

4. Sheffjer D. *Deti i podrostki. Psihologija razvitija* / 6-e izd. /D. Sheffjer. – SPb.: Piter, 2003. – 976 s.
5. Chaldini R. *Social'naja psihologija. Pojmi drugih, chtoby ponjat' sebja! Agressija* / R. Chaldini. – SPb. : Prajm-EVROZNAK, 2002. – 256 c.

Резюме. Стаття посвящена аналізу диспозиційних основ просоціального поведіння особистості. Аналітичне дослідження направлено на вивчення впливу особистісних рис, локуса контролю, особливостей самосвідомості, релігійності, гендерної приналежності на схильність особистості до просоціальних дій, альтруїзму, розвитку емпатії.

Ключевые слова: просоциальность, просоциальное поведение, мотивация просоциальная, помощь.

Summary: This article analyzes the dispositional foundations of person's prosocial behavior. Most scholars have noted the presence of significant individual differences in the implementation of this type of behavior. Modern research examines the impact of many personality characteristics (traits, personal responsibility, structure value-motivational sphere of personality, locus of control, self-awareness features, religion, gender etc.) to prosocial actions and development of empathy. The author analyzes the main theoretical and experimental approaches to understanding the dispositional grounds of prosociality.

Key words: prosocial behavior, prosociality, prosocial motivation, helping behavior.

УДК 159.9:316.356.2:331.556

В.В. КОШИРЕЦЬ, К.І. ШКАРЛАТЮК

САМОФУТУРУВАННЯ ЯК ЧИННИК САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

У статті розглядаються особливості самофутурування студентів з порушеннями розвитку. Виявлено відмінності у часовій перспективі юнаків залежно від рівня їх самоактуалізації. Підтверджено, що юнацький вік спрямований на перспективу, майбутнє в цьому віці насичене подіями, але є нечітким. Серед чинників, які визначають особливості самофутурування досліджуваних, слід виділити вплив фізичного обмеження, неадекватні установки суспільства щодо осіб із особливими потребами, тип сімейного виховання тощо.

Ключові слова: самофутурування, образ майбутнього, часова перспектива, самореалізація, рівень самоактуалізації, студенти з порушеннями розвитку.

Постановка проблеми. В сучасних умовах, коли процес особистісного та професійного становлення молоді людини, отримання бажаної освіти, а згодом і роботи за фахом, пов'язані зі значними, часто непередбачуваними труднощами, проблема становлення життєвої перспективи у підлітковий та юнацький період набуває особливої актуальності.

Знання закономірностей розгортання життєвого шляху особистості виступають необхідною умовою науково обгрунтованого керування розвитком здатності юнаків і дівчат до побудови реального образу бажаного майбутнього.

Розвиток часової перспективи осіб з порушеннями розвитку є важливим чинником їх соціалізації. Студенти з особливими потребами відчують труднощі в освоєнні навколишньої дійсності, у налагодженні соціальних контактів, адаптації до навчання.

Однією з найактуальніших проблем сьогодення є розвиток і формування особистості, здатної до найбільш повного розкриття власних можливостей, самоздійснення, реалізації життєвих планів, ефективної професійної діяльності.

Для осіб, які мають порушення розвитку, ці процеси дещо ускладнюються, тому у процесі навчання, професійної підготовки необхідною стає допомога психологів, педагогів та інших спеціалістів. Ситуація ускладнюється через загальну соціальну напруженість, психологічну нерівноваженість всього суспільства із наростаючою кризою соціальної системи.

Актуальність дослідження пов'язана із вивченням часової перспективи як одного із основних чинників саморозвитку, самореалізації та професійного самовизначення, виділенні основних типів часової перспективи осіб з порушеннями розвитку.

Мета дослідження полягає у теоретичному обгрунтуванні і розкритті особливостей самофутурування як одного з чинників самореалізації та самоактуалізації особистості студентів, які мають порушення розвитку.

Дослідження проводилося на базі Луцького інституту розвитку людини університету «Україна». У дослідження взяли участь 30 студентів, які мають порушення розвитку (зокрема, порушення зору та слуху).

