

ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ СТРЕСУ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У статті висвітлено основні психологічні аспекти виникнення та впливу стресу на процес адаптації молодших школярів до умов шкільного навчання. Аналіз науково-методичної літератури показує, що в міжособистісних стосунках молодших школярів постійно виникають ситуації, що потребують узгодження дій, проявів дружлюбних взаємин з однолітками, уміння відмовитися від особистого бажання заради досягнення спільної мети. Один із найбільш поширених чинників виникнення стресу в молодших школярів є тривожність. Розглядається поняття «тривожність» із різних точок зору, її рівні та передумови виникнення. Виникнення й закріплення тривожності пов'язане з незадоволенням вікових потреб дитини, але стійкою особистісною основою тривожності стає в підлітковому віці, опосередковуючись особливостями «Я-концепції», ставленням до себе. Визначено вікові особливості проявів тривожності та основні умови ефектвної адаптації молодших школярів у процесі навчання.

Ключові слова: молодший школяр, стрес, тривожність, адаптація.

Постановка проблеми. Життєдіяльність молодшого школяра сповнена проблем, розв'язання яких призводить до стресових ситуацій. Насамперед, це зміна соціального статусу та зміна дошкільної діяльності дитини на навчальну. Статус школяра вимагає більше обов'язків, відповідальності, дисциплінованості, структурованості режиму дня, контролю власних вчинків. Навіть у найбільш продуманому та добре налагодженому житті трапляються ситуації, які негативно впливають на дітей і призводять до стресу. Першокласники не завжди готові до таких змін, що викликає ряд психофізіологічних та поведінкових проявів. У стані стресу поведінка дитини дезорганізовується, спостерігаються неконтрольовані рухи, певні мовні відхилення, з'являються емоції, що не відповідають культурі взаємин.

Стрес – це сильний прояв емоцій, який викликає комплексну фізіологічну реакцію, це стан душевного та поведінкового розладу, пов'язаного з нездатністю особистості доцільно діяти у відповідних ситуаціях. Через недостатню сформованість емоційної сфери в молодшому шкільному віці за частих стресових ситуацій у дитини зникає апетит, настає депресія, знижується інтерес до навчання, спілкування, настає апатія.

Стресові ситуації негативно позначаються на здоров'ї молодшого школяра, у дитини з'являється цілий «букет» небезпечних психосоматичних захворювань: мігрень, гіпертонія, астма, артрит, алергія, діабет, шкірні хвороби тощо.

Метою статті є дослідити особливості виникнення стресу в дітей молодшого шкільного віку.

Науковими дослідженнями з вивчення психоемоційної сфери дитини займалися відомі науковці, такі, як: Л.С. Виготський, Ф.Д. Горбов, О.І. Захаров, К. Ізард, Е.І. Ільїн, А.Б. Леонова, Р.С. Немов, А.М. Прихожан, Ч.Д. Спілбергер, О.О. Савіна, З. Фрейд.

Вітчизняні психологи, що вивчали стан стресу, внесли в його визначення різні тлумачення.

За М.Р. Бітязковою, стрес – це стан, що виникає в екстремальних умовах, дуже важких і неприємних для людини. М.Р. Бітязкова визначає стрес як психологічну, а не нервову напругу, що виникає в «украї важкій ситуації» [6, с. 298].

Результати теоретичного дослідження. При всіх розходженнях у тлумаченні розуміння «стресу», автори сходяться в тім, що стрес – це надмірна напруга нервової системи, що виникає в досить важких ситуаціях. Стрес ніяк не можна ототожнювати із тривожністю, хоча б тому, що стрес завжди обумовлений реальними труднощами, у той час як тривожність може проявлятися за їхньої відсутності. І за силою стрес і тривожність – явища різні. Якщо стрес – це надмірна напруга нервової системи, то для тривожності така сила напруги не характерна. Відомо, що тривога, закріпившись, стає достатньо стійким новоутворенням, і переходить у властивість особистості – тривожність.

