

рефлексивну позицію вчителя як необхідний момент і символ зрілості педагогічної практики приводять до висновку про необхідність заміни узвичаєного інформаційного підходу при підвищенні кваліфікації наставника на новий проблемно-методологічний підхід, що розвиває визначену методологію розв'язування типових педагогічних питань учителем.

Як стверджує І.Д. Бех, «важливою стороною професійної практики сучасного вчителя виступає поглиблене самовдосконалення, співвіднесення своїх особистісних особливостей з домаганнями гуманістичної орієнтації у педагогічній взаємодії [5, с.85].

Останнім часом розглядаються методи активного соціально-психологічного навчання, які стають все більш популярними в системі підготовки та перепідготовки вчителів.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Тенденції сучасного розвитку освіти підвищують потребу компетентності педагога, передбачаючи високий рівень його соціально-психологічної підготовки. Як бачимо, в опрацьованих нами наукових джерелах з цієї проблеми відсутні дані, у яких були б визначена структура психологічної готовності вчителя до регуляції взаємовідносин між старшокласниками, що може слугувати мотивом до подальших наукових розвідок з даної проблематики.

#### Список використаних джерел:

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович // Избранные психологические труды. Под ред. Д.И. Фельдштейна. - М.: Междунар. пед. акад., 1995. - 212с.
2. Бочелюк В.Й. Формування психологічної готовності вчителів до особистісно-орієнтованого навчання. Навчально - методичний посібник для шкільних психологів та викладачів ВНЗ / В.Й. Бочелюк, Л.В. Долинська. - К., 1999. - 51 с.
3. Вачков И.В., Окна в мир тренинга. Методологические основы субъектного подхода к групповой работе: Учебное пособие / И.В. Вачков, Дерябо С.Д. - СПб., - 2004. - 272 с.
4. Митина Л.М. Учитель как личность и профессионал / Л.М. Митина. - М., 1994.
5. Толочек В.А. Стили профессиональной деятельности в условиях взаимодействия субъектов // Психологический журнал. - 2000. - Т.21. - №3. - С.96 - 103.

***Резюме.** В статье автора рассматриваются современные научные вопросы формирования межличностных отношений между учениками с позиции влияния на них школы, делается попытка анализа психолого-педагогической и социальной важности проблемы формирования умений учителя влиять на суть общения, налаживать взаимоотношения старшеклассников и ее недостаточная разработанность. Авторы исследуют личность учителя как важного регулятора ученических отношений и возможностей формирования необходимых умений и навыков в процессе подготовки к профессиональной деятельности.*

***Ключевые слова:** личность, педагогическое общение, компетентность, профессиональные качества.*

***Summary.** In view of current research on the formation of interpersonal relationships between pupils from positions of influence in their school, activated psychological and pedagogical and social problems of importance formation of teacher skills affect the essence of communication, build relationships and its lack of seniors is developed. In the article the teacher identity as an important regulator of student relations and possibilities of forming the necessary skills and abilities in preparation psychologist as a profession.*

***Key-words:** personality, pedagogical communication, competence, professional quality.*

УДК 159.922.63:[159.97:616 – 036.88]

М.В. БУРДОВА, В.М. ЯМНИЦЬКИЙ

#### ПРОБЛЕМА СТРАХУ СМЕРТІ У ПОХИЛОМУ ВІЦІ

***Резюме.** У статті розкрито теоретичні засади дослідження проблеми страху смерті людей похилого віку. Зазначено, що смерть, з точки зору психології, - це припинення відчуттів та роботи психіки в цілому, шлях у невідоме. Страх смерті - розуміння того, що ми виростемо, розквітнемо і неминуче зів'янемо і помremo, - одвічний супутник нашого життя.*

***Ключові слова:** геронтологія, старіння, похилий вік, емоційна криза, страх смерті.*

**Постановка проблеми.** У ХХ столітті вперше відзначено тенденцію до старіння населення планети, яка у ХХІ столітті стає дедалі поширенішою. Збільшення тривалості життя людини потребує вирішення багатьох питань і сприяє актуалізації геронто-психологічних проблем. Старість в онтогенезі людини виступає як механізм, який пов'язує життя і смерть. Усвідомлення того, що життя безмежне, особливо чітко й остаточно з'ясовується людиною саме у період похилого віку. Страх смерті проявляється переважно у вигляді так званих негативних емоцій – переживання власне страху, печалі, страждання, вини, що неодмінно впливає на психоемоційний стан людини похилого віку [1].