Аналіз останніх досліджень і публікацій, зокрема, напрацювань М. Гінзбурга, Є. Головахи, О. Кроніка, В. Чудновського, П. Яничева та інших показує, що діяльність людини зумовлюється моделлю її уявлень про власне майбутнє життя. П. Яничев вказує, що психологічне майбутнє мотивує психологічне теперішнє, надає цінності чи знецінює його, а також зіставляється з минулим, приймається як наступність і розвиток минулого або як його відкидання і заперечення. Сучасні психологічні концепції, які розробляються

Л. Анциферовою, П. Балтесом, С. Максименком, М. Смульсон тощо, ґрунтуються на безперервності розвитку особистості, тобто такого розвитку, що відбувається протягом усього життя, якому властива внутрішня динаміка набутого і втраченого.

Відтак, відчувається гостра потреба у науково обґрунтованих рекомендаціях щодо особливостей самопроекування майбутнього, визначенні часових характеристик самореалізації студентів з порушеннями розвитку.

Перспективними для подальших досліджень є питання розробки технологій самофутурування осіб, що мають особливі потреби.

Усвідомлення та переживання людиною життєвої перспективи починається у підлітковому віці, впливає на побудову особистістю життєвого шляху, розгортання процесу життєтворення, виступає показником зрілості особистості, тому заслуговує на більш пильну увагу, порівняно із іншими віковими етапами розвитку людини.

Особливості самофутурування особистості визначаються віковими темпоральними характеристиками життєвого досвіду людини та індивідуальними можливостями його розуміння й інтерпретації в просторово-часових детермінантах. Вікові темпоральні ознаки самофутурування зумовлюються часовою спрямованістю особистості, індивідуальні – часовою орієнтованістю. Часова спрямованість переважно усвідомлюється особистістю та вказує на напрям устремлень, зосередженості людини на певних подіях з власного минулого, теперішнього чи майбутнього життя. Часова орієнтованість – глибинна індивідуальна характеристика людини, яка є основним чинником "визначення" власних критеріїв схематизації та конденсації життєвого досвіду.

Невизначеність життєвих орієнтирів і планів, що обмежує процес особистісного розвитку і самореалізації є характерною для студентів з порушеннями розвитку. Особливістю підлітків, що опинилися в ситуації обмеження можливостей, стає страх перед майбутнім, та позиція залежності від інших, за якою прихований недостатній досвід прийняття рішень, часто спровокований поведінкою оточення.

Проведене емпіричне дослідження дозволило визначити рівень самоактуалізації студентів, оцінити їхні особистісні характеристики та диференціювати за часовою перспективою як темпоральною характеристикою самопроекування майбутнього.

Часова перспектива студентів як темпоральна характеристика самофутурування досліджувалася за допомогою методики Ф. Зімбардо. Отримані психодіагностичні показники засвідчують наступне: орієнтація на негативне минуле характерна для 6,12% досліджуваних; орієнтація на майбутнє - у 34,6% респондентів; орієнтація на гедоністичне теперішнє властива 8,16% досліджуваних; фаталістичне майбутнє – 6,12%; на позитивне минуле орієнтовані 10,2% досліджуваних; на фаталістичне теперішнє – 18,36%.

За допомогою методики діагностики самоактуалізації особистості

А.В. Лазукіна було визначено рівні самоактуалізації досліджуваних і отримано такі дані: високий рівень самоактуалізації характерний для 28,5 % досліджуваних, середній рівень самоактуалізації мають 59,1 % респондентів, низький рівень самоактуалізації у 12,2 % досліджуваних.

Порівняльний аналіз отриманих даних за методикою Ф. Зімбардо дозволив визначити, що часова орієнтація досліджуваних з різними рівнями самоактуалізації має певні відмінності.

Так, для осіб, які мають високий рівень самоактуалізації, властиві наступні показники часової орієнтації. Орієнтація на майбутнє, яку продемонстрували 51,2 % досліджуваних, є важливим чинником самоактуалізації особистості, дає ресурс для реалізації цілей. До того ж такі студенти адекватно сприймають себе в сьогоденні, усвідомлюють свої можливості, вміють планувати власне життя та самопроекують особистісний розвиток та майбутню професійну діяльність.