Можна думати, що наявність тривоги в стані стресу зв'язана саме з очікуванням небезпеки або неприємності, з передчуттям його. Тому тривога може виникнути не прямо в ситуації стресу, а до настання цих станів, випереджати їх. Тривожність як стан і є очікуванням неблагополуччя. Однак тривога може бути різною залежно від того, від кого суб'єкт очікує неприємності: від себе (своїї неспроможності), від об'єктивних обставин або від інших людей.

Г. Блюм уважав важливим той факт, що, по-перше, як при стресі, так і при фрустрації автори відзначають у суб'єкта емоційне неблагополуччя, що виражається в тривозі, занепокоєнні, розгубленості, страху, непевності. Але ця тривога завжди обґрунтована, пов'язана з реальними труднощами [6, с. 243].

Так І.В. Імедадзе прямо пов'язує стан тривоги з передчуттям фрустрації. На її думку, тривога виникає при антиципації ситуації, що містить небезпека фрустрації актуалізованої потреби. Таким чином, стрес і фрустрація за будь-якого їхнього розуміння містять у собі тривогу [15, с. 56].

Підхід до пояснення схильності до тривоги з погляду фізіологічних особливостей властивостей нервової системи ми знаходимо у вітчизняних психологів. Так, у лабораторії І.П. Павлова, було виявлено, що, швидше за все нервовий зрив під дією зовнішніх подразників відбувається у слабого типу, потім у збудливого типу й найменше піддані зривам тварини із сильним урівноваженим типом з гарною рухливістю.

Засновник психоаналізу З. Фрейд затверджував, що людина має кілька вроджених потягів – інстинктів, які є рушійною силою поведінки людини, визначають його настрій. З. Фрейд уважав, що зіткнення

біологічних потягів із соціальними заборонами породжує неврози й тривожність. Драма психічного життя індивіда починається з народження й триває все життя. Природний вихід із цього положення Фрейд бачить у сублімуванні «лібідозної енергії», тобто в напрямку енергії на інші життєві цілі: виробничі й творчі. Вдала сублімація звільняє людину від тривожності [13, с.109].

На думку А. Адлера, в основі неврозу лежать такі механізми, як страх, острах життя, острах труднощів, а також прагнення до певної позиції в групі людей, що індивід внаслідок яких-небудь індивідуальних особливостей або соціальних умов не міг домогтися, тобто чітко видно, що в основі неврозу лежать ситуації, у яких людина через ті або інші обставини, тією чи іншою мірою відчуває почуття тривоги [2, с. 58].

Почуття неповноцінності може виникнути від суб'єктивного відчуття фізичної слабості або яких-небудь недоліків організму, або від тих психічних властивостей і якостей особистості, які заважають задовольнити потребу в спілкуванні. Почуття неповноцінності, нездатності до чого-небудь доставляє людині певні страждання, і він намагається позбутися від нього або шляхом компенсації, або капітуляцією, відмовою від бажань. У першому випадку індивід направляє всю енергію на подолання своєї неповноцінності. Ті діти, які своїх труднощів не зрозуміли й у кого енергія була спрямована на себе, зазнають невдачі. Прагнучи до переваги, індивід виробляє «спосіб життя», лінію життя й поведінки. Уже до 4–5 років у дитини може з'явитися почуття невдалості, непристосованості, незадоволеності, неповноцінності, які можуть привести до того, що в майбутньому людина зазнає поразки [4, с. 42].

Міжособистісні відносини дитини з однолітками, що виникають стихійно або організовано, мають вікові особливості. Тривожність має яскраво виражену вікову специфіку, що виявляється в її джерелах, змісті, формах прояву компенсації й захисту. Для кожного вікового періоду існують певні сфери, об'єкти дійсності, які викликають підвищену тривогу більшості дітей незалежно від наявності реальної загрози або тривожності як стійкого утворення. Ці «вікові піки тривожності» є наслідком найбільш значущих соціогенних потреб.

У такі «вікові піки» тривожність виступає як неконструктивна риса, котра викликає стан паніки, зневіри. Дитина починає сумніватися у своїх здатностях і силах. Але тривога дезорганізує не тільки навчальну діяльність, вона починає руйнувати особистісні структури.

