

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ

ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ



**Матеріали V
Науково-практичної
інтернет-конференції**

**«Актуальні питання теорії та
практики психолого-педагогічної
підготовки фахівців в умовах
сучасного освітнього простору»**

26 квітня 2019 року

УДК 796.011
УДК 159.9

**Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки
фахівців в умовах сучасного освітнього простору:
Матеріали V Науково-практичної інтернет-конференції**

**У збірнику розміщено тези доповідей викладачів, аспірантів, магістрантів і
студентів вищих навчальних закладів, в яких відображено стан, проблеми
та перспективи психолого-педагогічної підготовки фахівців в умовах
сучасного освітнього простору**

**Для студентів, магістрантів, викладачів, тренерів та фахівців в сфері
соціології, психології, педагогіки, фізичної культури та спорту.**

Усі матеріали подаються в авторській редакції.

**© Кафедра педагогіки та психології
ХДАФК, 2019**

ЗМІСТ

АЛЕКСАНДРОВ Ю.В. Теоретичні аспекти дослідження гендерних особливостей емоційних станів в юнацькому віці.....	5
АРТАМОНОВ Ю.О., ПАВЛИК О.М. Характеристика сором'язливості тренерів з різних видів спорту.....	9
БОГДАН Д. М., ГАНТ О.Є. Оптимізація психологічної підготовки боксерів методом тілесно-орієнтованої терапії на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.....	14
ВАЛЬКОВА Л. О., ЧАПДЗЕ К. О. Роль психолого-педагогічних дисциплін у формуванні готовності майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту до комунікативної взаємодії в професійній діяльності.....	17
ГАНТ О.Є., ТИХОНОВИЧ В.М. Дослідження агресивної поведінки боксерів.....	21
ГРЕСА Н.В., ШИЛІНА А.А. Специфіка відповідальності у чоловіків та жінок молодого віку.....	24
ДЕМЧЕНКО К.В., ПАВЛИК О.М. Дослідження емпатії юнаків та дівчат студентів-спортсменів факультету «спортивних ігор та одноборств».....	28
ЄВГЛЕВСЬКА Л.В., СЕЛЮКОВА Т.В. Особливості особистісних цінностей у курсантів та студентів НУЦЗУ з високим та низьким рівнем ворожості.....	32
ЗОРІНА О.О., КРАМАРЕНКО А. М. Застосування природотерапії в біо(еко)етичному орієнтованому педагогічному процесі початкової школи.....	36
КАЛАШНИК Ю. Є., СЕЛЮКОВА Т.В. Особливості саморегуляції у курсантів та студентів з різним рівнем емпатії.....	39
МАЛИК Я.К. Психологічна підготовка юних спортсменів.....	43
МАРЕНИЧ Г. В., ПАВЛИК. О. М Дослідження рівня інтелектуального розвитку студентів, майбутніх викладачів фізичної культури.....	45
ОГНЄВА Л.Г. , ШУТОВА Н.А., КУРЯЧА О.П. Зміни рівня функціональної адаптації серцево - судинної системи у дітей під впливом регулярних фізичних навантажень.....	49
ПОЛУЛЯЩЕНКО Т.Л. Виховання фізичних якостей засобами оздоровчої аеробіки.....	52
ПОТАПОВА А.Д., ПАВЛИК О.М. Мотивація досягнення як фактор успішності спортивної діяльності.....	57
СВІТЛИЧНА О.І., СЕЛЮКОВА Т.В. Особливості комунікативної сфери та чинники прийняття рішень у осіб з різним рівнем комунікативного контролю.....	61

СИЧОВА Н. С., КРАМАРЕНКО А.М Морально-етичне виховання особистості: загальні тенденції й індивідуальний пошук.....	65
СТОЛБОВА Д.М., ПАВЛИК О.М. Характеристика довірливої уваги майбутніх викладачів фізичного виховання.....	67
ТЩЕНКО А.Ю., СЕЛЮКОВА Т.В. Особливості життєстійкості у осіб з різним рівнем інтернет-залежності.....	72
ТКАЧОВ С.І. Дослідження мотиваційної сфери сучасних школярів....	76
УСАТЮК Я.В Вплив медіаграмотності на сучасний розвиток та становлення особистості майбутнього вчителя.....	79
ФІЛОНЕНКО В.М., БРИЖКО А.В. Комплексна підготовка поліцейського до ефективного виконання обов'язків в екстремальних ситуаціях.....	83
ХАРЧЕНКО С. В. До типологічного підходу у розумінні соціального інтелекту	86
ЧИРКОВА О.В., СЕЛЮКОВА Т.В. Феномен перфекціонізму у курсантів та студентів НУЦЗУ з різним рівнем суб'єктивного благополуччя.....	90
ШЕВЦОВА К. С. СЕЛЮКОВА Т.В. Особливості рефлексії у осіб з різним рівнем особистісної зрілості.....	94
ЩУРОВА Н. В. Особливості забезпечення здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу як основного вміння майбутнього фахівця.....	99

АЛЕКСАНДРОВ Ю.В.

кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри соціології та психології факультету № 6
Харківського національного університету внутрішніх справ

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Вступ. Емоції – це суб'єктивні реакції людини на впливи зовнішніх і внутрішніх подразників, що відображають у формі переживань їх особисту значущість для суб'єкта і проявляються у вигляді задоволення або незадоволення. Емоційний стан — це узагальнене поняття, що об'єднує емоції, емоційні переживання внаслідок реагування особистості на зовнішні та внутрішні подразники. Його обсяг охоплює особистість і різні види емоцій у відповідь на зазначені подразники. Зміст цього поняття — це вплив емоцій, емоційних переживань на поведінку і діяльність особи у відповідь на подразники. За останні роки в психології приділялося багато уваги вивченню деяких яскраво виражених психічних станів: стресу, неспокою або тривоги, ригідності і, нарешті, фрустрації. Вивченням емоційної сфери в юнацькому віці займалися: Д.І. Фельдштейн, Л.І. Божович, В.С. Мухіна, Л.С. Виготський, Т.В. Драгунова, З.Фрейд, К.С. Лебединська, В.В. Суворова, Г.О. Кисловська. Вивченням гендерних відмінностей у вираженні емоційних станів особистості займалися такі вчені, як: Е. Маккобі, К. Джеклін, К. Хорні, Л.В.Куликов, Л.П. Баданіна, А.М. Прихожан, В.Д. Кузакова, М.С. Пономарьова, К.Н. Суханова, П.А. Ковальова. В науковій літературі дається різне тлумачення понять емоцій, емоційних станів та поняття гендеру. Можливо виділити чотири основні аспекти аналізу емоцій. 1. Фізіологічні механізми емоцій. 2. Вираження емоцій (емоціональна експресія). 3. Емоція як результат оцінки ситуації (наприклад, ступені досягнення цілі, величини та характеру розходження між бажаним та досягнутим). [1, с. 472.]

Емоції - неодмінні компоненти життєдіяльності, могутній засіб активізації сенсорно-перцептивної діяльності особистості [2. С. 716].