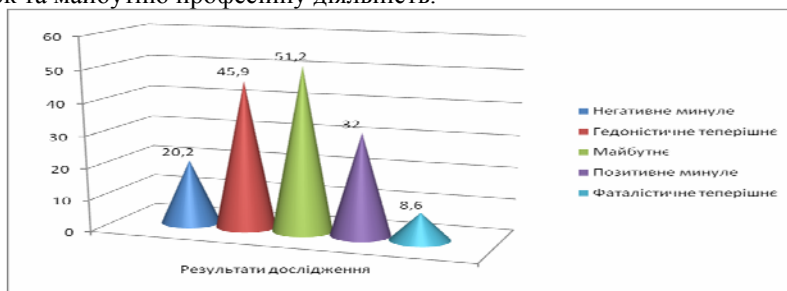


Рис. 1 Показники часової орієнтації осіб з високим рівнем самоактуалізації

Низькі показники за шкалою «Фаталістичне теперішнє» засвідчують те, що юнаки усвідомлюють ступінь своєї персональної відповідальності за те, що відбувається з ними як особисто, так і у взаємодії з навколишнім світом.

Дослідження часової перспективи осіб із середнім рівнем самоактуалізації свідчить, що у 58,6 % респондентів цієї групи переважає часова перспектива «Гедоністичне теперішнє». Переважання цього типу часової орієнтації найчастіше проявляється в екстравертованих, схильних до ризику осіб, які мають гармонійний тип стосунків з оточуючими. Такі студенти бажають пережити комунікативні, гностичні, естетичні та ліричні емоції. Описуючи власне майбутнє, використовують переважно дієслова пасивної форми, наводять лише фактологічну інформацію про передбачувані події. Розповідаючи про себе одноліткам, частіше

за інших розкривають причинно-наслідкові зв'язки між подіями свого життя. Досить відверті у спілкуванні, розкривають майже всі теми власного життя: дружби, кохання, особистісну, навчально-професійну, сімейну.

За цільовою спрямованістю відзначаються орієнтацією на самоздійснення.

Орієнтованими на майбутнє виявилися 10,34% досліджуваних. Також 19,3 % учасників дослідження показали часову перспективу, орієнтовану на позитивне минуле, яке несе в собі позитивний заряд на майбутнє, формує адекватну самооцінку та позитивно впливає на самопроєктування майбутнього. Однак воно може утримувати людину, змушувати її постійно повертатися в минуле, позбавляти її нових цілей, ризикованих вчинків, які могли б якісно змінити її життя.

Часова перспектива «Фаталістичне теперішнє» була визначена у 27,34 % досліджуваних. При цьому вони показали низькі бали за шкалами «Майбутнє» і «Гедоністичне теперішнє». Також 33,2 % досліджуваних орієнтовані на негативне минуле. Люди з фіксацією на негативному минулому не можуть повною мірою відчутися себе у теперішньому, тим більше в майбутньому. Вони сприймають життя крізь призму своїх страхів, образ, а часто і агресії на те, що саме з ними сталося щось негативне.

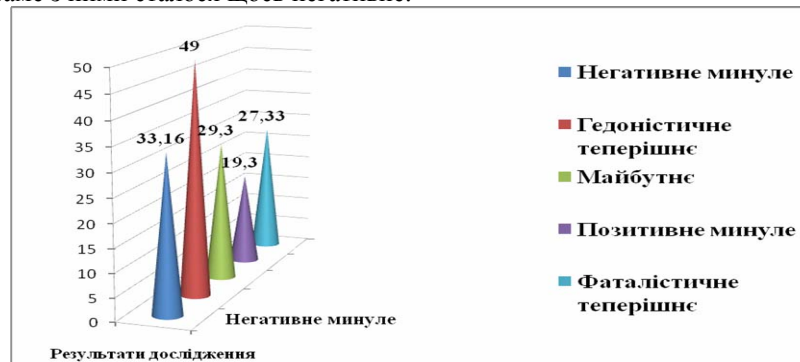


Рис. 2. Показники часової орієнтації осіб з середнім рівнем самоактуалізації

Негативні події минулого заважають людині прийти до розуміння і прийняти себе, інших, до розуміння своїх цілей, смислів, призначень в майбутньому. Тому така фіксація на минулому не дозволяє особистісно зростати, розвиватися, реалізовувати свої потенціали та планувати майбутнє.