Розглянемо детальніше психологічні особливості молодших школярів. Основною діяльністю першокласників стає навчання – набування нових знань, умінь і навичок, нагромадження систематичних відомостей про навколишній світ, природу та суспільство. Не відразу у школярів формується правильне ставлення до навчання. В момент вступу до школи діти звичайно позитивно сприймають перспективу шкільного навчання. У дітей з'являється потреба стати школярем. Потреба стати школярем зводиться до бажання змінити своє становище малої дитини, піднятися на наступний ступінь самостійності. Проте ще більшість першокласників по-справжньому не розуміють, навіщо треба вчитися і не готові прийняти свій статус «школяря» [7, с. 92].

На думку О.І. Захарова, тривожність розглядається, як реакція на соціальні впливи за певних індивідуальних психофізіологічних особливостей, а також як така, що може виникати при різних психосоматичних захворюваннях, є суб'єктивним проявом неблагополуччя особистості [5, с. 112].

В.В. Бойко розрізняє тривожність як емоційний стан – ситуативну тривожність, а також як стійку рису – особистісна тривожність, тобто індивідуальну і психологічну особливість, що проявляється з відчуттям тривоги і неспокою без достатніх підстав [2, с. 214].

У психологічній літературі, можна зустріти різні визначення поняття тривожності, хоча більшість дослідників сходяться у визнанні необхідності розглядати його диференційовано – як ситуативне явище і як особистісну характеристику з урахуванням перехідного стану і його динаміки.

Тривожність – це «переживання емоційного дискомфорту, пов'язане з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям небезпеки, що загрожує». Розрізняють тривожність як емоційний стан й як стійку властивість, рису особистості або темпераменту. Тривожність як стан і як рису, яка виникає в процесі адаптації до середовища та виконання різних видів діяльності, вивчав Ю. Ханін. У працях С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтєва, В.К. Віллонаса сформульовано низку фундаментальних положень теоретичної концепції емоцій та їх ролі в психічній регуляції діяльності. В.Б. Шапар розглядає поняття «тривожність» як стан доцільного підготовчого підвищення сенсорної уваги і моторного напруження в ситуації можливої небезпеки, що зумовлює відповідну реакцію на страх [14, с. 551]. Помірний рівень тривоги навіть корисний для деяких видів діяльності чи у певних ситуаціях. На відміну від страху, тривога не завжди сприймається як негативне почуття, оскільки це й радісне хвилювання, і хвилювання очікування тощо.

Чимале поширення отримало в останні роки використання в психологічних дослідженнях диференційованого визначення двох видів тривожності: «тривожність характеру» і «ситуаційна тривожність». Сучасні дослідження тривожності спрямовані на розходження ситуативної тривожності, пов'язаної з конкретною зовнішньою ситуацією, і особистісної тривожності, що є стабільною властивістю особистості, а також на розробку методів аналізу тривожності, як результату взаємодії особистості і її оточень [10, с. 45].

У дослідженні рівня домагань у підлітків М.З. Неймарк виявила негативний емоційний стан у вигляді занепокоєння, страху, агресії, що було викликано незадоволенням їхніх домагань на успіх [2, с. 28].

Також емоційне неблагополуччя типу тривожності спостерігалось в дітей з високою самооцінкою. Неадекватно висока самооцінка в дітей складається в результаті неправильного виховання, завищених оцінок дорослими успіхів дитини, захвалювання, перебільшення його досягнень, а не як прояв уродженого прагнення

до переваги. Таким чином, суперечності між високими домаганнями й реальними можливостями можуть привести до важкого емоційного стану.

Від незадоволення потреби в дитини виробляються механізми захисту, що не допускають у свідомість визнання неуспіху, непевності й втрати самоповаги. Він намагається знайти причини своїх невдач в інших людях: батьках, учителях, товаришах. Намагається не зізнатися навіть собі, що причина неуспіху перебуває в ньому самому, вступає в конфлікт із усіма, хто вказує на його недоліки, проявляє дратівливість, уразливість, агресивність.