Гендер – в психології: соціально-біологічна характеристика, за допомогою якої надається визначення поняттям «чоловік» та «жінка». Так як пол є біологічною категорією, психологи часто посилаються на біологічно обумовлені гендерні відмінності як на полові відмінності [3, с. 106].

Організація дослідження.

Мета дослідження. Визначити теоретичні аспекти дослідження гендерних особливостей емоційних станів в юнацькому віці.

Результати досліджень, обговорення та висновки. Емоційні реакції людей на однакову ситуацію різні (суб'єктивні): різні люди по-різному переживають і виражають свої емоції. Це детерміновано, як мінімум, двома причинами: з одного боку, генетичною обумовленістю, а з іншої - придбаним життєвим досвідом. У юнацькому віці новий розвиток набуває механізм ідентифікація-відокремлення. Загострюється здатність до емпатії, до співпереживання іншим людям і різним творам мистецтва: літературним, музичним, образотворчим. Відбувається ідентифікація не тільки з людьми, але і з природою, мистецтвом. Одночасно з вираженою потребою до ідентифікації з іншими загострюється потреба у відокремленні, без якого неможливе адекватне вирішення питання ідентичності. На цьому тлі інтенсивно йде розвиток рефлексивних процесів. Побудова і переоцінка цінностей, яка починається в підлітковому віці, інтенсивно продовжується в юності. Основна мета цього процесу переоцінки - поглянути на світ іншими очима і побудувати систему цінностей, відмінну від батьківської. Переоцінка є центральним моментом морального зростання. На основі зазначених процесів в юності відбувається остаточне оформлення такого психологічного новоутворення, як світогляд. Основною змістовною характеристикою емоцій і почуттів у юнацькому віці є майбутнє. Домінують емоції, пов'язані з очікуванням майбутнього. Для

емоційної сфери юнаків характерні різноманіття пережитих почуттів, особливо моральних і суспільно-політичних, більша стійкість емоцій і почуттів, здатність до співпереживання, розвиток естетичних почуттів, здатність зауважувати прекрасне в навколишній дійсності. Розвивається естетична сприйнятливність, більша стійкість і глибина дружби. Здебільшого почуття любові зумовлює в юнаків і дівчат прагнення перебороти свої недоліки, виробити позитивні якості особистості, розвиватися фізично, щоб привернути увагу об'єкта свого почуття. В юності нерідко зустрічається загострення переживання самотності, яке може призвести до психічних розладів. Переживання самотності в ранньому юнацькому віці в нормі не є стабільним. Винятково важлива риса особистості, яка започатковується у ранній юності – самоповага, яка являє собою узагальнену самооцінку, міру прийняття чи неприйняття себе як особистості. Емоційність юнацтва — це стійка властивість індивідуальності. Особи раннього юнацького віку являють вищий рівень тривожності, але особливо різко зростає в них тривожність у спілкуванні з батьками і тими дорослими, від яких вони якоюсь мірою залежать. Емоційні проблеми раннього юнацького віку мають різні джерела. У багатьох дослідженнях виявлені виразні відмінності в емоційній сфері осіб чоловічої та жіночої статі. Правда, до цих пір не ясно, чи є хоча б деякі з них вродженими або всі ці особливості набуваються в процесі специфічного виховання хлопчиків і дівчаток. Статеві відмінності у вираженні емоційних станів особистості вивчалися та пояснювалися різними вченими: Е. Маккобі і К. Джеклін, К. Хорні, В.А. Чикер, Л.В. Куликов, Р. Сальвагіо та іншими. Відмічається, в перші роки життя немає відмінностей у частоті і тривалості негативних емоційних реакцій у хлопчиків і дівчаток, але з віком їх частота і інтенсивність у хлопчиків зростають, а у дівчаток – убують, існують виразні відмінності в емоційній сфері осіб чоловічої та жіночої статі, які багато психологів пов'язують саме з особливостями виховання тих і інших. Існують відмінності по рівню тривожності, які у хлопчиків нижче, ніж у дівчаток.

Хлопчики і дівчатка також розрізняються за домінуючими причинами тривожності. Факт більшої тривожності і нейротизму осіб жіночої статі в порівнянні з особами чоловічої статі виявлений у багатьох дослідженнях. Виявлені значущі статеві відмінності в самооцінці печалі, тривоги і провини. Порівняння схильності до переживання базових емоцій у школярів і школярок різного віку показало, що у дівчаток і дівчат у всіх вікових групах схильність до страху виражена значно більше, ніж у хлопчиків і юнаків. Виявлена цікава вікова динаміка щодо схильності до переживання гніву і печалі. Чим молодші школярі, тим схильність до переживання цих емоцій більше виражена у осіб чоловічої статі, і чим старші школярі, тим більше виражені ці схильності в осіб жіночої статі. Схильність до радості не виявила чіткої вікової динаміки. Що стосується відмінності в емоційних стосунках з іншими, серед друзів дівчаток відносини більш довірчі, ніж серед хлопчиків. У дівчаток прагнення до близьких дружніх відносин з протилежною статтю зав'язуються раніше, ніж у юнаків. Відзначається велика емоційна чутливість і емоційна нестабільність жінок. Вивчення цього питання В. Г. Пінігіним на школярах та студентах за допомогою оцінок власних життєвих проявів виявило, що особи жіночої статі явно перевершують осіб чоловічої статі у всіх вікових групах з емоційної збудливості. Особи жіночої статі приділяють значно більшу увагу емоційним аспектам міжособистісних відносин і своїх переживань. Вважається, що вони більш емпатичні. У відношенні образливості істотних статевих відмінностей, за даними Ковальова, не виявлено, а оцінки власної мстивості в осіб чоловічої статі були вище, ніж в осіб жіночої статі. У закордонних дослідженнях емоційні особливості жінок пов'язують з їх соціальним становищем у суспільстві і розглядають їх у двох площинах: як провини сімейних працюючих жінок і як страх жінок перед успіхом.

Можна зробити висновки, що в юнацькому віці значно розширюється коло факторів, здатних викликати емоційний відгук; способи вираження емоцій стають більш гнучкими і різноманітними; збільшується тривалість емоційних

реакцій і т.д. В цілому юнацький вік характеризується більшою, порівняно з підлітковим, різноманітністю емоційних реакцій і способів вираження емоційних станів, а також підвищенням самоконтролю і саморегуляції.

Перспективи подальших досліджень. Враховуючи вищевикладене, вважаємо за необхідним продовження вивчення гендерних особливостей емоційних станів в юнацькому віці. Буде доцільним для вивчення даного питання застосування слідуєчих методів досліджень: «Чотирьохмодальносний емоційний опитувач Л. А. Рабіновича», методика для експрес-діагностики самопочуття, активності і настрою «САН» та інші.

Список літератури

1. Психология XXI века : учебник для вузов / Александров И.О., Александров Ю.И, Агарков В.А. и др. ; под ред. В.Н. Дружинина. Москва : ПЕР СЭ, 2003. 863с.
2. В. Шапарь. Словарь практического психолога. Москва : ТОРСИНГ, 2005. 734 с.
3. Альмуханова А.Б., Гладкова Е.С., Есина Е.В., Имашева Е.Г, Клименко О.В. и др. Большая психологическая энциклопедия. Москва: Эксмо, 2007. 544 с.

