

негайному здійсненню). Дана особливість розглядалася С. Л. Рубінштейном і Б. М. Тепловим як найважливіша розпізнавальна ознака теоретичного й практичного мислення в їхньому відношенні до практики [3, с.28].

Ґрунтуючись на наукових поглядах С.Л. Рубінштейна і Б.М. Теплова, більшість учених-психологів (Г.Г. Валіулліна, Л.Р. Джелілова, Д.М. Завалишина, О.В. Конев, Ю.К. Корнілов, Г.С. Костюк, І.Д. Пасічник, О.В. Ягупов та ін.) визначає професійне мислення як практичне за своєю природою. Воно, залежно від рівня існування проблемності як суб'єктивної реальності, визначається двома рівнями функціонування: 1) ситуативний рівень – пов'язаний з виявленням фахівцем причин виникнення суперечності та способів її усунення, подолання. Зміни, що відбуваються в суб'єкті у процесі вирішення проблемної ситуації, переважно пов'язані з реконструкцією способів здійснення професійної діяльності. Цей рівень визначається ситуаційною мотивацією особистості й зумовлений впливом певних умов професійної діяльності; 2) понадситуативний рівень – визначається усвідомленістю фахівцем необхідності зміни та вдосконалення певних особливостей власної особистості, що виявляється в пошуку засобів цілеспрямованого формування власних професійно значущих та особистісних якостей. Успішність професійного мислення фахівця залежить від множини ситуаційних, зовнішніх чинників, які визначають характер вирішуваних професійних проблем, та особистісних, внутрішніх чинників, що зумовлюють особливості інтелектуальної сфери особистості, її індивідуально-психологічні властивості [3, с. 36].

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Теоретичний аналіз та узагальнення наукових підходів до розуміння сутності професійного мислення психолога дали підстави стверджувати, що воно є системоутворювальним компонентом фахової компетентності; має змістовну та процесуальну форми, залежить від множини ситуаційних, зовнішніх чинників, які визначають специфіку вирішуваних професійних проблем, й особистісних, внутрішніх детермінант, що характеризують особливості інтелектуальної сфери фахівця, його індивідуально-психологічні властивості. За своїм змістом професійне мислення психолога складається з таких базових компонентів, як ціннісно-мотиваційний, понятійно-змістовий, операційний та рефлексивний, що відображають внутрішню психологічну будову мисленнєвої діяльності фахівця, як і будь-якої предметної діяльності.

Розвиток професійного мислення психолога відбувається на всіх етапах, проте сенситивним періодом, що забезпечує його ефективність, є етап професійної підготовки фахівця у вищому навчальному закладі.

Отже, розвиток мислительних особливостей лежить в основі підготовки продуктивного фахівця. Який йде від зовнішніх форм логічного мислення до внутрішніх форм мислительної діяльності, що передбачає перехід до вищих рівнів розуміння предмету професійного пізнання. Тому, складність, невизначеність феномена мислення людини, неоднозначність наукових трактувань його механізмів, наявність різних наукових позицій щодо розуміння сутності професійного мислення фахівця взагалі та психолога зокрема зумовили необхідність аналізу методологічних основ вивчення та розвитку професійного мислення, що дало змогу наповнити його концептуальний простір.

#### Список використаних джерел:

1. Андронов В.П. Психологічні основи формування професійного мислення лікаря / В.П.Андронов. –Саранск.
2. Решетова З.А. Психологічні основи професійного навчання./ З.А.Решетова. — М.: МДУ, 1985.
3. Рубінштейн С.Л. Основи загальної психології (у двох томах)/ С.Л.Рубінштейн. – М.: Педагогіка, 1989.– т.2.

**Резюме.** В статті изложены результаты теоретического и эмпирического исследования особенностей развития профессионального мышления будущего психолога. Обнаружены особенности профессионального мышления и мотивации в процессе профессиональной подготовки.

**Ключевые слова:** профессиональное мышление, социальное развитие, мышление, творческое мышление, техническое мышление, профессиональная деятельность, развитие, самооценка, мотивация.

**Summary.** The article presents the result of theoretical and empirical study of peculiarities of professional thinking and motivation in the process of professional training. The particular professional thinking and motivation in the process of professional training.