М.З. Неймарк називає це «афектом неадекватності» – «...гостре емоційне прагнення захистити себе від власної слабості, будь-якими способами не допустити у свідомість непевність у себе, відштовхування правди, гнів і роздратування проти всього й всіх». Сильна потреба в самоствердженні приводить до того, що інтереси цих дітей направляються тільки на себе. Такий стан не може не викликати в дитини переживання тривоги. Спочатку тривога обгрунтована, вона викликана реальними для дитини труднощами, але поступово в міру закріплення неадекватного ставлення дитини до себе, своїх можливостей, людей, неадекватність стане стійкою рисою її ставлення до світу, і тоді сформуються недовіра, підозрілість й інші подібні риси, тому що реальна тривога стане тривожністю, коли дитина чекатиме неприємностей у будь-якому випадку, об'єктивно для неї негативному [2, с. 36].

На думку О. Савіної, афект стає перешкодою правильного формування особистості, тому дуже важливо його перебороти [12, с.11]. Головне завдання полягає в тім, щоб реально привести у відповідність потреби й можливості дитини, або допомогти їй підняти свої реальні можливості до рівня самооцінки, або знизити самооцінку. Але найбільш реальний шлях – це перемикання інтересів і домагань дитини в ту сферу, де вона може домогтися успіху й ствердити себе.

Проблема тривожності має й інший аспект – психофізіологічний. Другий напрям у дослідженні занепокоєння, тривоги іде по лінії вивчення тих фізіологічних і психологічних особливостей особистості, які спричиняють ступінь цього стану. Деякі автори стверджують, що тривога є складовою частиною стану сильної психічної напруги – «стресу», що заважає дитині успішно адаптуватись до умов школи. Ефективна адаптація – одна з передумов успішної навчальної діяльності, причому провідна для дітей молодшого шкільного віку, тому що являє собою складну систему заходів, спрямованих на оволодіння новими формами діяльності, поведінки, спілкування, і пов'язана зі зміною соціального статусу молодшого школяра [11, с. 33].

Явище, протилежне процесу адаптації, – дезадаптація – трактується як процес, пов'язаний із переключенням з одних умов життя й, відповідно, званням до інших (Л.М. Бережнова, О.В. Хухлаєва). Серед найбільш універсальних проявів психічної дезадаптації називають преневротичні порушення, невротичні реакції та стани [8, с. 82]. Рівень дезадаптації школярів і форми її виявлення коливаються від незначних мотиваційних і поведінкових порушень до повної відмови відвідувати школу. На момент вступу до школи і період первинного засвоєння вимог, які висуває нова соціальна ситуація, зростає поширеність невротичних реакцій, нервово-психічних та соматичних розладів у порівнянні з дошкільним віком. Одним із найбільш поширених чинників виникнення дезадаптації у молодших школярів є тривожність. Виникнення й закріплення тривожності пов'язане з незадоволенням вікових потреб дитини, але стійкою особистісною основою тривожності стає в підлітковому віці, опосередковуючись особливостями «Я-концепції», ставленням до себе. Закріплення й посилення тривожності відбувається за механізмом «замкнутого психологічного кола», призводить до нагромадження й поглиблення негативного емоційного досвіду, що породжує негативні прогностичні оцінки й визначає багато в чому модальність актуальних переживань та сприяє збільшенню рівня тривожності.

У А. Адлера в основі конфлікту особистості, в основі неврозів і тривожності лежить суперечність між «хотіти» (волі до могутності) і «могти» (неповноцінність), що впливають із прагнення до переваги. Залежно від того, як вирішується ця суперечність, іде весь подальший розвиток особистості [2, с. 82]. Для успішної адаптації дуже важлива мотивація навчання. На першому році навчання вона в основному забезпечується дорослими. Для розвитку навчальної мотивації важлива зацікавленість і розуміння з боку батьків і вчителя. Основними порадами для батьків щодо розвитку інтересу і бажання до навчання виступають: віра в успіх дитини; позитивні установки; любов і доброзичливість; привчання до режиму дня; виконання встановлених правил і норм поведінки [5, с. 42].