**Мета статті** - вивчення феноменології проблеми страху смерті у геронтологічних клієнтів з метою надання ефективної психологічної допомоги.

**Виклад основного матеріалу.** Методологічною основою вивчення проблеми дослідження стали праці

видатних науковців. Так, Е. Фром стверджував, що позбутися страху смерті – все одно, що позбутися власного розуму [6]. Г.Крайг визначила динаміку думок людини про смерть упродовж онтогенезу. Е.Кюблер-Рос виокремила типові стадії пристосування людини до помирання. З.Фрейд визначив сутність інстинкту смерті та потягу до смерті. К.Юнг розглядав проблему біологічного старіння і наближення до смерті як домінуючу силу у другій половині життя. Люстінгер Жан-Марі виділив чинники, що свідчать про ставлення до смерті. Л. Уотсон визначив стадії зміни ставлення людини до власної смерті. М. Ермолаєва стверджувала, що страх смерті відчувають люди, які не прийняли старість як закономірний етап життя. Д. Бромлей виділила типи пристосування до старості [4].

Для періоду пізньої дорослості характерні специфічні зміни в емоційній сфері людини: схильність до безпричинного смутку, сльозливості. У більшості літніх людей з'являється тенденція до ексцентричності, зменшенню чуйності, зануренню в себе і зниження здатності справлятися зі складними ситуаціями. Ослаблення емоційної сфери позбавляє нових вражень барвистості і яскравості, звідси - прив'язаність літніх людей до минулого, влада спогадів. Найважчим завданням цього періоду можна назвати здійснення внутрішньої роботи в системі життя-смерть. Старіння виступає зв'язуючим механізмом життя і смерті, літня людина відчуває присутність близької смерті, і переживання цієї присутності носить глибоко особистий характер, вносить свій вклад у відчуття самотності старих людей.

У пізній дорослості підвищується рівень страхів, це пов'язано з тим, що з одного боку, вони накопичуються протягом життя, з іншого - загрозу представляє наближення кінця. Проблема страху смерті досить важка для обговорення. Індивідуальні відмінності стосовно смерті обумовлені їх життєвими цінностями, адаптованістю до життя, станом здоров'я. Смерті бояться люди, що не прийняли старість, як неминучий етап життя, неадаптовані до неї [1].

Основні причини появи страхів у похилому віці:

1) Втрата близьких людей. Розлука з рідними по причині їх смерті, переїзду, вступу в шлюб завжди дуже болісно сприймається людьми похилого віку. Відчуття своєї самотності, непотрібності і марності для близьких провокують появу багатьох психологічних порушень: депресії, панічних атак, страхів, фобій, неврозів і т.д.

2) Завершення професійної діяльності. Вихід на пенсію більшість людей у даному віці розцінюють як показник своєї фізичної слабкості, професійної непридатності. Саме тому багато старших жінок і чоловіків прагнуть довгий час «залишатися в строю», щоб «формально» відстрочити час своєї старості. Професійна зайнятість, затребуваність людини в деяких випадках, дійсно, є заходом профілактики психологічних розладів.

3) Порушення фізичного і психологічного здоров'я. Поява страхів і фобій іноді може бути спровоковано фізичними або психологічними захворюваннями (стреси, соматичні хвороби).

4) Соціальна ізоляція. Самотність, ізоляція від зовнішнього світу, відсутність поруч уважного співрозмовника, людини, з якою можна просто поговорити, поділитися своїми проблемами можуть стати чинниками появи різних фобій. Таким чином, причини підвищеної тривожності, хворобливого неспокою літніх людей різні [2].

Коли людина молода, здорова і знаходиться в працездатному віці, думки про майбутню смерть її майже не відвідують. Але ось підходить пенсійний вік, і ці думки починають турбувати. Спочатку це неприйняття того, що ти повинен зникнути, розчинитися в вічності. Свідомість не може з цим змиритись, хоча всі ми розуміємо що це закон пророди і ніщо не може його змінити. Ерік Еріксон описав вісім стадій розвитку особистості. Кожну з них людина проходить з тією чи іншою часткою успішності, але для максимального успіху на наступній - попередні повинні бути "освоєні" з позитивної сторони. Кожному віку, в тому числі середньому і літньому, притаманні свої емоційні кризи (це так звані специфічні конфлікти стадій розвитку). Тема "пенсійного" (умовно, звичайно) віку з його страхом смерті - це остання, восьма стадія. При проходженні якої особистість набуває або стану цілісності, або - безнадійності. Слід зауважити, що коли безнадійність захоплює людину, то це означає, що він не пройшов, як йому слід було, всі стадії успішно. І йому доведеться потихеньку пройти їх заново, для, хоча б внутрішньої, коригування [3].