**Key words:** professional thinking, social development, thinking, creative thinking, technical thinking, professional activities, development, self-concept, motivation .

УДК 159.942:316.614.5

А.М. МЕЛЬНИК

#### АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ МЕХАНІЗМІВ ЗНИЖЕННЯ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ СОЦІАЛЬНИХ АГЕНТІВ: СІМ'Ю, ОСВІТУ ТА СОЦІУМ

**Резюме.** У статті розкрито психологічні механізми зниження тривожності студентів коледжу через врахування наступних аспектів: вікових особливостей, особистісних якостей та суб'єктів впливу (у даному випадку – соціальних агентів: сім'я, освіта, соціум). Будь-які відхилення від загальноприйнятих норм розвитку студента (наприклад, низький рівень самооцінки студента, неповні сім'ї, насильство з боку батьків, відсутність взаємодії з ровесниками та викладачами) є потенційними факторами ризику, які спричиняють стан тривожності.

**Ключові слова:** психологічні механізми, тривожність, соціальні агенти, первинні суб'єкти соціалізації, вторинні суб'єкти соціалізації, фасилітатор.

**Постановка проблеми.** В умовах нестабільного сьогодення з його соціально-економічними негараздами, невпевненістю в завтрашньому дні, ростом насилля у суспільстві все частіше розвиток особистості супроводжується переживаннями негативної модальності і, перш за все, високою тривожністю, що дегармонізує становлення особистості. Особливу актуальність ця проблема набуває у підлітковому та юнацькому віці з вступом до вищого навчального закладу. Найбільш чутливими до стресових ситуацій, що супроводжуються високою тривожністю, є студенти-першокурсники коледжу, які випробовують одночасно вплив декількох чинників: зміна референтного та мікросоціального середовища в закладі освіти, нерідко зміна житлових умов, зміна звичного устрою життя, у тому числі навчальних занять та форм контролю у порівнянні зі шкільним навчанням тощо. Тому студенти потребують допомоги в адаптації до нових умов навально-виховного процесу і зниження рівня тривожності.

**Мета статті:** здійснити аналіз психологічних механізмів зниження тривожності студентів коледжу через призму соціальних агентів: сім'ю, освіту та соціум.

#### **Результати теоретичного дослідження.**

Проблема тривожності особистості завжди посідала важливе місце у педагогічній та віковій психології (Ю.М. Антонян, В.М. Астапов, Л.І. Божович, Г.Ш. Габдреева, Ж.М. Глозман, М.С. Корольчук, Б.І. Кочубей, М.Д. Левітов, Л.В. Марищук, Н.І. Наєнко, Г.М. Прихожан, Ч.Д. Спілбергер, Т.М. Титаренко та ін.). При розгляді питання тривожності підлітків основна увага приділялась вивченню таких її чинників, як соціальна ситуація розвитку дитини, особливості сімейних стосунків та взаємодія вчителів і вихователів із дітьми у процесі виконання різних видів діяльності (Г.С. Абрамова, Б.Г. Ананьєв, І.Д. Андреева, В.Г. Бочарова, І.В. Дубровіна, Н.В. Карабанова, В.С. Каган, Р.В. Овчарова, А.М. Прихожан, А.С. Співаківська, Т.М. Титаренко). Вивчалися питання впливу на виникнення, розвиток і закріплення тривожності в реальних умовах спільної діяльності, які проявляються в міжособистісній, внутрішньо-груповій та міжгруповій взаємодії (Г.С. Абрамова, І.В. Дубровіна, Ч.Д. Спілбергер, Ю.Л. Ханін). Є ряд досліджень, присвячених проблемам діагностики тривожності (А.М. Прихожан, Ч.Д. Спілбергер, С.В. Васьківська, Т.І. Ольховецька, Т.М. Титаренко). Окремі питання прояву та корекції тривожності розглядалися С.В. Васьківською, І.В. Дубровіною, Р.В. Овчаровою.