АРТАМОНОВ Ю.О.

студент 3 курсу

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: **ПАВЛИК О.М.**

к. психол. н., доцент

доцент кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

ХАРАКТЕРИСТИКА СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ

МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ З РІЗНИХ ВИДІВ СПОРТУ

Вступ. Сором'язливість — стан психіки і обумовлена ним поведінка людини, що характеризується такими поведінковими рисами як нерішучість,

боязкість, напруженість, скутість та дискомфорт через невпевненість в собі або відсутності здібностей та навиків до ефективних соціальних комунікацій [4].

Філіп Дж. Зімбардо у своїй книзі «Як побороти сором'язливість» вказує, що сором'язливість це поняття розпливчате: «чим пильніше ми в нього вдивляємося, тим більше видів сором'язливості виявляємо». Сором'язлива людина «уникає взаємодії з певними особами». «Обережний в словах і вчинках, який не наполягає на своїх правах, болісно боязкий», сором'язливий індивідуум може бути «нетовариським і схильним до усамітнення» або «здаватися підозрілим». Ці дефініції, однак, мало що можуть додати до повсякденного життєвого тлумачення. Не існує єдиного правильного визначення, так як сором'язливість для різних людей означає не одне і те ж. Це комплексний стан, що виявляється в різноманітних формах - від легкого дискомфорту до незрозумілого страху і навіть глибокого неврозу [6].

Словник Н.Вебстера визначає сором'язливість як стан «сорому в присутності інших людей» [5].

Деніел Гоулман американський письменник, психолог і науковий журналіст у своїй книзі «Емоційний інтелект» визначає сором'язливість як можливий продукт дуже особливого вродженого розташування нейронів у прифронтальних долях мозку, що генерує певну зміну чутливості у 15 % суб'єктів з цією нейронною конфігурацією. Однак він стверджує, що більшість аспектів, пов'язаних зі сором'язливістю, мають набутий характер і є результатом суспільних комунікативних контактів і взаємодій людей [2].

Першопричина сором'язливості пояснюється теж досить варіативно. Деякі вчені вважають, що вони виявили дані, що підтверджують гіпотезу про те, що сором'язливість, принаймні частково, є генетично обумовленою. Проте, є також докази, які свідчать про те, що середовище, в якому виховується людина також може спричиняти сором'язливість. До числа таких факторів належить жорстоке поводження з дітьми, психоемоційне насильство, наприклад, насмішки і т.п.

Сором'язливість може виникнути і після того, як людина пережила гостру фізичну реакцію тривоги. За інших обставин сором'язливість як модель поведінки виникає спочатку, а вже потім формуються фізичні симптоми тривоги. Сором'язливість відрізняється від соціальної тривожності, яка є більш широким, часто пов'язаним з депресивним психологічним станом [6].

Негативні наслідки сором'язливості можуть бути такими: вона заважає заводити нові знайомства та друзів; не дозволяє створювати ситуації нового досвіду в соціальному плані; живить і підсилює страх перед авторитетами і представниками протилежної статі; через гіпертрофовану зацикленості на своїх почуттях і поведінці, сором'язливим людям важко адекватно вести себе і ясно мислити; у кінцевому рахунку, все вище перераховане і багато іншого, що можна додати, створює стресовий стан і неминуче веде до депресії.

Особливості діяльності тренера пов'язані, перш за все, з метою, що стоїть перед ним, - досягнення його учнями високої спортивної майстерності в результаті багаторічного тренування. Звідси перша специфіка тренерської діяльності - постійне спілкування зі своїми учнями на тренувальних заняттях, зборах і змаганнях, що дозволяє краще вивчити психологію спортсменів і чинити на них систематичний вплив. Ця особливість накладає на тренера особливу відповідальність за фізичне здоров'я і особистісний розвиток його підопічних. Тренер повинен не тільки навчати спортсменів техніці і тактиці спортивної діяльності, а й бути вихователем, формувати у своїх учнів моральні, вольові якості. Виховна роль тренера має базуватися на його авторитеті й особистісному професіоналізмі [1]. Тому, виникає гостра необхідність у підготовці майбутніх тренерів відкритих, мобільних, спонтанних людей, які вміють швидко орієнтуватися та пристосовуватися до сучасного ритму і динаміки життя, які напевно досягнуть успіху у своїй майбутній професії.

Мета дослідження. Дати характеристику сором'язливості майбутніх тренерів з різних видів спорту.

Результати дослідження. Для дослідження сором'язливості майбутніх тренерів з різних видів спорту ми обрали методика «Діагностика сором'язливості» [3].

У дослідженні взяли участь 14 студентів другого курсу ХДАФК, майбутні тренери з футболу, баскетболу, волейболу, фрі-файту, тенісу та бойового самбо. 8 хлопців та 6 дівчат віком від 18 до 20 років.

Отримані данні свідчать (рис. 1), що у більшості досліджуваних хлопців

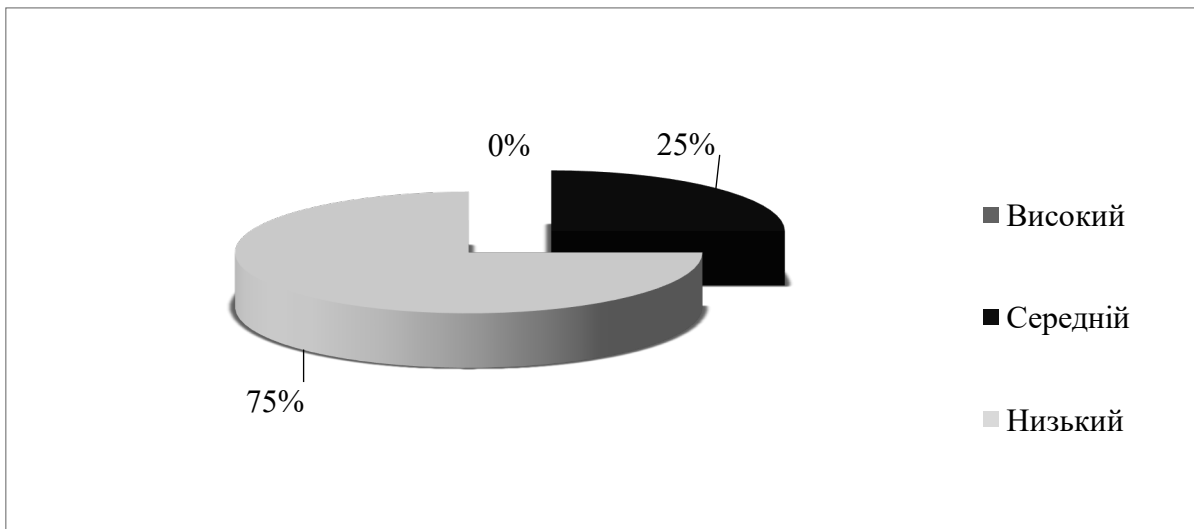


Рис. 1. Кількість хлопців з різним рівнем сором'язливості (%).