Дослідження свідчать про багатовимірність уявлень про смерть. Так, страх самої смерті слід відокремлювати від страхів, які стосуються процесу вмирання, тж як і страхи, пов'язані з власною смертю, від страхів, пов'язаних зі смертю значущих інших. Люди можуть усвідомлювати або не усвідомлювати власні страхи перед смертю або умиранням, і відсутність вираженого страху смерті може просто відбивати успішне заперечення смерті, - в такому випадку ці страхи можуть виявитися на несвідомому рівні. Людина, що боїться смерті, може мати погане самопочуття, поганий сон і апетит, проблеми при виконанні повсякденних обов'язків або проявляти підвищену турботу про благополуччя інших.

Страх смерті, як і будь-яка інша емоція вплетена у живу тканину світовідчуття у кожного в процесі соціалізації і, під впливом індивідуальних уроджених особливостей складаються відповідні способи емоційного ставлення до світу, стійкі риси такого ставлення й виражають світовідчуття людини. Через це світовідчуття визначають як чуттєво-емоційне переживання людиною свого буття у світі. Таким чином, воно також пов'язане з віддзеркаленням і творенням у свідомості минулого й майбутнього, на основі яких у людини виробляється ставлення до свого сьогоденного або сучасного стану в суспільстві. Ці почуття та емоції можна поділити на дві групи позитивні як наслідок розуміння свого становища в суспільстві, сприйняття світу в цілому, негативні, які ведуть до тенденції заперечення цього світу в цілому або яких-небудь його явищ. В обох випадках людина нібито дає чуттєво-емоційну оцінку свого місця й ролі в суспільстві та світові, протилежному її внутрішньому світу [5].

Страх може відігравати і важливу позитивну роль, оскільки створювана ним напруженість іноді є стимулом до творчої активності, розвиває почуття відповідальності, сприяє самозаглибленню особистості. Окрім

того, у будь-якому сучасному суспільстві страх виступає одним із засобів, що забезпечує функціонування системи соціального контролю. Однак перебільшений страх веде до розчарування і появи почуття власного безсилля [1].

Слід зауважити, що "страх смерті" — неоднорідне явище, і це дає підставу виділити чотири різновиди страху. Перший різновид — страх перед "просто смертю", перед зникненням людини як індивіда, перед болем — провісником смерті і т. ін. Таке почуття страху може поєднуватися з думками, спрямованими на пошук шляху рятування від небезпеки. Це почуття може вилитися як в активну, так і в пасивну поведінку або взагалі зовнішньо ніяк не проявлятися. З початком дії небезпечних чинників відчуття страху може трансформуватися в інші емоційні переживання: радість протиборства з носієм загрози, веселість, гнів або лють, сміх.

Другий різновид "страху смерті" — це феномен, який задіяний виключенням особини зі стада, зграї. У людській свідомості він віддзеркалюється дуже непримисним уявленням про втрату соціального статусу. Таким чином, страх набирає редукованої форми, тобто без будь-якого усвідомлення загрози безпосередньої смерті, а лише як дискомфортні переживання де соціалізації, що можуть виникнути (почуття ганьби, неуспішності, неповноцінності, непотрібності тощо). Інколи дискомфорт, спричинений сильними переживаннями, спонукає людину до самогубства.

До третього різновиду належать явища, які умовніше належать до "страху смерті". Це скоріше опосередковане віддзеркалення у свідомості людини, не усвідомлюване нею ані як страх, ані як тривога, не асоційоване з поняттям "смерть". Це різної інтенсивності дискомфортні відчуття, аж до відчуття "смертельної нудьги", яка "гірша від самої смерті", тому що може бути одним із провісників потягу до самогубства. Такий стан дуже складно висловити. Він, і то тільки приблизно, передається виразом: на душі нудно, моторошно, гидко і т. ін.