П. Тілліх першим розглянув проблему тривожності як окремої одиниці в ряді властивостей особистості. Він дав психологічне визначення тривожності та виділив критерії її визначення. З однієї сторони, емоції тривожного ряду є симптомами стресу, з іншої – початковий рівень тривожності визначає індивідуальну чутливість до стресу [5, с. 44]. Карен Хорні основною причиною тривожності у людини бачила взаємовідносини з матір'ю. М. Тейлор запропонував судження про те, що рівень тривожності (високий чи низький) формується в особистості у процесі навчання. У концепції Адлера важливу роль у формуванні такої властивості особистості грало соціальне оточення. У 70-х рр. XX ст. помітним був інтерес до вивчення проблеми тривожності, саме в цей період були розроблені опитувальники рівня тривожності (Спілбергера і Тейлора), сформовані та систематизовані причини високої тривожності.

Тривога – переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, відчуттям небезпеки. На психологічному рівні вона проявляється як напруга, нервозність, відчуття невизначеності та невдачливості, неможливість приймати рішення. По мірі зростання тривоги студента можна визначати тривожний ряд. Оптимальний рівень тривожності необхідний для ефективної адаптації до дійсності (адаптивна тривожність). Надто високий рівень, так само і надто низький – дезадаптивна реакція, яка проявляється в загальній дезорганізованості поведінки та діяльності [3].

Тривожність можна розглядати як особистісну та ситуативну (реактивну). Особистісна тривожність – це базова риса особистості, що формується та закріплюється в ранньому дитинстві. Ситуативна – ззовні схожа поведінка людини, яка не пов'язана із наявністю у неї особистісної тривожності та проявляється лише у певних ситуаціях та характеризується неспокоєм, нервозністю, напругою [4, с. 24]. При певних умовах остання може перетворитись у першу.

Таким чином, тривожність – це схильність людини до переживання емоційного стану, що проявляється в очікуванні несприятливого перебігу подій. Під час роботи зі студентами в першу чергу слід враховувати періоди психічного розвитку та їх вікові особливості. Беручи до уваги, вищі навчальні заклади I-II р.а. (коледжі), то маємо дві категорії студентів: підлітковий, а саме фаза старших підлітків (13-15 років) та юнацький вік, а саме фаза ранньої юності (15-18 років) і частково фаза власне юності (18-21 рік).

У підлітковому віці відбувається інтенсивна перебудова фізіологічної системи, бурхливий розвиток організму, інтимно-особистісне спілкування з однолітками, власне відчуття свободи та незалежності. У цей період дуже гостро переживається почуття першого кохання, накладаючи відбиток на формування установок міжстатевої поведінки у майбутньому. Всі ці процеси створюють для студентів коледжу ситуацію постійної психологічної напруги, що призводить до підвищення тривожності.

Юнакам притаманне постійне оцінювання своєї особистості, аналіз своїх дій та вчинків. На відміну від підлітків, вони не довіряють судженням, які висловлюють стосовно них інші. Вони використовують такий вид діяльності, як навчально-професійний. До того ж часто самооцінка юнаків неадекватна: або завишена, або занижена, що призводить до змін рівня тривожності.

Провівши діагностику студентів I-го курсу коледжу за допомогою методики експрес-діагностики шкали

самооцінки тривожності Ч. Спілбергера - Ю. Ханіна та тесту «Самооцінка» було виявлено, що між такими психологічними змінними як реактивна тривожність з особистісною існує прямий функціональний зв'язок. Тобто чим вище рівень реактивної тривожності, тим ймовірніше підвищення особистісної тривожності. Між реактивною тривожністю і самооцінкою існує зворотній функціональний зв'язок, тобто чим вища реактивна тривожність, тим нижча самооцінка.

Пошук шляхів подолання тривожності у студентів коледжу можна розглядати:

1. Через призму тріадного співвідношення суб'єктів соціалізації, які можуть бути потенційними збудниками даного явища та суб'єктів, у яких спричинений високий рівень тривожності. Схематично це зображуємо так: «студент-сім'я-студент», «студент-коледж-студент».

2. Через аналіз умов, у які попадають суб'єкти, аналіз соціального середовища. Схематично зображуємо так: «студент-соціум-студент».

3. Через діяльність фасилітатора (практичного психолога, соціального педагога), умовно: «студент-фасилітатор-студент».

Умовно, називаємо їх суб'єктивні та об'єктивні причини виникнення тривожності у студентів коледжу.

Первинним соціальним агентом, який є потенційним збудником підвищеного рівня тривожності у студента називаємо сім'ю. Система виховання та так зване мікросередовище є визначальними.