(75%) був діагностований низький рівень сором'язливості, у 25% - середній рівень сором'язливості, високий рівень сором'язливості не властивий ні одному з досліджуваних хлопців.

Для більшості досліджуваних дівчат (рис. 2) характерним є середній рівень сором'язливості (50%), для 33% притаманним є низький рівень, а для 17% дівчат – високий рівень сором'язливості.

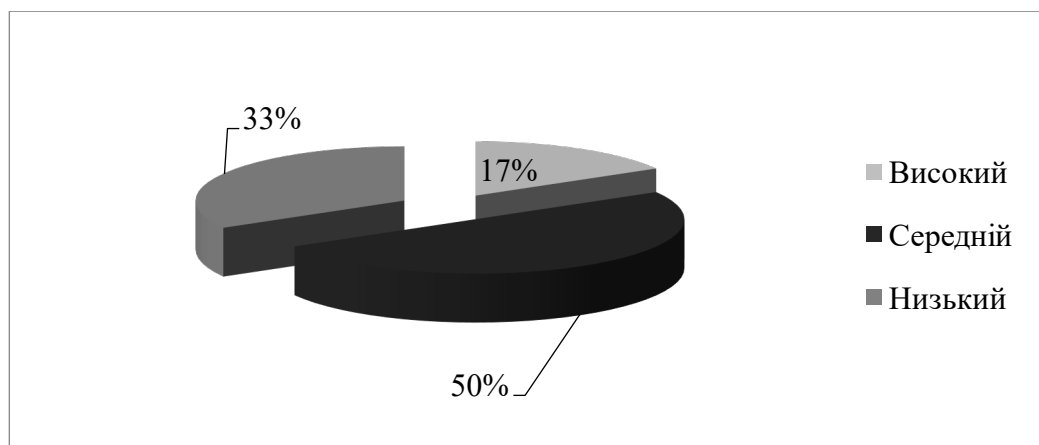


Рис. 2. Кількість дівчат з різним рівнем сором'язливості (%)

Як видно з отриманих у ході дослідження даних (рис.1, рис.2), більшість хлопців мають низький рівень сором'язливості, тобто вони не бояться своєю поведінкою зіпсувати враження про себе; при розмові з більш знаючими людьми вони не відчують себе нерозумними; при спілкуванні з дівчатами почуваються вільно.

Більшість дівчат мають середній рівень сором'язливості (50%), тобто коли їх застають зненацька (не причесаними, без косметики) вони можуть ніяковіти; іноді їм важко попросити кого-небудь про маленьку послугу; їм іноді важко заходити в незнайоме приміщення, де вже зібралися люди.

Висновки: Для майбутніх тренерів з різних видів спорту високий рівень сором'язливості може стати завадою на шляху до кар'єрного зросту. Середній рівень сором'язливості також потребує від майбутніх тренерів бажання змінюватися, бути більш впевненим у собі та комунікативним. Низький рівень сором'язливості дозволяє майбутнім тренерам безболісно сприймати критику, впевнено спілкуватися з широким кругом людей, вони не бояться висловлювати свою точку зору в присутності багатьох людей.

Перспективи дослідження: розробка практичних рекомендацій для корекцій високого рівня сором'язливості у дівчат майбутніх тренерів з різних видів спорту.

Список літератури

1. Джамгаров Т. Т., Румянцева В. И. Лидерство в спорте. М.: ФиС. 1983.
2. Дэниел Гоулман Эмоциональный интеллект, М., ООО «Изд-во АСТ» 2009.
3. Обозов Н. Н. Психология менеджмента. СПб., 1997
4. Психологічний словник /за ред. В.І.Войтка. Київ : Вища школа, 1982.
5. Універсальний словник-енциклопедія / Гол. ред. ради академік НАНУ М.Попович. 4-те вид., виправл., доп. Видавництво «ТЕКА». 2006. С. 205.
6. Филип Зимбардо. Как поборошь застенчивость М.: Альпина Паблишер, 2013. 308 с.

БОГДАН Д. М.

здобувач

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: ГАНТ О.Є.

к. психол. н., доцент

завідувач кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

ОПТИМІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БОКСЕРІВ МЕТОДОМ ТІЛЕСНО-ОРІЄНТОВАНОЇ ТЕРАПІЇ НА ЕТАПІ МАКСИМАЛЬНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ

Вступ. У сучасному світі спортсмену пред'являються підвищені вимоги до розвитку регуляторних процесів, що дозволяють особистості виступати суб'єктом своєї поведінки в діяльності, та самостійно визначати перспективи свого розвитку. Психологічні особливості змагань, закономірності, причини та динаміка предзмагальних станів визначають високі вимоги до психіки спортсмена. Все те, що було відпрацьовано і накопичено в процесі навчання і тренувань протягом місяців або років, може бути розгублено в лічені хвилини, а деколи і секунди перед стартом або в ході спортивної боротьби. Тому слід пам'ятати, що психологічна підготовка спортсмена до змагань важливий і обов'язковий елемент навчання і тренування. Оптимізація психологічної підготовки до змагань повинна бути спрямована на формування властивостей і

якостей особистості та психічних станів, якими завжди обумовлена успішність і стабільність змагальній діяльності [1,4,6].

Для оптимізації психологічної підготовки потребується більше часу ніж для фізичної, тим самим показуючи, що одним з перспективних напрямків дослідження спортивної психології є вивчення механізмів оптимізації психологічної підготовки спортсменів на різних етапі максимальної реалізації їхніх можливостей [1,5,6]

Мета дослідження розробити програму тілесно-орієнтованої терапії для оптимізації психологічної підготовки боксерів.

Результати дослідження. За результатами дослідження літературних джерел було виявлено, що деякі структурно-функціональні особливості тілесної динаміки м'язові блоки, зажими безпосередньо пов'язані з функціональними особливостями невротичної структури характеру. Основна функція елементів невротичного характеру - захист індивіда від травматичних зовнішніх і внутрішніх переживань. М'язовий панцир підкріплює і посилює характерологічні захисти, стабілізує у м'язових фіксаціях енергетичний потенціал, який потребує розрядження, що неможливо для індивіда через певні суб'єктивні, невротичні умови під час змагань. Тілесна терапія безпосередньо працює з такими зонами тіла, вивільняючи заблокований потенціал, полегшуючи завдяки цьому психологічні проблеми спортсмена. Виражені за допомогою м'язових структур характерологічні захисти можуть бути ідентифіковані в міру їх проявів, пов'язаних із різними тілесними експресіями і вегетативними реакціями (поза, міміка, рухи очей, тактильна комунікація, жести, манера триматися, екстралінгвістичні характеристики мови та ін.). Специфіка цих реакцій свідчить про наявність гіпертонусу в окремих м'язових групах і втрату цілісності тілесних імпульсів. Розгляд літературних джерел вказує [4,5], що результат спортивних змагань в боксі багато в чому залежить від фізичного та емоційного стану спортсмена та функціональних можливостей нервової системи. Наведені стани є

складовими успіху боксера і набувають все більшого значення зі збільшенням складності і відповідальності змагань. Результат впливу психологічної підготовки помітно проявляється в ситуаціях, коли рівень кваліфікації спортсменів не надає вирішального впливу на результат змагань, незважаючи на об'єктивну оцінку фізичної, технічної і тактичної підготовленості. Перемагає той, хто володіє більшою стресостійкістю, сконцентрованістю та налаштованістю на перемогу тому, застосування тілесних психотехнік в боксі є актуальними і своєчасним.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та обґрунтуванні на практиці комплексу практичних рекомендацій, що до використання методів, засобів та форм організації тілесно-орієнтованої терапії для оптимізації психологічної підготовки боксерів на різних етапах спортивної діяльності. Будуть обґрунтовані основні принципи реалізації програми тілесно-орієнтованої терапії, спрямованої на формування значущих особистісних утворень, що визначають психологічні умови підвищення спортивної результативності боксерів на різних етапах спортивної діяльності.