Часова перспектива студентів з низьким рівнем самоактуалізації спрямована на негативне минуле і фаталістичне теперішнє. Життєві перспективи, пов'язані з майбутнім, та актуалізація позитивного минулого представлені низькими діагностичними показниками. Це означає, що студенти з низьким рівнем самоактуалізації мають негативні фіксації в минулому, схильні до депресії, тривожні та не здатні проєктувати себе в майбутньому.

Отже, у дослідженні підтверджено, що часова перспектива студентів з порушеннями розвитку спрямована переважно на майбутнє. З'ясовано, що респонденти, які не орієнтовані на майбутнє в часовій перспективі, з пасивною позицією щодо власного минулого і нерелективним ставленням до подій власного життя в цілому, уникають висвітлення власних перспектив. І навпаки, антиципація майбутнього виявляється у тих юнаків та дівчат, які здатні рефлексувати власні життєві події, приймають відповідальність за їх результати та орієнтуються на позитивне активне майбутнє.

Таким чином, особливості самофутурування студентів з порушеннями розвитку залежать від ряду чинників. Серед них слід виділити вплив фізичних обмежень як сильного психотравмуючого фактора, неадекватні установки суспільства щодо людей із особливими потребами, особливості сімейного виховання тощо.

Варто зазначити, що при правильній цілеспрямовано організованій корекційно-розвиваючій роботі та своєчасній психолого-педагогічній допомозі цій категорії осіб ймовірність появи негативного самоставлення і самооцінювання значно знижується. У цьому випадку перед юнаком розкриваються перспективи реально оцінити свої творчі та професійні здібності, вибудувати лінію взаємодії з оточенням, визначити значимі для себе життєві позиції та пріоритети, вибудувати реалістичний та бажаний образ власного майбутнього.

Список використаних джерел

1. Батраченко І.Г. Психологія антиципації. / І.Г. Батраченко. - Дніпропетровськ.: Вид-во ДНУ, 2009. – 264с.
2. Вірна Ж.П. Основи професійної орієнтації: Навч. посібник. / Ж.П. Вірна – Луцьк, РВВ Вежа. - 156с.
3. Рихальська О. Г. Психологічні особливості життєвої антиципації особистості : дис. канд. психол. наук / О.Г. Рихальська. – К. : [б. в.], 2004. – 195 с.
4. Шнейдер Л. Б. Профессиональная идентичность : теория, эксперимент, тренинг / Л. Б. Шнейдер. – М. : Изд-во Моск. соц.-психол. ин-та ; Воронеж : Изд-во "МОДЭК", 2004. – 600 с.
5. Melges F. T. Time and inner future : a temporal approach to psychiatric disorders / F.T. Melges. – N.Y. : John Wiley & Sons, 1982. – 365 p

References

1. Batrachenko I.G. Psy`xologiya anty`cy`paciyi. / I.G Batrachenko. – Dnipropetrovs`k.: Vy`d-vo DNU, 2009. – 264s.
2. Virna Zh.P. Osnovy` profesijnoyi oriyentaciyi: Navch. posibny`k. / Zh.P. Virna - Lucz`k, RVV Vezha. – 156s.
3. Ry`xal`s`ka O. G. Psy`xologichni osobly`vosti zhy`ttyevoyi anty`cy`paciyi osoby`stosti : dy`s. kand. psy`xol. nauk / O. G. Ry`xal`s`ka. – K. : [b. v.], 2004. – 195 s.
4. Shnejder L. B. Professional'naja identichnost' : teoriya, jeksperiment, trening / L. B. Shnejder. – M. : Izd-vo Mosk. soc.-psihol. in-ta ; Voronezh : Izd-vo "MODJeK", 2004. – 600 s.
5. Melges F. T. Time and inner future : a temporal approach to psychiatric disorders / F. T. Melges. – N.Y. : John Wiley & Sons, 1982. – 365 p

Резюме. В статье рассматриваются особенности самофутурирования студентов, имеющих нарушения развития. Выявлены различия во временной перспективе юношей в зависимости от уровня их самоактуализации. Подтверждено, что юношеский возраст направлен на перспективу, будущее в этом возрасте насыщено событиями, но есть нечетким. Среди факторов, которые определяют особенности самофутурирования испытуемых, следует выделить влияние физического ограничения, неадекватные установки общества в отношении лиц с особыми потребностями, а также тип семейного воспитания.