Розглянемо, один із аспектів подолання такої тривожності через аналіз безоціночного опису вголос запропонованого стану суб'єкта у зв'язку із певною проблемною ситуацією («ти - повідомлення») [1, с. 4].

Ситуація: «дитина засмучена, оскільки через дощ зірвався похід». Реакція батьків може бути різною:

Недієва реакція/ реакція, яка підвищує рівень тривожності	«Ти-повідомлення»
«Сльозами справі не допоможеш». «В інший час відпочинеш». «Я ж не винна, що ти на мене обурюєшся!»	«Ти, напевно, так розчарувався». «Ти так хотів піти з друзями в похід». «Ви все уже приготували, а тут-дощ!»

Повідомлення із лівої колонки, якими би на перший погляд правильними не були, не несуть ніякої нової інформації. Дитина і так засмучена та все це знає, а ви ще їй «сиплете сіль на рану». Відповідно в таких умовах виникає тривожність. Повідомлення із правої колонки теж не несуть нової інформації, але вони сигналізують про співчуття та увагу з боку рідних. Виникає відчуття суспільності, атракції, установки на спільну участь, що зменшує рівень тривожності [1, с. 4-5].

Навчання у вищих навчальних закладах – один із різновидів діяльності людини. У цей період ми переживаємо величезне розумове та нервово-емоційне навантаження, постійно перебуваємо у стані напруги чи то під час складання екзаменаційного сесії, чи під час написання контрольної роботи тощо. Аналізуючи проблему тривожності, можемо мати справу з поняттям «екзаменаційного стресу». Воно спостерігається у будь-якому вищому навчальному закладі. Типовими проявами тривоги тут є: зниження апетиту, нервозність, тремтіння в кінцівках, тривожні думки, емоційна напруга, безсонні ночі [2, с. 64]. Можна констатувати, що у студентів з більш високим рівнем тривожності успішність нижча.

Ще однією мікросферою виникнення тривожності є аналіз соціального оточення студента. Сюди ми зараховуємо об'єктивні (матеріальне становище, тип темпераменту та ін.) та суб'єктивні чинники (відносини з однолітками, статус в групі та ін.).

Важливим фактором збереження психічного здоров'я молодих людей є цілеспрямована психолого-педагогічна підтримка, яку можуть надати викладачі ВНЗ, психологи, соціальні педагоги, котрі працюють у системі психологічної служби вищих навчальних закладів. Також важливо, щоб сама особистість проявляла активність (конкретні практичні дії) щодо збереження свого психічного здоров'я та створення оптимальних умов для самозбереження.

Якщо тривожність розглядати як проблему, то її подолання потрібно здійснювати за наступними етапами:

1. Діагностика властивості, використовуючи відповідні методики.
2. Пошук суб'єктів та об'єктів впливу.
3. Аналіз отриманих даних та складання на основі них та уже існуючих занять психокорекційної програми.
4. Проведення психокорекційної роботи, використовуючи різні форми та долучаючи відповідні суб'єкти впливу на тривожність студентів.
5. Використання превентивних методів у зниженні тривожності студентів коледжу.

#### **Висновки та перспективи подальшого дослідження.**

Людина народжується з певним рівнем тривожності, з схильністю до переживання певних емоцій, що виникають під час некомфортних/несприятливих ситуацій. Роль каталізатора на перших етапах життя людини виконує сім'я, як первинний агент соціалізації. Хорні говорила, що рівень тривожності залежить від стосунків з матір'ю та безперечно це стосується обох батьків. Наступними каталізаторами є освіта, починаючи з дошкільного віку – дитячих садків, та соціальне оточення.

Основними векторами діяльності психологічної служби коледжу у напрямку зниження тривожності студентів повинні стати:

1. Психолого-педагогічна діагностика тривожності студентів коледжу.
2. Подання результатів, підсумків діагностики, складання пам'яток, формулювання виступів на педрадах, методоб'єднаннях, школі молодого викладача, ради кураторів таким чином, щоб вони містили поради для зниження тривожності студентів коледжу.

3. Просвітницька та консультаційна робота з батьками, індивідуальне консультування найбільш важких випадків.
4. Організація соціально-психологічної допомоги студенту, який зазнає труднощів у навчально-виховному процесі.
5. Проведення гуртковою роботи (приклад, гурток психологічного супроводу студентів).