Четвертий різновид "страху смерті" — це відчуття, зумовлене "страхом" за збереження популяції (і окремих його членів), до якої належить особина, яка підтримує збереженість її членів. Зникнення більшості з популяції деяких видів тварин позбавляють особин, які залишилися, здатності успішно боротися за своє існування. Очевидно, цей тваринний "страх" став основою страху за дітей, батьків, рідних та знайомих. Водночас, саме цей інстинкт страху за інших людей породжує власну безстрашність.

Отже, тільки перший різновид страху безпосередньо пов'язаний з усвідомленням людиною своєї скінченності як біологічної істоти, загибель якої неминуче веде за собою й зникнення особистості. В основі трьох інших різновидів укорінені глибокі соціальні чинники, які заважають задоволенню багатьох важливих потреб людини і призводять до стану фрустрації [4].

Літні люди, як правило, не повідомляють про страх перед самою смертю. Набагато сильніше вони бояться процесу вмирання - вмирання хворобливого, вмирання на самоті або втрати контролю над подіями повсякденного життя або тілесними функціями. Страх смерті, може маскуватися іншими страхами, оскільки людина, знає, що неминуче помре. І психіка ховає найголовніший страх, людини. Приміром, страх старості, часто замаскований під страх смерті.

Часто, почуття страху - це похідна невідомості: коли ми чогось не знаємо або не можемо, хоча б частково передбачити, ми боїмося. Незнання і невизначеність нас сильно лякають. Ми не знаємо, що там, за гранню і це лякає багатьох.

Багато людей прагнуть все контролювати, як і все дізнатися. Ті, хто побоюється втрати контролю, можуть спробувати піти з життя через суворі, а іноді і шкідливі здоров'ю ритуали. Протягом часу, люди з цим типом *Thanatophobia* можуть піддаватися небезпеці роздобути обсессивно-компульсивний розлад, іпохондрію і навіть маревні думки.

Деякі люди з начебто очевидним страхом смерті, насправді не бояться саме її. Замість цього, вони бояться обставин, які часто оточують акт смерті. Вони можуть боятися сильного болю, виснажливої хвороби, утруднити родичів, своєї неміччю або навіть пов'язаної зі смертю втратою гідності [5].

Таким чином, страх смерті зумовлюють різні соціальні чинники, які заважають зрозуміти й реаналізувати справжній сенс життя і позбавляють людину надії отримати статус соціального довголіття.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Теоретичний аналіз досліджень з проблеми дав можливість визначити поняття страху смерті та встановити, що у період геронтогенезу відбувається осмислення поняття смерті та формування чіткого ставлення до неї. В подальшому планується розробка корекційної програми та методів, спрямованих на психологічну допомогу людям похилого віку, щодо проявів наявного страху смерті та профілактики неврозів через опосередкований вплив на емоційно-вольову сферу особистості.

#### Список використаних джерел:

1. Абрамова Г.С. Вікова психологія. / Г. С. Абрамова. – Єкатеринбург: Вид. Ділова книга, 1999. – 300 с.
2. Вульф Л. С. Одиночество пожилых людей / Л. С. Вульф // Социальное обеспечение. – 1998. – № 5. – с. 49–59.
3. Грановская Р. М. Психологическая защита / Р. М. Грановская. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 476 с.
4. Коваленко-Кобьялянская И. Г. Смерть в контексте геронтопсихологии / И. Г. Коваленко-Кобьялянская // Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України / за ред. академіка С. Д. Максименка. – К. : Міленіум, 2006. – Вип. 29. – С. 173–181.
5. Риман Ф. Основные формы страха / Ф. Риман ; пер. с нем. Э. Л. Гушанского. – М. : Алетея, 1998. – 336 с.
6. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности / Э. Фромм. – М., 1994. – 235 с.

**Резюме.** В даній статті розкриті теоретичні основи дослідження проблеми страху смерті в період пізньої дорослості. Указано, що смерть, з точки зору психології, - це припинення відчуттів і роботи психіки в цілому, шлях до несвідомого. Страх смерті - розуміння того, що ми виростаємо, розцвітаємо і неминуче увядаємо і умираємо, - це вічний супутник нашої життя.

**Ключові слова:** геронтологія, старіння, похилого віку, емоційний кризис, страх смерті.

**Summary.** In this paper, the study of theoretical foundations of the research problems of fear of death in the elderly. Indicated that death from the point of view of psychology - is the cessation of sensations and the work of the psyche as a whole, the path to the unconscious. Fear of death - this is the understanding that we grow, blossom and inevitably wither and die - is the eternal companion of our lives.

