в регуляции мыслительной деятельности / И. А. Васильев // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19, № 4. – С. 49-60.
4. Лось К. В. Особливості проявів емоційної регуляції на етапах мисленнєвої діяльності суб'єкта / К. В. Лось // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. – Т. 7, вип. 23. – С. 122–128.
5. Рубинштейн С. Л. О мышлении и путях его исследования / С. Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1958.– 146 с.
6. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн; [Послесл. К. А. Абульхановой-Славской, А. Н. Славской]; Рос. акад. наук, Ин-т психологии. – М. : Наука, 1997. – 189,[2] с., [1] л.: портр. – (ППМ. Памятники психологической мысли).

**УДК:159.923**

**Мирончак К.В.**

---

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології

### **СТРАХ СМЕРТІ ЯК РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ**

*У цій роботі висвітлено страх смерті як внутрішній ресурс особистості та показано можливість способів його використання в різних життєвих ситуаціях. Залежно від умов переживання страху смерті відбувається зміна наповнення зв'язку вираженості страху смерті і смисложиттєвих орієнтацій.*

**Ключові слова:** *страх, смерть, ресурс особистості, сенс життя, усвідомлення смерті.*

*В данной работе освещены страх смерти как внутренний ресурс личности и показана возможность способов его использования в различных жизненных ситуациях. В зависимости от условий переживания страха смерти происходит изменение наполнения связи выраженности страха смерти и смысложизненных ориентаций.*

**Ключевые слова:** *страх, смерть, ресурс личности, смысл жизни, осознание смерти.*

*In this work, the fear of death as an internal resource person and the possibility of ways to use it in different situations. Depending on the conditions of experiencing fear of death is modifying the content of communication intensity of the fear of death and life purport.*

**Key words:** *fear, death, life personality, sense of life, awareness of death.*

**Актуальність** цієї теми полягає у тому, що на сьогоднішній день ми змушені констатувати втрату контакту з фундаментальними процесами ("що є життя і що є смерть"), яка багато в чому обумовлена умовами життя, темпами і цінностями сучасного цивілізованого суспільства, що сприяють роз'єднанню людини з її життєвим ресурсом, розростанню страху смерті як страху життя та підміни його сурогатом. Тому людина не схильна помічати позитивного – природного, трансформуючого ефекту присутності знаків смерті у всіх проявах життя. Така "нефілософічність" сучасної людини породжує різновиди страху смерті: страх змін, втрат, розставань та інших явищ і процесів, що мають сенс закінчення або переходу. По суті такий страх – це страх життя, в якому "смерть" виступає механізмом, що перетворює його.

Тривога смерті переживається особистістю по-різному. З одного боку, вона може надавати руйнівного впливу, підвищуючи тривожність та депресію, почуття безпорадності і безнадійності, що може призвести до життєвої кризи. А з іншого, надати життю сенс, зробити його більш повним і змістовним. У будь-якому випадку «зіткнення зі смертю» яскраво переживається особистістю і змінює її ставлення до життя, смерті, особистісних цінностей, змінює життєві стратегії, що допомагають людині вийти із критичної ситуації.

**Постановка проблеми.** Тема смерті займає важливе місце в сучасному філософському і психологічному осмисленні людського буття. Ставлення людей до таємниці смерті – подвійне: з одного боку, хотілося б зовсім не знати і не думати про неї, з іншого боку, ми намагаємося, навпаки, вдивитися і проникнути в таємницю, щоб позбавити її відчуженості чи ворожості. Прагнення людей "освоїти" феномен смерті, зробити його чимось зрозумілим і доступним у зверненні проявилось у безлічі сказань, міфів, ритуалів (похорон, жертвопринесення і т.п.). Таким чином, смерть включається в ігрове дійство, завдяки чому вона починає бути включеною в порядок і мету життєвого світу людей і вже здаватися не такою відчуженою.