Висновки та перспективи дослідження. Як показали результати нашого дослідження для дітей молодшого шкільного віку характерною рисою є емоційність, їм властива підвищена чутливість, здатність глибоко та болісно переживати. Стрес – це сильний прояв емоцій, який викликає комплексну фізіологічну реакцію, це стан душевного та поведінкового розладу. Через недостатню сформованість емоційної сфери в молодшому шкільному віці за частих стресових ситуацій у дитини може виникнути тривожність. Передумовою виникнення тривожності в цьому віці є: підвищена емоційна чутливість до зовнішніх впливів та сильна зовнішня і внутрішня реакція на них; недостатньо розвинена довільність пізнавальної і, особливо, емоційної та вольової сфер; безпосередність сприйняття зовнішнього світу і обмеженість форм адаптивних реакцій на впливи; високий рівень наслідування та емоційного зараження; залежність від оцінок дорослих; низька здатність протистояти чужій думці. Тривожні тенденції закріплюються і суттєво впливають на процес адаптації дитини до умов шкільного навчання. Вчасна профілактика проявів тривожності стане передумовою успішної адаптації молодшого школяра.

Подальше вивчення проблеми стресів у молодшому шкільному віці вбачаємо в розробці рекомендацій для батьків та вчителів молодших класів з метою профілактики стресів.

Список використаних джерел

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. / Л.И. Божович – СПб. : Питер, 2008 – 400 с.
2. Бойко В.В. Энергия эмоций. – 2-е изд., доп. и перераб. / В.В. Бойко – СПб. : Питер, 2004 – 473 с.
3. Выготский Л.С. Психология развития человека. / Л.С. Выготский – М. : Смысл: Эксмо, 2003– 1136 с.
4. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. та ін. Вікова і педагогічна психологія. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук – К. : Каравела, 2012 – 400 с.
5. Гарбузов В.И., Захаров А.И., Исаев Д.Н. Неврозы у детей и их лечение / В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, Д.Н. Исаев – Л. : Медицина, 1977 – 210 с.
6. Максименко С. Готовність дитини до школи / С.Максименко – К. : Главник, 2004 – 112 с.
7. Заброцький М. Основи вікової психології / М.Заброцький – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. – 112 с.
8. Заваденко Н.Н. Школьная дезадаптация: психоневрологические и нейропсихологические исследования / Н.Н. Заваденко // Вопросы психологии. – 1999, № 4. – С. 21–28.
9. Захаров А.И. Как преодолеть страхи детей. / А.И. Захаров – М. : Педагогика, 1986 – 145 с.
10. Карпенко Н. Профілактика дитячих страхів / Н. Карпенко // Дошкільне виховання. – 2003 – № 9 – С. 14-15.
11. Максименко С. Адаптація дитини до школи / С. Максименко – К. : Мікрос-СВС., 2003 – 111 с
12. Савина Е. Тревожные дети / Е.Савина // Дошкольное воспитание. 2002 – № 4. – С. 11-14
13. Фрейд З. Психоанализ и детские неврозы / З.Фрейд – СПб. : Алетейя, 1997 – 295 с
14. Шапар В. Сучасний тлумачний психологічний словник / В. Шапар – Х. : Прапор, 2005 – 640 с.
15. Щербатых Ю. Психология страха. / Ю.Щербатых – Воронеж: ВФ МГЭИ., 2006 – 129 с.