Список літератури

1. Алексеев А. В. Психическая подготовка в спорте. Преодолей себя. Феникс. Ростов-на-Дону : 2006. 352 с
2. Анан'єв В. А. Основы психологии здоров'я: монографія. Санкт-Петербург, 2006. 384 с.
3. Анисимов Г. И. Индивидуальный подход к подготовке боксеров Свысокой квалификации с использованием данных педагогических и психофизических исследований : навч. посібник. Волгоград, 2000. 41 с.
4. Белогородский Л.С. Телесно–ориентированная психотерапия: общий обзор и история метода: монографияю. Москва, 2000. 367 с.
5. Бирюкова Г. М. Феномен внушаемости в аспекте оптимизации процесса подготовки спортсменов / Г. М. Бирюкова, Д. В. Борисевич // Спортивный психолог. – 2016. – №3 (42). – С. 25–28.
5. Буланов С. О. Особенности содержания технической, физической и психологической подготовки во французском боксе сават : автореф. дис. канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2006. 21 с.

6. Гант Е. Е. Исследование нейропсихологического статуса боксеров // Матеріали XIV Міжнародної науково –практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я». Харків, 2014. С. 226-228.

7. Гант Е. Е. Общая продуктивность когнитивных функций спортсменов как показатель их психологического здоровья // Материалы сборника конференций «НИЦ Социосфера», 2014. №23. С. 24-33.

ВАЛЬКОВА Л. О.

заступник директора з навчально-методичної роботи
Харківського обласного вищого училища фізичної культури і спорту

ЧАПІДЗЕ К. О.

викладач психології та педагогіки
Харківського обласного вищого училища фізичної культури і спорту,
аспірант Української інженерно-педагогічної академії

РОЛЬ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН У ФОРМУВАННІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ МОЛОДШИХ СПЕЦІАЛІСТІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ДО КОМУНІКАТИВНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Вступ. В умовах гуманізації освіти, активізації тенденцій особистісно орієнтованого навчання та виховання оновлюються погляди на цілі, зміст, принципи, завдання, методи професійної освіти фахівців фізичної культури і спорту. Сучасний недостатній рівень організованої рухової активності населення України, низький рівень забезпечення системи фізичного виховання країни актуалізує питання підготовки кваліфікованого фахівця, котрий вільно володіє своєю професією, здатний до ефективної комунікативної взаємодії з іншими людьми, готовий до постійного професійного вдосконалення та саморозвитку.

Відповідно до законів України «Про освіту», «Про вищу освіту» сучасний освітній процес у спеціалізованих закладах освіти спортивного профілю повинен бути побудований таким чином, щоб відповідати одному з найважливіших завдань освітньо-професійної програми підготовки майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту – формування готовності до

комунікативної взаємодії. Майбутні молодші спеціалісти мають набути вмінь та навичок професійно-зорієнтованого спілкування [1].

На жаль, сьогодні дещо недооцінюється значущість особистісного розвитку майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. У свою чергу питання формування комунікативних вмінь та підвищення загальної культури майбутнього фахівця зумовлює значущість гуманітарної підготовки, зокрема психолого-педагогічних дисциплін.

Метою дослідження є обґрунтування процесу формування готовності майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту до комунікативної взаємодії при вивченні психолого-педагогічних дисциплін.

Результати дослідження. Зазвичай професійний розвиток особистості майбутнього молодшого спеціаліста фізичної культури і спорту починається у на початковому рівні вищої освіти, де формуються його професійно значущі якості, інтереси, потреби, зростає загальний рівень культури. Крім того, заклад вищої освіти допомагає майбутньому фахівцю опанувати мистецтво спілкування з людьми, що в подальшому багато в чому визначає успіх його професійної діяльності. Велике значення також для успішної професійної діяльності має сукупність особистісних якостей молодшого спеціаліста фізичної культури і спорту: самодисциплінованість, комунікативність, толерантність, відповідальність, емпатійність, гуманність, духовність, високий рівень загальної культури, відчуття такту тощо [3].

За таких умов особливого значення для професійної підготовки майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту набуває цикл дисциплін професійної та практичної підготовки. Навчальні дисципліни циклу професійної та практичної підготовки покликані забезпечити знання й уміння молодшого спеціаліста фізичної культури і спорту щодо таких характеристик професійної діяльності, визначених освітньо-професійною програмою та іншими нормативними актами. Метою практичної та професійної підготовки майбутніх

молодших спеціалістів фізичної культури і спорту у спеціалізованому навчальному закладі спортивного профілю є формування професійних умінь і особистісних якостей фахівця, оволодіння найважливішими видами професійної діяльності. Одним із компонентів цього циклу є дисципліни психолого-педагогічної спрямованості [2].

В процесі формування зазначених особистісних якостей важливе місце посідають предмети психолого-педагогічної спрямованості, що направлені на розвиток і формування навичок комунікативної взаємодії майбутнього фахівця. Серед них: «Психологія», «Педагогіка», «Вступ до спеціальності», «Соціологія», педагогічна практика.

Кожна з вищеназваних дисциплін спрямована на розвиток особистості майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту, зокрема на розвиток у нього комунікативних умінь. Так, при вивченні «Психології» майбутні молодші спеціалісти мають можливість набути глибоких знань із загальної, вікової, педагогічної психології, психології спорту та вмінь їх використовувати у процесі комунікативної взаємодії в професійній діяльності.

Дисципліна «Педагогіка» передбачає вивчення проблем, пов'язаних з теорією і практикою розвитку особистості в умовах навчання, виховання та в процесі занять спортом. До структури курсу входить вивчення загальних закономірностей, принципів, форм, методів і засобів навчання і виховання особистості дитини. Педагогічне знання (уявлення про зміст, загальні методи та організаційні форми, засоби навчання і виховання), педагогічні вміння та навички спілкування є необхідною складовою процесу формування готовності майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту до комунікативної взаємодії в професійній діяльності.

Мета дисциплін «Вступ до спеціальності» та «Соціологія» полягає в формуванні готовності майбутніх соціальних педагогів до оволодіння компетентностями й ролями фахівця та розвитку їх професійно значущих рис,

сприяє підвищенню професійного рівня. Педагогічна практика дає змогу використати всі набуті знання та уміння комунікативної взаємодії безпосередньо в професійній діяльності.