Розуміння смерті неможна прямо вивести зі знання про смерть, з фактів і досліджень, узагальнених у відповідній оглядовій літературі. Це «значення», інформація, яку всім корисно мати, але яка сама по собі не дає розуміння цього феномену. Д.О. Леонтьєв зазначає, що всі ми на рівні знання (на рівні значень) маємо уявлення про те, що собою являє феномен смерті, але це знання не дуже сильно впливає на наше життя. Щоб поняття смерті, а разом з ним життя, набуло особистісного смислу, повинно відбутися щось ще, що не може відбутися механічно, автоматично, просто через накопичення знань. Тут ми маємо справу з тією ситуацією, яку описував М. К. Мамардашвілі [4], говорячи про розрив у процесі розуміння. Справжнє розуміння – це не просто механічне перенесення знань з одного джерела в інше. Справжнє розуміння завжди є якоюсь таємницею, якимось дивом, що саме по собі суто за причинним механізмом відбутися не може. Необхідна певна активність, певний режим свідомості, що щось має відбутися у свідомості людини, щоб розуміння здійснилося. Тому розуміння смерті, яке включає в себе усвідомлення її сенсу, не виводиться з наукового знання про смерть. Смерть – це деяка таємниця, її не можна розкласти на складові і осягнути раціональними способами. Смерть індивідуальна, вона у кожного своя, і про розуміння смерті можна говорити тільки тоді, коли настає усвідомлення реальності «моєї особистої» смерті.

На думку І. Ялома, тривога смерті є важливою детермінантою людського досвіду і поведінки загалом. «Страх смерті є настільки сильним і всеосяжним, що на заперечення смерті витрачається значна частка нашої життєвої енергії. Подолання смерті – фундаментальний мотив людських переживань, починаючи від глибоко особистісних внутрішніх подій, захистів, мотивацій, снів і кошмарів аж до самих масових макросоціальних феноменів» [11].

Фрейд писав: «Життя втрачає змістовність і інтерес, коли з життєвої боротьби виключена найвища ставка, тобто саме життя» [10]. Реальність смерті, яка сприймається людиною як її персональна скінченність, будить у людині найбільш сильні з її почуттів. І багато філософів, мислителів і поетів відносяться до цього ефекту як до ресурсу для творчості. Але такий обсяг почуттів потрібно вміти трансформувати і перенаправити у бажане русло. Часто, прихильність до актуального, звичного стану така велика, що людина боїться можливості змін, що перед нею відкриваються, і, не бажаючи сепаруватися від своїх поточних ідентифікацій, звужує свідомість, ігноруючи частину належного їй багатства. І ця покинута частина, яка не включена в досвід, стає тим, що розщеплює особистість і її світ, вносить конфлікт і напруження в її особистий простір. Динаміка життя підтримується за рахунок функції смерті – відмова від актуального стану заради нового. Можна декларувати: смерть породжує життя.

*Аналіз наукових праць.* Найбільш розробленою ця тема представлена в зарубіжній психології, а саме в її прикладних аспектах психодинамічного і екзистенціального напрямків у психотерапії. У працях З. Фрейда, К.Г. Юнга, Е. Еріксона, О. Ранка, Е. Фромма, Р. Мея, В. Франкла, Г. Фейфела, І. Ялома, Ф. Перлза категорії смерті відводиться істотне місце.

Тривога смерті – важливий детермінант людського досвіду і поведінки. І не тільки можна, але й потрібно отримувати користь для особистості, усвідомлено взаємодіючи з тривогою і страхом смерті. «Коли смерть заперечується, життя звужується. Заперечення смерті на будь-якому рівні є заперечення власної природи, призводить до все більшого звуження поля свідомості і досвіду. Інтеграція ідеї смерті рятує нас: вона діє не як вирок, а швидше як стимул до переходу, що веде до більш справжнього модусу існування. Вона збільшує наше задоволення від проживання свого життя» [11].

Страх смерті є настільки сильним і всеосяжним, що на заперечення смерті витрачається значна частина нашої життєвої енергії. Подолання смерті – фундаментальний мотив людських переживань. Людина бореться з тривогою, зміщуючи її від ніщо до чогось. Саме це К'єркегор мав на увазі, коли писав, що «ніщо, що є об'єктом жаху, так чи інакше, стає все більш чимось» [2]. І це ж мав на увазі Ролло Мей, стверджуючи, що «тривога прагне стати страхом» [6]. Дуже низький рівень свідомого переживання страху смерті в ході заперечення і витіснення породжує високий ступінь її в несвідомому, що може призводити до небажаних деструктивних наслідків і внутрішніх конфліктів. Опановуючи танатичну тривогу та страх перед смертю, переводячи її на все більш свідомий рівень, особистість інтегрує їх психологічне та енергетичне навантаження у життя, трансформуючи їх негативні впливи у свій же власний життєвий ресурс.