**Key words:** gerontology, aging, old age, emotional crisis, the fear of death.

УДК 159.92:316.48

В.Б. БУЧКО

## ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА У РОЗВ'ЯЗУВАННІ КОНФЛІКТІВ ШЛЯХОМ ПЕРЕГОВОРІВ

**Резюме.** Стаття присвячена висвітленню ролі психолога у наданні допомоги для розв'язування конфліктів шляхом переговорів та розкриттю переваг самих переговорів як конструктивного та альтернативного способу вирішення різного роду протистоянь учасниками конфліктної взаємодії. Автор наводить емпіричні та теоретичні дані на підтвердження сильних сторін процедури переговорів та пропонує офіційно запровадити таку процедуру у процесуальному праві України для створення можливості надавати психологічну допомогу у веденні переговорів під час судових проваджень.

**Ключові слова:** переговори, конфлікт, психологічна допомога, альтернативні способи розв'язування конфліктів.

**Постановка проблеми.** Процес переговорів - це альтернативна форма розв'язування конфліктів самими учасниками конфліктної взаємодії, в результаті чого сторони мають можливість знайти такий варіант вирішення конфлікту, який задовольняв би їхні спільні інтереси та потреби. За умов посередництва вигравш перебиває витрати, зближує учасників, покращує відносини (взаємну довіру) між ними та, в кінцевому результаті, призводить до позитивних змін для всіх залучених сторін. Відтак, посередництво можна вважати конструктивною формою розв'язування конфліктів, хоча не завжди учасники конфліктної взаємодії до цього готові. Власне, роль психолога полягає у допомозі учасникам стати на шлях переговорів та їх ефективно провести. При цьому така діяльність психолога під час допомоги у переговорному процесі не зводиться до посередництва (медіації), оскільки це уже буде окрема форма вирішення конфліктів - медіація (що не є предметом дослідження у даній статті). Аналіз наукової літератури щодо використання переговорів як альтернативної форми розв'язування конфліктів дає підстави стверджувати про ефективне сприйняття учасниками конфліктної взаємодії кваліфікованої допомоги психолога і, як правило, така допомога схиляє сторін до співпраці чи компромісу на відміну від уникнення, пристосування чи протистояння. Поради психолога як нейтральної сторони, на відміну від пропозицій самих сторін, викликають більше довіри, перш за все, через його статус (роль) та досвід. Однак, переговори можливі тільки тоді, коли обидві сторони добровільно погодилися на їх проведення.

Проблемними моментами на шляху психологічної допомоги у посередництві є недостатня практика (непопулярність) використання посередництва як альтернативного способу розв'язування конфліктів, відсутність достатньої кількості кваліфікованих для цієї ніші психологів, окремі теоретичні та емпіричні прогалини у дослідженні даної тематики.

**Мета статті:** теоретично та емпірично висвітлити доцільність залучення психолога для надання кваліфікованої допомоги при розв'язуванні конфліктів шляхом посередництва.

**Результати емпіричного та теоретичного дослідження.** Для встановлення ефективності ролі психолога у допомозі вирішувати конфлікти шляхом переговорів проведено експеримент. До участі в контрольному етапі залучено 100 студентів. Загальний вік учасників експерименту становив від 18 до 23 років, серед них 56 осіб жіночої та 44 - чоловічої статі.

Методика навчального експерименту була спрямована на те, щоб детальніше дослідити та зробити спробу відкоригувати навички раціональної поведінки сторін в конфлікті, рівень оцінки агресивності у відносинах, вираження установок на результат діяльності, а також вираження та підсилення стратегії на співпрацю та компроміс на відміну від суперництва, уникнення та пристосування. Для цього були підібрані відповідні теоретичні та практичні заняття, інтерактивні міні-лекції, мозкові штурми; інтерактивні бесіди, проведено модельовані процеси переговорів. Окрім того, психолог експериментальну групу навчав адекватно реагувати на негативні емоції, керувати ними, підвищувати їх емоційний інтелект, посилювати установку на результат діяльності, сприяти сильнішому вираженню стратегії компромісу та співпраці.

Розподіл на контрольну та експериментальну групи проводився пропорційно по 50 чол. із врахуванням віку та статі студента. Ефективність методики навчаючого впливу та наявність або відсутність статистично значимих змін перевірено методом "тест-ретест". Для встановлення статистично значимих кореляцій