Таким чином, вищезазначені дисципліни психолого-педагогічної спрямованості сприяють розвитку особистісного потенціалу майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту, формують фахові та особистісні якості, сприяють формуванню готовності до комунікативної взаємодії в професійній діяльності.

Перспективи подальших досліджень. Отже, процес підготовки молодших спеціалістів фізичної культури і спорту до комунікативної взаємодії в професійній діяльності має свою специфіку. Набуття студентами теоретичних знань, практичних умінь і навичок є визначальним у процесі підготовки і формуванні готовності майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури і спорту до комунікативної взаємодії в професійній діяльності. Предметом подальшого наукового дослідження може стати пошук ефективних, інноваційних технологій, методів та засобів формування готовності майбутніх молодших спеціалістів фізичної культури спорту до комунікативної взаємодії в професійній діяльності.

Список літератури

1. Галузевий Стандарт Вищої Освіти. Освітньо-кваліфікаційна характеристика молодшого спеціаліста спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» напрямку підготовки 01 «Освіта/Педагогіка». Харків, 2014. 37 с.
2. Бутенко Т.О. Роль психолого-педагогічної підготовки у формуванні комунікативної компетентності майбутніх інженерів. *Соціально-гуманітарні вектори педагогіки вищої школи* : матеріали II Міжнародної наукової конференції, г. Харків, 15-16 квітня 2010 р. Харків : ХДАДМ, 2010. С. 133-134.
3. Зайцева Ю. В. Формування у майбутніх учителів фізичної культури готовності до організації фізкультурно-спортивної роботи у загальноосвітніх навчальних закладах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Полтава, 2015. 228 с.
4. Лякішева А.В. Методика викладання навчальних дисциплін соціально-педагогічного напрямку студентам ВНЗ : навчально-методичний посібник. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2013. 504 с.

ГАНТ О.Є.

к. психол. н., доцент
завідувач кафедри педагогіки та психології
Харківської державної академії фізичної культури

ТИХОНОВИЧ В.М.

к. пед. н., професор
проректор з науково-педагогічної роботи

ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ БОКСЕРІВ

Вступ. Успішність виступу спортсменів на змаганнях вимагає не лише високого рівня фізичної, технічної, тактичної підготовки, але максимального залучення психічних функцій, що лежать в основі психологічної підготовленості спортсмена. Важливо відмітити, що саме психологічний чинник грає вирішальну роль в напружених поєдинках. Агресивність - ситуативний стан, який характеризується афективними спалахами гніву чи злоби та імпульсивними проявами поведінки, спрямованими на об'єкт фрустрації, що став причиною конфлікту.

Результати дослідження. За результатами нашого дослідження у 4,76 % обстежених спортсменів мав місце високий рівень агресивності, середній рівень був виявлений у 64,29 % боксерів, низький рівень агресивності мав місце у 16,67 % обстежених спортсменів, у 14,29 % обстежених спортсменів діагностували - нестриманість. Показники прямої вербальної агресії боксерів жінок ($5,6 \pm 0,84$) та боксерів чоловіків ($5,65 \pm 0,55$) достовірно не відрізняються ($p < 0,01$). Показники непрямой вербальної агресії боксерів жінок ($3,24 \pm 1,03$) та боксерів чоловіків ($3,63 \pm 0,5$) достовірно не відрізняються ($p < 0,01$). Показники прямої фізичної агресії боксерів жінок ($5,6 \pm 0,62$) та боксерів чоловіків ($6,4 \pm 0,45$) достовірно не відрізняються ($p < 0,01$). Показники непрямой фізичної агресії боксерів жінок ($3,01 \pm 0,9$) та боксерів чоловіків ($3,70 \pm 0,5$) достовірно не відрізняються ($p < 0,01$). Показники нестриманості боксерів жінок ($14,01 \pm 1,72$) та боксерів чоловіків ($15,52 \pm 1,33$) достовірно не відрізняються ($p < 0,01$). В

показниках вербальної агресивності, непрямой агресивності, дратівливості, підозрливості і сумарного показника індексу агресії між спортсменами різної статі, достовірних відмінностей виявлено не було ($p < 0,01$). Показники і форми агресії достовірно відрізняються одне від одного. Тільки в разі фізичної агресивності ($73,3 \pm 5,9$) і негативізму ($57,1 \pm 5,8$) показник вище у чоловіків-боксерів ($p > 0,01$), а в разі образи ($53,5 \pm 5,7$), почуття провини ($65,4 \pm 5,3$) і індексу ворожості ($51,4 \pm 5,4$) боксери жінки показали результат, вірогідно відрізняється від показників спортсменів чоловіків ($p > 0,01$).

У 23,81 % боксерів, має місце позитивна агресивність, із них 6 (27,27 %) – жінки, та 4 (20,00 %) – чоловіки; у 42,85 % боксерів має місце негативна агресивність, із них 8 (36,36 %) – жінки, та 10 (50,00%) спортсмени - чоловіки; у 33,33 % боксерів має місце конфліктність, із них 8 (36,36 %) – жінки, та 6 (30,00%) чоловіки.

При регулюванні конфліктних ситуацій 57,14 % обстежених спортсменів використовують стиль конкуренції (суперництва); 19,04 % спортсменів використовують стиль уникнення; не один спортсмен із групи досліджуваних, які займаються боксом, при регулюванні конфліктних ситуацій не використовують стиль пристосування. 9,52 % спортсмена, які займаються боксом, використовують стиль співробітництва; 6 (14,28 %) боксерів використовують стиль компроміс.

Високий рівень емпатії, мав місце у 43,00 % досліджених спортсменів, з них 10 (45,00 %) - жінки, та 8 (40,00 %) – чоловіки. 33,00 % боксерів, мають високий рівень перешкод у встановленні емоційних контактів, з них 8 (36,00 %) жінки, та 6 (30,00 %) – чоловіки. Середній рівень перешкод у встановленні емоційних контактів мав місце у 9,00 % спортсменів, даної групи.

57,00 % учасників, із групи спортсменів, які займаються боксом, мають високий рівень комунікативного контролю, з них 12 (55,00 %) жінки, та 12 (60,00 %) – чоловіки; середній рівень комунікативного контролю, мав місце у 38,00 %

боксерів; низький рівень комунікативного контролю, мав місце у 5,00 % учасників, із групи, які займаються боксом.

91,00 % учасників, із групи спортсменів, які займаються боксом, мають високий рівень макіавеллізму, а 9,00 % учасника, із групи спортсменів, які займаються боксом, мають низький рівень макіавеллізму. Од же, маніпулятивна спрямованість поведінки спортсменів, які займаються боксом, у спілкуванні і високий ступінь макіавеллізму особистості виступають факторами, які детермінують їх агресивну поведінку.

На підставі результатів комплексного психолого-педагогічного дослідження емоційно-вольвих особливостей боксерів були розроблені практичні рекомендації щодо врахування особливостей агресивної поведінки боксерів в системі їх психологічної підготовки.

Список літератури

1. Борулько Д. Н. Расстройства когнитивных функций как последствия черепно-мозговых травм среди тайбоксеров // Наука и образование: сохраняя прошлое, создаём будущее. – 2017. – С. 180-187.