References

1. Bozhovich L.I. Lichnost' i ee formirovanie v detskom vozraste. / L.I. Bozhovich – SPb. : Piter, 2008 – 400 s.
2. Bojko V.V. Jenergija jemocij. – 2-e izd., dop. i pererab. / V.V. Bojko – SPb. : Piter, 2004 – 473 s.
3. Vygot'skij L.S. Psihologija razvitija cheloveka. / L.S. Vygot'skij – M. : Smysl: Jeksmo, 2003– 1136 s.
4. Skrypchenko O.V., Dolyn's'ka L.V., Ogorodnijchuk Z.V. ta in. Vikova i pedagogichna psihologija. / O.V. Skrypchenko, L.V. Dolyn's'ka, Z.V. Ogorodnijchuk – K. : Karavela, 2012 – 400 s.
5. Garbuzov V.I., Zaharov A.I., Isaev D.N. Nevrozy u detej i ih lechenie / V.I. Garbuzov, A.I. Zaharov, D.N. Isaev – L. : Medicina, 1977 – 210 s.
6. Maksymenko S. Gotovnist' dytyny do shkoly / S.Maksymenko – K. : Glavnyk, 2004 – 112 s.
7. Zabro'ckij M. Osnovy vikovoi' psihologii' / M.Zabro'ckij – Ternopil' : Navchal'na knyga – Bogdan, 2001. – 112 s.
8. Zavadenko N.N. Shkol'naja dezadaptacija: psihonevrologicheskie i nejropsihologicheskie issle-dovanija / N.N. Zavadenko // Voprosy psihologii. – 1999, № 4. – S. 21–28.
9. Zaharov A.I. Kak preodolet' strahi detej. / A.I. Zaharov – M. : Pedagogika, 1986 – 145 s.
10. Karpenko N. Profilaktyka dytjachyh strahiv / N. Karpenko // Doshkil'ne vyhovannja. – 2003 – № 9 – S. 14-15.
11. Maksymenko S. Adaptacija dytyny do shkoly / S. Maksymenko – K. : Mikros-SVS., 2003 – 111 s
12. Savina E. Trevozhnye deti / E.Savina // Doshkol'noe vospitanie. 2002 – № 4. – S. 11-14
13. Frejd Z. Psihoanaliz i detskie nevrozy / Z.Frejd – SPb. : Aletejja, 1997 – 295 s
14. Shapar V. Suchasnyj tлумачnyj psihologichnyj slovnyk / V. Shapar – H. : Prapor, 2005 – 640 s.
15. Shherbatyh Ju. Psihologija straha. / Ju.Shherbatyh – Voronezh: VF MGJeI., 2006 – 129 s.

Резюме. В статье отражены основные психологические аспекты возникновения и влияния стресса на процесс адаптации младших школьников к условиям школьного обучения. Один из самых распространенных факторов возникновения стресса у младших школьников является тревожность. Рассматривается понятие «тревожность» с разных точек зрения, ее уровне и предпосылки возникновения. Возникновение и закрепление тревожности связано с неудовлетворением возрастных потребностей ребенка, но устойчивой личностной основой тревожность становится в подростковом возрасте, опосредствуясь особенностями «Я-концепции», отношением к себе. Определены возрастные особенности проявлений тревожности и основные условия эффективной адаптации младших школьников в процессе обучения.

Ключевые слова: младший школьник, стресс, тревожность, адаптация.

Summary. The article deals with the basic psychological impacts of anxious trends in the process of adapting of younger schoolchildren to the conditions of school studing. The analysis of scientific literature shows that in interpersonal relationships of younger schoolchildren often appear situations that require coordination of actions, manifestations of friendly relationships with peers, and the ability to opt out of personal desire to achieve a common goal. In these situations children not always can find the right ways of behaviour. It depends on the formation of

personal factors of the child and his or her psychological readiness for solution of conflict situations. One of the most common factors of desadaptation of primary schoolchildren is anxiety. We consider the notion of «anxiety» in different perspectives, its levels and the prerequisites of appearance. Age features of anxiety and basic conditions for effective adaptation of younger schoolchildren in the studding process are detected. The emergence and consolidation of anxiety is connected with dissatisfaction of the age needs of a child, but the stable basis of personality anxiety becomes in a teenage age, mediated with features of «Self-concept» and self-attitude. It is determined that every year in younger schoolchild are fixed such characteristics as prudence, seriousness, care, emotional balance and adequate regulation of their own behaviour. Also it is acquired the ability to assimilate and follow the rules and standards of behaviour, integrity and responsibility for own actions. Anxious tendencies, however, decrease with time and form the ability to overcome the negative effects of anxiety, the ability to control the destructive emotional experience, ability to perceive criticism. Age features of anxiety and basic conditions for effective adaptation of younger schoolchildren in the studding process are detected.

Key words: younger schoolchild, stress, anxiety, adaptation.