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо в розробці теоретико-методологічних засад гендерних особливостей вияву тривожності та механізми її зниження у студентів коледжу.

#### Список використаних джерел:

1. Авдеева И.Н. Алгоритмы работы фасилитатора по изменению отношения клиента к его значимому окружению/ И.Н. Авдеева//Практична психологія та соціальна робота. – 2013.- № 12.- С. 1 – 10.
2. Виллюнас В.К. Психология эмоциональных явлений / В.К.Виллюнас. – М.: Изд-во МГУ, 1976. – 168 с.
3. Герасимова А.Ю. Снижение тревожности студентов в процессе адаптационного периода в первый год обучения в вузе/ А.Ю. Герасимова. – [Электронный ресурс]. - <http://www.ibl.ru/konf/031209/105.html>
4. Савуляк В.О. Навчально-методичні матеріали з курсу: «Практикум із загальної психології». – Рівне, 2012. – С. 23-26.
5. Формування особистості школяра: психолого-педагогічні проблеми: зб. наукових праць. – К: Інститут психології, 2005. – 72 с.
6. Черных Е.И., Булатова Т.А. Социальная тревожность в контексте социальных защит/ Е.И. Черных, Т.А. Булатова// Вестник ТГПУ. – 2010. – Выпуск 2(92). – С. 107-112.

**Резюме.** В статье раскрыты психологические механизмы снижения тревожности студентов колледжа с учетом следующих аспектов: возрастных особенностей, личностных качеств и субъектов влияния (в данном случае – социальных агентов: семья, образование, социум). Любые отклонения от общепринятых норм развития студента (например, низкий уровень самооценки студента, неполные семьи, насилие со стороны родителей, отсутствие взаимодействия со сверстниками и преподавателями) есть потенциальными факторами риска, которые создают состояние тревожности.

**Ключевые слова:** психологические механизмы, тревожность, социальные агенты, первичные субъекты социализации, вторичные субъекты социализации, фасилитатор.

**Summary.** The article deals with the psychological mechanisms to reduce anxiety of college students through consideration of the following aspects: age characteristics, personality traits and business impact (in this case - the social agents: family, education, society). Any deviation from accepted norms of the student (eg, low self-esteem of the student, single parent families, violence from parents, lack of interaction with peers and teachers) are potential risk factors that cause anxiety state.

**Keywords:** psychological mechanisms, anxiety, social agents, the primary subjects of socialization, secondary socialization agents, facilitator

УДК [316.6:159.97]: 159.922.8

М.В. МИЧКО, В.М. ЯМНИЦЬКИЙ

### ВПЛИВ СОЦІАЛЬНОГО СТРАХУ НА ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

**Резюме.** У статті розглядається проблема виникнення соціального страху та його впливу на формування особистості в період юнацького віку. Шляхом теоретичного аналізу узагальнено поняття «соціальний страх» та його вплив на особистість. Побудовано схему причин виникнення, протікання та подальшого результату впливу соціального страху на особистість. Пропонуються можливості та перспективи подальшого дослідження даної проблеми, її значення для окремих особистостей та соціуму в цілому.

**Ключові слова:** соціальний страх, юнацький вік, соціальна ситуація розвитку, соціальна взаємодія, особистість, юність.

**Постановка проблеми.** Юнацький вік у віковій психології є кризовим для розвитку особистості, адже у цей період відбувається процес формування дорослої людини як активного та постійного члена суспільної діяльності. Провідна діяльність змінюється на навчально-професійну, формується самосвідомість. Відбуваються фізичні зміни організму, пов'язані зі статевим дозріванням: збільшення росту, ваги тіла, формується окружність грудної клітини, удосконалюється функціонування серцево – судинної системи, а саме нервова регуляція її діяльності.

Як і будь який розвиток, вищенаведені зміни, очевидно, не можуть протікати без появи своєрідних проблем. У ході нашого дослідження спробуємо виділити проблему соціального страху, яка саме на цьому етапі може дуже негативно вплинути на формування психічно здорової та зрілої особистості як суб'єкта соціального життя.

У залежності від того, наскільки сильно та часто на юнака буде впливати соціальний страх, залежать його моральні норми, характер поведінки в соціумі, сприйняття ним соціальних статусів, ролей та спотвореність