І. Ялом розглядає роль смерті в генезі тривоги. «Інкорпорація смерті в життя збагачує життя, звільняє людей від задушливого гніту банальності, дозволяє їм жити більш осмисленим і справжнім життям. Повне усвідомлення смерті може дати поштовх кардинальним особистісним змінам» [11].

Тривога обмежує ріст і звужує межі усвідомлення, позбавляючи людину повноцінного життя. Емоційне здоров'я прямо пропорційно ступеню усвідомлення. З цього випливає, що за допомогою прояснення тривоги та страху можна розширити межі усвідомленості і дати більший простір для особистісного розвитку.

Рассел Нойс в одній із своїх статей, пише про результати своїх досліджень, в яких інтерв'ював дві сотні людей, які пережили близькість смерті (хтось із них потрапив у автомобільну катастрофу, хтось тонув, хтось зірвався при гірському сходженні і т.д.) [12]. Він зазначає, що, за свідченням ,у більшості з них (23 %), в результаті цього досвіду навіть через роки зберігається:

- гостре почуття швидкоплинності життя і його цінності;
- більший життєвий ентузіазм;
- підвищення сприйнятливості і чуйності до безпосереднього оточення;
- здатність жити і насолоджуватися цим моментом;
- більше усвідомлення життя – самого життя і живих істот;
- прагнення радіти життю, поки ще не пізно.

Багато хто говорить про "зміну пріоритетів", про те, що вони стали більш здатними відчувати співчуття, більш безпосередньо звернені до людей, ніж раніше.

Психологічне дослідження з приводу страху смерті соціолога з Флоридського університету Моніки Ардельт [8], яке показало, що страх та уникання теми смерті значно більшою мірою притаманний людям, які відчувають своє життя порожнім та безглуздим, і навпаки, особи, для яких життя вбачається сповненим сенсу, і смерть сприймають не як абсурдну, а як осмислену подію, тому тривога з її приводу виражена в них значно меншою мірою. Страх та уникання смерті також мали негативні кореляції з такою характеристикою як "мудрість", яку Моніка Ардельт визначила через аспекти адекватного емоційного та когнітивного сприйняття дійсності.

*Зв'язок з важливими завданнями.* Підсумовуючи, можна сказати, що концепція смерті грає критично важливу роль у психотерапії, оскільки вона зачіпає життєвий досвід кожного з нас. Життя і смерть взаємозалежні: фізично смерть знищує нас, але ідея смерті рятує нас. Свідомість смерті загострює відчуття життя і радикально змінює погляд на неї, вона дає нам поштовх до переходу з модусу існування, заснованого на відволіканні, заспокоєнні і дрібних тривогах, у більш справжнє, істинне проживання свого життя.

Екзистенціалістська позиція налаштовує на пошук якраз такого позитивного сенсу, на подолання розриву і протиставлення смерті і життя, на погляд життя на боці життя, але з визнанням і примиренням з реальністю своєї смерті. Психологи-екзистенціалісти розглядають смерть як шанс, що випав людині для зміни та розвитку.

Нами було проведене дослідження, *метою* якого було показати можливість існування особливості змістовної наповненості страху смерті як ресурсу особистості залежно від умов його переживання. Робочим положенням дослідження виступило припущення про те, що залежно від умов переживання страху смерті змінюється змістовне наповнення зв'язку вираженості страху смерті і смисложиттєвих орієнтацій.

Умовами виникнення і переживання страху смерті виступили:

- 1) умови незалежні від людини – ситуація тяжкої хвороби;
- 2) умови, коли людина сама провокує страх смерті – екстремальні види спорту;
- 3) специфічні умови – самопізнання, самозаглиблення.