УДК 159.922.73

Н.О. ЯЦЮК

ПРОБЛЕМА МОРАЛЬНОЇ РЕФЛЕКСІЇ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

У статті здійснено аналіз сучасного стану дослідження проблеми моральної рефлексії. Висвітлено основні підходи до розуміння ролі рефлексії у детермінації моральної поведінки. Об'єктами моральної рефлексії є регулятивні підстави поведінки людини. Рефлексія, впливаючи на них, здійснює впливи і на характеристики поведінки. Розкрито функції моральної рефлексії у процесі здійснення морального вибору. Рефлексія дозволяє звільнитись від влади обставин, за рахунок найбільш повного усвідомлення моральної ситуації, себе та іншого в ній.

Ключові слова: моральна свідомість та самосвідомість, рефлексія, моральна рефлексія.

Постановка проблеми. Проблема дослідження моральної рефлексії набуває особливої значущості у сучасних життєвих реаліях, які зумовлюють ситуацію екзистенційного та ціннісного вакууму для багатьох людей. Пошук внутрішнього ресурсу, який дозволяє бути автором і творцем власного життя, є фактично єдиним способом подолання духовно-моральної кризи. Психологічним механізмом становлення особистісної моральної автономності є моральна рефлексія, яка останнім часом є предметом актуальних наукових досліджень.

Аналіз останніх досліджень. Специфіка рефлексії як психологічного феномену у тому, що вона присутня у різних процесах внутрішнього світу людини, що зумовлює виокремлення її видів: інтелектуальної, управлінської, кооперативної, комунікативної, особистісної, моральної тощо. Фундаментальні основи дослідження моральної рефлексії закладені у роботах сучасних українських вчених І.Д. Беха, М.Й. Боришевського, І.С. Булах. Важливі положення про рефлексію як механізм моральної свідомості та самосвідомості сформульовані Р.В. Павелківим, що визначає теоретико-методологічну основу нашого дослідження.

Мета статті – здійснити аналіз моральної рефлексії та її функцій у процесі здійснення особистісної морального вибору.

Виклад основного матеріалу. Особистісна рефлексія розуміється як процес переосмислення, як механізм не тільки диференціації в кожному розвиненому та унікальному людському «Я» його різних підструктур, але й інтеграції «Я» у неповторну цілісність. Рефлексія виступає як дослідницький акт, спрямований на себе як на суб'єкта життєдіяльності. Основним проявом особистісної рефлексії є рефлексивний аналіз, тобто самоаналіз, що призводить до отримання нового знання про себе. Водночас рефлексивний аналіз може розглядатись як критерій наявності рефлексії.

Особистісна рефлексія спрямована на власне «Я» суб'єкта, на усвідомлення смислів, ставлень, конфліктів. Рефлексія виступає як родова здатність людини, що проявляється у зверненості свідомості на себе, на внутрішній світ людини, на її місце у взаєминах з іншими, на форми та способи пізнавальної та перетворювальної діяльності. За В.І. Слободчиковим, здатність відокремити в уявленні себе, своє «Я» від життєвого оточення, зробити себе, свій внутрішній світ, свою суб'єктність предметом осмислення, а на основі цього – предметом практичного перетворення, вдосконалення, є фундаментальною характеристикою способу буття людини. Саме ця здатність визначає межу, що розділяє світ тварин та світ людей [11, с. 372].

Рефлексія виступає як розрив, як вихід людини з повної поглиненості безпосереднім процесом життя для вироблення відповідного ставлення до нього. У найбільш загостреній формі ця думка висловлена у С.Л. Рубінштейна: «Існує два основних способи буття людини, відповідно, два ставлення її до життя. Перший – життя, що не виходить за межі безпосередніх зв'язків. Тут людина вся всередині життя, будь-яке її ставлення – це ставлення до окремих явищ, але не до життя в цілому. Відсутність такого ставлення до життя в цілому пов'язана з тим, що людина не виключається з життя, не може зайняти мислено позицію поза ним для рефлексії над ним. Це є існуюче ставлення до життя, але не усвідомлюване як таке.