2. Гайнуллина А. Ф. Субъективная оценка психоэмоционального состояния юных боксеров в динамике периода применения корректирующих мероприятий // Проблемы современного педагогического образования. – 2016. – №. 53-9. – С. 284-291.

3. Гант Е. Е. Исследование нейропсихологического статуса боксеров / Е.Е. Гант, Я.К.Малик // матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я», Харків: 2014. - С. 226-228 <http://hdafk.kharkov.ua/docs/konferences>

4. Гант О. Є. Спортивна діяльність як особливий вид професіонального функціонування людини / О. Є. Гант, Я. К. Малик // Проблеми екстремальної та кризової психології: Вісник Національного ун-ту цивільного захисту України. – 2014. – Вип. 17. – С. 48–60.

5. Гант О.Є. Діагностика перцептивно-гностичної сфери спортсменів, на початкових етапах підготовки, як умова збереження їх психологічного здоров'я / О.Є.Гант // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки. – 2014. – Вип. 2. – С. 18-31.

6. Гант О.Є. Нейропсихологічні передумови зміни здоров'я спортсменів / О.Є. Гант // Проблеми екстремальної та кризової психології.–Харків:, 2014. - Вип. 15. – С. 40-49

ГРЕСА Н.В.

доцент, к. психол. н.,
доцент кафедри соціології та психології,
Харківського національного університету внутрішніх справ

ШИЛІНА А.А.

доцент, к. психол. н.,
доцент кафедри соціології та психології,
Харківського національного університету внутрішніх справ

СПЕЦИФІКА ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ У ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ

Вступ. Сучасне суспільство ставить нові горизонти розвитку особистості – особистості, що розкриває всю повноту власного потенціалу; сповідує свободу вибору, не порушує меж іншої людини; вміє створювати стосунки, сповнені близькістю та глибиною. Саме таку особистість можна назвати відповідальною, що найважливіше – не тільки за себе, але й за інших - і ця відповідальність не нав'язана ззовні, а є фундаментальною особистісною характеристикою. Саме відповідальність є тією психологічною якістю, наявність якої позитивно виявляється в регуляції діяльності і є ознакою зрілості особистості. Відповідальність – це, перш за все, усвідомлення особистістю власної необхідності, обов'язків і розумне їх виконання [1].

Проблема відповідальності особистості за своє майбутнє, будучи однією з центральних проблем психології, в умовах різких кризових змін в нашому суспільстві звучить усе більш актуально. У сучасній психологічній науці є ряд відносно самостійних напрямів у вивченні відповідальності : відповідальність як моральна категорія (Л. Кольбегр, Ж. Піаже, Ж. - П. Сартр, Х. Хекхаузен, та ін.), співвідношення свободи і відповідальності (К.О. Абульханова-Славська, А.В. Брушлинський, О.Ф. Плахотний, К. Роджерс та ін.), системний підхід до вивчення відповідальності (О.І. Крупнов, В.П. Прядеїн та ін.), відповідальність з позицій каузальної атрибуції (В. С. Агієв, К. Муздибаєв, Ф. Хайдер та ін.), співвідношення соціальної і особистісної відповідальності (А. Адлер, Р. Мей,

В.Г. Сахоров, О.Г. Спіркін та ін.) становлення і виховання відповідальності (З.Н. Борисова, М.В. Борцова, В.С. Мухіна та ін.). Варто відзначити розрізненість існуючих поглядів щодо феномену «відповідальність», особливо відносно елементів його структури [2, с.188], що вказує на актуальність та доцільність глибшого дослідження саме даного аспекту.

Мета дослідження - вивчити специфіку відповідальності у чоловіків та жінок молодого віку.

Результати дослідження. У дослідженні приймали участь жінки та чоловіки у віці 24-27 років, м. Харкова, загалом 50 чоловік (26 жінок і 24 чоловіка). Для вирішення поставлених в дослідженні завдань нами було використано опитувальник багатовимірно-функціонального аналізу відповідальності (В.П. Прядеїна).

Відповідальність - одна з базових морально-вольових властивостей особистості, яка, на думку багатьох учених, є вищою особистісною освітою, складним феноменом, що характеризує особистісну і соціальну зрілість людини. В психології, крім розрізнених, наявні і досить систематизовані дослідження відповідальності, яка запропонована В.П. Прядеїним [3], який встановив компонентний склад відповідальності, що найчастіше зустрічається в роботах різних дослідників: динамічний, емоційний, мотиваційний, результативний, регулятивний та когнітивний компоненти.

В.П. Прядеїн виділив сенситивні періоди розвитку відповідальності, вік досліджуваних відноситься до двох таких періодів: «22-23 роки особистість отримує освіту, набуває відносної самостійності, змінюється статус «дитина – дорослий», 25-35 років перша вікова зрілість, людина стає матеріально незалежна та повністю самостійна» [4, с.42].

Результати дослідження особливостей відповідальності у чоловіків та жінок молодого віку наведені в таблиці 1.

Порівняльний аналіз показав, що чоловікам молодого віку достовірно більш притаманні такі складові відповідальності як прагнення інструментально-стильові ($24,28 \pm 0,84$ та $21,96 \pm 0,69$, при $p \leq 0,05$), ніж жінкам.

Таблиця 1

Показники відповідальності у чоловіків та жінок молодого віку ($M \pm m$)

Шкали	Групи		t	P
	Чоловіки	Жінки		
Динамічна ергічність	$23,08 \pm 1,23$	$25,76 \pm 0,81$	1,82	-
Динамічна аергічність	$18,34 \pm 0,46$	$19,44 \pm 1,22$	0,84	-
Мотивація соціоцентрична	$22,28 \pm 0,81$	$24,67 \pm 0,88$	1,05	-
Мотивація егоцентрична	$18,75 \pm 0,65$	$19,25 \pm 1,09$	1,46	-
Когнітивна свідомість	$24,96 \pm 0,87$	$25,88 \pm 0,57$	0,91	-
Когнітивна обізнаність	$18,39 \pm 0,82$	$21,61 \pm 1,36$	2,06	0,05
Продуктивність предметна	$23,94 \pm 0,98$	$24,76 \pm 0,89$	0,64	-
Продуктивність суб'єктна	$22,51 \pm 0,73$	$24,08 \pm 0,88$	1,38	-
Емоційність стенична	$24,34 \pm 0,95$	$27,53 \pm 1,13$	2,16	0,05
Емоційність астенічна	$22,44 \pm 0,66$	$23,34 \pm 0,92$	0,82	-
Регуляторна інтернальність	$26,69 \pm 1,04$	$26,97 \pm 0,78$	0,21	-
Регуляторна екстернальність	$19,56 \pm 0,96$	$21,75 \pm 1,36$	1,32	-
Труднощі особистісні	$22,37 \pm 0,64$	$21,13 \pm 1,16$	0,96	-
Труднощі операціональні	$19,78 \pm 1,04$	$20,69 \pm 1,37$	0,05	-
Прагнення інструментально-стильові	$24,28 \pm 0,84$	$21,96 \pm 0,69$	2,13	0,05
Прагнення змістовно-сенсові	$24,11 \pm 0,55$	$26,18 \pm 0,77$	2,19	0,05