Емпірична вибірка була представлена трьома групами (загальна кількість досліджуваних становила: 76 чоловік; з них: 37 чоловіків та 39 жінок віком від 18 до 69 р.):

- 1) тяжкохворі (27 чол.);

До групи тяжкохворих увійшли: онкохворі, люди з пересадкою органів, люди, що перенесли або чекають операції, хворі на цукровий діабет.

- 2) представники екстремальних видів спорту (28 чол.);

До групи екстремалів увійшли: парашутисти, альпіністи, байкери, гонщики, боротьба, драйвери.

- 3) люди, які займаються саморозвитком (21 чол.).

До групи увійшли: люди, що займаються йогою та різноманітними дихальними практиками та люди, що практикують вчення «дзен».

Дослідження проводилося у декілька етапів. Першим етапом був збір емпіричних даних у категорії «тяжкохворих» на базі Національного інституту хірургії та трансплантології ім. О.О.Шалімова, у категорії «екстремали» на базі різноманітних спортивних клубів, у категорії «орієнтовані на саморозвиток» на базі Української Федерації Йоги та духовних шкіл з езотеричним спрямуванням.

Методичним інструментарієм виступили 2 групи методів, перша з яких була спрямована на визначення рівня танатичної тривожності (шкала смертельної тривожності Дональда Темплера, диференціал для вимірювання рівня вираженості страху смерті) та методи, спрямовані на дослідження смисложиттєвої структури особистості (тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д.А. Леонтєва та методика дослідження системи життєвих смислів Котлякова В.Ю.). Також нами була розроблена анкета-опитувальник для визначення особливостей ставлення до смерті (емоційна складова, когнітивна та поведінкова).

Основними задачами, які ставилися у дослідженні, були:

1. аналіз страху смерті як психологічного феномену (теоретичний аналіз проблеми та підходи до його вивчення);
2. визначення зв'язку страху смерті та смисложиттєвих орієнтацій;
3. побудова моделі прояву страху смерті як способу використання життєвого ресурсу особистості;
4. обґрунтування психологічних задач для корекції розуміння страху смерті як ресурсу особистості.

Другим етапом дослідження стала обробка зібраного матеріалу з допомогою використання математико-статистичних методів – описові статистики, кореляційний аналіз, дискримінаційний аналіз.

**Висновки.** Проведений аналіз показав таке:

1. Феномен страху смерті можна використовувати в контексті його ресурсу для життя людини, а саме він сприяє усвідомленню життєвих стратегій і пріоритетів. По-перше, страх смерті вважається невід'ємною частиною людського існування, існуючи паралельно з життям людини. Смерть – це екзистенційний феномен властивий людині за фактом того, що вона людина. По-друге, особливо яскраво це представлено в працях психологів-екзистенціалістів, смерть вважається чинником розвитку особистості, а відповідно страх смерті – ресурсом особистості.

2. Дуже низький рівень свідомого переживання страху смерті в ході заперечення і витіснення породжує високий ступінь її в несвідомому, що може призводити до небажаних деструктивних наслідків і внутрішніх конфліктів. Опанування танатичної тривоги та страху смерті, переводячи її на все більш свідомий рівень, особистість інтегрує їх психологічне та енергетичне навантаження у життя, трансформуючи їх негативні впливи у свій же власний життєвий ресурс.

При низькому рівні танатичної тривожності відмічалися високі, значимі кореляції з задоволеністю своїм власним життям, з рівнем осмисленістю власного життя, з емоційною насиченістю життя, що визначає задоволеність своїм життям в сьогоденні, сприйняття процесу свого життя як цікавого, емоційно насиченого і наповненого змістом. В ціннісно-смысловій сфері особистості з низьким рівнем танатичної тривожності домінантними смислами виявилися смисли самореалізації (щоб вдосконалюватися; щоб відбутися самому; щоб реалізувати всі свої можливості), когнітивні смисли (щоб зрозуміти себе самого; щоб пізнати Бога; щоб зрозуміти життя) та екзистенціальні смисли (щоб бути вільним; щоб жити; щоб любити). Для людей з високим рівнем танатичної тривожності характерні протилежні показники за вищезазначеними характеристиками.