Ключевые слова: самофутурирование, образ будущего, временная перспектива, самореализация, уровень самоактуализации, студенты с нарушениями развития.

Summary. The article deals with the peculiarities of self-futuring of the students with disabilities. The differences in time perspective of the youths according to their level of self-actualization are revealed. It is confirmed that juvenility is aimed at the future and it is eventful but not clear at this age. Among the factors that determine the characteristics of self-futuring we should highlight the impact of physical limitations, inadequate attitude to persons with special needs in society and the type of family upbringing.

Key words: self-futuring, time perspective, image of the future, self-realization, level of self-actualization, students with disabilities.

УДК 159.9

Л.В. КРЮКОВА

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ЩОДО ДИНАМІКИ ЕМОЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ ТА ЇХ ВПЛИВУ НА ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ШКОЛЯРА

У статті розглянуті різні теорії та методичні підходи щодо функціонування емоційної сфери особистості, виділені основні аспекти утворення та особливості перебігу емоційних процесів в організмі людини, а також вплив емоційних чинників на здоров'я учнів.

Ключові слова: адаптація, емоції, фізіологічні реакції, навчання, здоров'я, учні.

Постановка проблеми. Здоров'я є необхідною умовою активної життєдіяльності і самореалізації та в цілому визначає потенціал особистості. Особливої уваги щодо здоров'я як системного феномену заслуговує учнівська молодь. В умовах реформування освіти виконання завдань навчально-виховного процесу потребує певного рівня здоров'я та працездатності учнів. Відомо, що здоров'я учнів загальноосвітньої школи залежить від багатьох чинників, у т.ч. суттєво – від емоційної сфери у загальній структурі адаптаційних процесів.

Мета статті. Розглянути та проаналізувати сучасні методичні підходи щодо особливостей перебігу емоційних процесів та їх вплив на здоров'я особистості школяра.

Результати теоретичного дослідження. Однією з вагомих складових емоційного стану є його інтегральність, тобто властивість, яка свідчить про ступінь його вираженості та його винятковість у відношенні до інших станів та інших функціональних реакцій. Забезпечуючи майже миттєву інтеграцію усіх функцій організму, емоції самі по собі і, в першу чергу, можуть бути абсолютним сигналом корисного або шкідливого впливу на організм та в більшості навіть раніше, ніж конкретний механізм відповідної реакції організму. Разом з тим, організм виявляється надзвичайно вигідно пристосованим до навколишніх умов. Навіть не визначаючи форму, тип, механізм та інші параметри тих чи інших впливів, організм може швидко відреагувати на них з допомогою певної якості емоційного стану. При цьому організм відразу визначає: корисним чи шкідливим є для нього даний вплив.

Сучасна історія емоцій розпочинається з появи у 1884 р. статті відомого американського психолога І. Джеймса «Що таке емоція». Джеймс І. (1842-1910) та незалежно від нього Г. Ланге сформулювали теорію, згідно якої виникнення емоцій пов'язане із змінами, що відбуваються в керованій руховій сфері, так і в сфері, неконтрольованій свідомістю (серцево-судинна система, ендокринна система тощо). Те, що відчувається при цих змінах і є емоційними переживаннями. На думку І. Джеймса, «ми сумні тому, що плачемо; боїмося тому, що тремтимо; радіємо тому, що сміємося». Якщо спробувати пояснити наші переживання з погляду цієї теорії, то виявиться, що ми говоримо неправильно. Так, замість того, щоб сказати: «Я побачив велику собаку, перелякався і втік», потрібно казати, замінивши послідовність подій: «Я побачив велику собаку, побіг і злякався» [8; 323].