У процесі аналізу отриманих даних вимальовувався чіткий профіль особистості з низьким рівнем танатичної тривожності та зі збереженням життєвого ресурсу:

- характерна цілеспрямованість, наявність в житті цілей в майбутньому, які надають життю осмисленість, спрямованість та часову перспективу;
- задоволеність своїм життям в сьогоденні, сприйняття процесу свого життя як цікавого, емоційно насиченого і наповненого змістом, що полягає в тому, щоб жити;
- задоволеність самореалізацією, задоволеність прожитої частини життя, відчуття продуктивності і осмисленості тієї частини, яку прожили.
- "Локус контролю - Я (Я - господар життя) характеризує уявлення про себе як про сильну особистість, яка має достатню свободу вибору, щоб побудувати своє життя відповідно до своїх цілей і уявлень про його сенс, контролювати події власного життя (Я-концепція); переконаність у тому, що людині дано право контролювати своє життя, вільно приймати рішення і втілювати їх у життя, переконаність в тому, що життя людини підвладне свідомому контролю.

3. У результаті отриманих даних у ході дослідження, виділилося три основні форми прояву страху смерті як способу використання життєвого ресурсу.

- 1) *Страх смерті, що поглинає ресурс.* Цей спосіб використання життєвого ресурсу характерний для категорії людей, які перебувають у ситуації тяжкої

хвороби. Когнітивний аспект прояву страху смерті в цій категорії представлений через поняття невідомості, страху, болю. Емоційний аспект – через переживання емоції суму, горя та страху. Поведінковий аспект проявляється через дві форми поведінки – це боротьба зі страхом та уникнення.

2) *Страх смерті як ресурс для росту та розвитку життєвого шляху.* Цей спосіб використання життєвого ресурсу характерний для людей, які орієнтовані на саморозвиток. Тут страх смерті виступає як самоактуалізуюча детермінанта людського досвіду, яка свідомо і цілеспрямовано використовується для розбудови свого життєвого шляху та пошуку сенсів. Трансформуючий вплив цього типу страху смерті як способу використання життєвого ресурсу має широкий спектр дії і поширюється на всі області життєдіяльності особистості. Когнітивний аспект прояву страху смерті представлений у поняттях дороги, пошуку, переходу в інший вимір. Емоційний аспект – переживання емоцій суму та цікавості. Поведінковий аспект проявляється у формі прийняття своєї скінченності – через медитацію.

3) *Страх смерті як виклик, драйв, азарт.* Цей спосіб використання життєвого ресурсу характерний, здебільшого, для людей, які займаються екстремальними видами спорту. Однак, особливість цього способу використання ресурсу полягає в тому, що його трансформуючий вплив має лише локальний характер дії на конкретно задану ситуацію. Когнітивний аспект прояву страху смерті представлений у поняттях скінченності, неминучості. Емоційний аспект – переживання емоцій суму, цікавості, розгубленості та байдужості. Поведінковий аспект проявляється у формі боротьби зі страхом.

4. Ставлення людини до смерті як психологічний феномен володіє величезною зоною впливу на все її життя. Розуміння страху смерті та корекція його негативних впливів може бути вагомим ресурсом для оновлення та привнесення у смислову структуру особистості нового подиху та стати фундаментальним ресурсом для якісної розбудови своєї подальшої життєвої лінії.

Для розробки корекційних програм розуміння страху смерті як ресурсу особистості можна використовувати принцип різних модальностей: поведінка, емоції, розум. Залежно від місця локалізації витоку життєвого ресурсу можна розробити корекційні програми розуміння страху смерті в таких напрямках:

- емоційно-образна терапія (робота з афективною сферою особистості, способи регулювання емоційних станів і т.д.);
- біхевіорально-когнітивна терапія: (робота з побудовою стратегій, стилю життя, зміна ставлення до смерті, корекція когнітивних матриць і т.д.);
- робота з віковими особливостями розуміння та переживання страху смерті;
- розробка методів роботи з термінальними хворими, а також з літніми людьми, психологічне супроводження і приготування до смерті і т.д.

**Перспективи.** Проведене дослідження має ряд перспектив для розробки цієї проблематики в майбутньому. Історії людей, у яких після конфронтації зі смертю відбулися значні особистісні зміни, несуть недвозначне і важливе повідомлення для психотерапії. Справа за техніками, які б дозволили психотерапевтам використовувати цей терапевтичний ресурс для всіх пацієнтів, незалежно від їхніх життєвих колізій або настання смертельної хвороби.

### **Література**

1. Белоусов С. Психология страха смерти. – СПб., 1993.
2. Куттер П. Современный психоанализ//Введение в психологию бессознательных процессов - Б.С.К.- Санкт-Петербург - 1997.
3. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М.: Смысл, 1999.
4. Мамардашвили М.К. Необходимость себя. М.: Лабиринт, 1996.
5. Моуди Р. Жизнь после смерти // Жизнь земная и последующая / Сост. П.С. Гуревич, С.Я. Левит. - М.: Политиздат, 1991.
6. Мэй Р. Смысл тревоги - Издательство: Независимая фирма - Класс- 2001.

7. Ошо. Смерть – величайший обман. - К., 2002.
8. Роменец В.А. Жизнь и смерть. Постигание разумом и верой. – Київ: Либідь, 2003.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник: Пер. с англ. и нем./ Общ. ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. М., 1990.
10. Фрейд З. Мы и смерть // Фрейд З. Мы и смерть. По ту сторону принципа наслаждения: пер. с нем. / Зигмунд Фрейд; пер. А. Гуревич – СПб. Восточно-Европейский Институт Психоанализа - 1994.
11. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия - М. – Класс - 1999.
12. Noyes R.Jr. The Experience of Dying// Psychiatry, Vol. 35, May 1972.

УДК 159.316.662

**Невідома Я.Г.**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, асистент

### ОПТИМІЗАЦІЯ ГРУПОВОГО СТАТУСУ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГУ

*Стаття розкриває результати проведеного дослідження. Висвітлено взаємозв'язки групового статусу з соціальними здібностями особистості. Викладено основний підхід до створення тренінгової програми, спрямованої на розвиток соціальних здібностей і впливу на соціометричний статус.*

**Ключові слова:** *груповий статус, соціальні здібності, тренінгова програма.*

*Статья раскрывает результаты проведенного исследования. Освещены взаимосвязи группового статуса с социальными способностями личности. Изложен основной подход к созданию тренинговой программы, направленной на развитие социальных способностей и влияния на социометрический.*

**Ключевые слова:** *групповой статус, социальные способности, тренинговая программа*

*The article says about the results of the empirical research. There are lightening relationships of social-psychological status of individuals and social skills. The basic approach to creating a training program aimed at developing social skills and influence on sociometric status.*

**Key words:** *status in the group, social skills, training program.*

**Актуальність.** Взаємодія людини і групи має велике значення у будь-який період онтогенетичного розвитку людини, але особливо актуалізується під впливом вторинної соціалізації, зокрема зі вступом індивіда на новий виток розвитку своєї особистості, власної самостійності та шляху професійного становлення. У групі людина зустрічається з необхідністю встановлювати міжособистісні стосунки з іншими членами своєї групи, проявляти свої риси та якості, реалізовувати потенціал своїх здібностей, вміння адаптуватися до змін чи протистояти їм. Все це неодмінно призводить до «вибудовування» унікальної структури кожної групи з її внутрішньою ієрархією, взаємозв'язками, впливовістю одних членів групи та готовністю підкорятися зі сторони інших. Тому особливу увагу привертає питання детермінант групового (соціально-психологічного) статусу індивіда у студентській групі та його зв'язок з індивідуально-психологічними характеристиками особистості.

**Метою** статті є висвітлення тренінгової програми з розвитку соціальних здібностей, яка опосередковано обумовлює формування та зміну соціометричного статусу індивіда у групі.

Проблема взаємостосунків у групах, формування статусного положення в групі розроблялася в роботах О.М.Дубовської, І.В.Дубровіної, Я.Л.Коломінського, Р.Л.Кричевського, Д.І.Фельдштейна та ін. вчених. Особлива роль соціального статусу в