А жінкам молодого віку в свою чергу достовірно більш властиві такі складові відповідальності як когнітивна обізнаність ($21,61 \pm 1,36$ та $18,39 \pm 0,82$, при $p \leq 0,05$), емоційність стенична ($27,53 \pm 1,13$ та $24,34 \pm 0,95$, при $p \leq 0,05$) та прагнення змістовно-сенсові ($26,18 \pm 0,77$ та $24,11 \pm 0,55$, при $p \leq 0,05$), ніж

чоловікам. В цілому чоловіки молодого віку спрямовані на затрату особистісної енергії, бажанням займати лідируюче положення у відповідальних справах. А жінкам молодого віку характерне поверхнєве розумінням відповідальності, але при цьому їм властиво переживати позитивні емоцій при виконанні відповідальних справ, проявляти сумлінність при виконанні справ альтруїстичного характеру. Відносно інших показників достовірних відмінностей не реєструється.

Висновки. Таким чином, чоловікам молодого віку притаманні такі складові відповідальності як прагнення інструментально-стильові, які спрямовані на затрату великої особистісної енергії, рішучості, бажанням зайняти лідируюче положення при виконанні відповідальних справ.

А жінкам молодого віку властиві такі складові відповідальності як когнітивна обізнаність, емоційність стенична та прагнення змістовно-сенсові, які свідчать про поверхнєве розумінням відповідальності, тобто розглядом якоїсь однієї сторони, яка розкриває якості неспецифічного, загального характеру. Але при цьому їм властиво переживати позитивні емоцій при виконанні відповідальних справ, а також притаманна обов'язковість та сумлінність, які проявляються при виконанні справ альтруїстичного характеру, спрямованих більшою мірою на соціальне оточення.

Перспективи подальших досліджень. В сучасному суспільстві на даний час підвищуються вимоги до таких властивостей особистості, як активність, самостійність, відповідальність. Саме відповідальність є інтегральною властивістю особистості, що виявляється в усвідомленій, ініціативній, самостійній поведінці, яка служить підставою особистості, механізмом організації життєдіяльності людини та багато в чому визначає його успішність. Тому доцільно продовжити дослідження специфіки відповідальності із залученням інших вікових категорій та урахуванням їх гендерної специфіки.

Список літератури

1. Бех І. Д. Психологічні джерела виховної майстерності. К.: Академ. видав, 2009. 248 с.
2. Ушакова Т.Ю. Психологічна структура відповідальності особистості. Актуальні проблеми практичної психології: збірн. наук. праць Міжнар. наук. – практик. заочн. конф. молодих учених та студентів (18 квітня 2014 року, м. Одеса). Одеса, 2014. С.188 – 192.
3. Прядеин В. П. Ответственность как системное качество личности. Екатеринбург: Урал. гос. пед. ун-т, 2001. 209 с.
4. Прядеин В.П. Понятие ответственности, исполнительности, воли, как объекта психолого- педагогического исследования. *Педагогика. Психология*. Выпуск № 1. 2012. с. 33-45.

ДЕМЧЕНКО К.В.

студентка 3 курсу

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: ПАВЛИК О.М

к. психол. н., доцент

доцент кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМПАТІЇ ЮНАКІВ ТА ДІВЧАТ

СТУДЕНТІВ-СПОРТСМЕНІВ

ФАКУЛЬТЕТУ «СПОРТИВНИХ ІГОР ТА ОДНОБОРСТВ

Вступ. Емпатія (від грец. Empatheia - співпереживання) - індивідуально-психологічна властивість людини, що характеризує його здатність до співпереживання, співчуття, розуміння емоційного стану інших людей [1]. Співпереживання - це прийняття почуттів, які відчуває інша людина так, якщо б вони були своїми власними [3]. Здатність до емпатії частково є соціально обумовленою рисою характеру, а частково - генетично зумовленою особливістю темпераменту. Діагностика здатності до емпатії (і корекція в разі потреби) дуже важлива при професійній підготовці всіх тих, хто безпосередньо працює з людьми.

Розрізняють емоційну емпатію, засновану на механізмах проєкції і наслідування; когнітивну, що базується на інтелектуальних процесах (порівняння, аналогія і т. п.); поведінкову, тобто як здатність людини передбачати афективні реакції іншого в конкретних ситуаціях. В якості особливих форм емпатії виділяють співпереживання - переживання суб'єктом тих же емоційних станів, які відчуває інша людина, через ототожнення з ним, і співчуття - переживання власних емоційних станів із приводу почуттів іншої людини.

Основні складові емпатії - емоційна ідентифікація, особистісна рефлексія, альтруїстичні форми поведінки і загальна позитивна установка в спілкуванні з людьми. Важливою характеристикою емпатії, що відрізняє її від інших видів розуміння (таких як ідентифікація, прийняття ролі, децентрація та ін.), є слабкий розвиток рефлексивної складової, замкнутість в рамках безпосереднього емоційного досвіду. Емпатія становить ядро комунікації, виступає її системоутворюючим принципом. У спілкуванні здатність до емпатії сприяє збалансованості міжособистісних відносин, визначає соціальну прийнятність поведінки людини. Розвинена емпатія - один з найважливіших чинників успіху в тих видах діяльності, які вимагають тонкого розуміння партнера по спілкуванню, здатності відчувати душевний стан іншої людини, вміння ставити себе на його місце в найважчих ситуаціях.

Людина з низьким рівнем емпатії переважно використовує директивні, силові (деструктивні, без врахування інтересів і почуттів іншої людини) способи її вирішення, або пасивні - відхід від вирішення, ігнорування ситуації, перекладання відповідальності за прийняття рішень на іншого [2].

В етичних системах А. Сміта, Г. Спенсера, А. Шопенгауера розглядається термін „симпатія“, який виступає основою совісті, справедливості й альтруїзму. А. Сміт писав, що „джерело нашої чутливості до страждань сторонніх людей лежить у нашій здатності переноситись уявою на їхнє місце, у здатності, яка

надає нам можливість уявляти собі те, що вони відчувають, зазнавати таких самих відчуттів“ [5, с. 45].

Організація дослідження. Для дослідження рівня емпатії у студентів-спортсменів ми використали методикау «Шкала емоційного відгуку» А.Меграбяна і Н.Епштейна. Вона дозволяє проаналізувати загальні емпатичні тенденції випробуваного, такі як рівень здатності до емоційного відгуку на переживання іншого і ступінь відповідності / невідповідності знака переживань об'єкта і суб'єкта емпатії. Об'єктами емпатії виступають соціальні ситуації і люди, яким випробуваний міг співпереживати в повсякденному житті.

В нашому дослідженні емпатії прийняли участь 10 студентів ХДАФК (5 хлопців та 5 дівчат) 2 курсу факультету «Спортивних ігор та одноборств».

Мета дослідження - виявити особливості емпатії у студентів спортсменів Харківської державної академії фізичної культури за допомогою методики «Шкала емоційного відгуку» А. Меграбяна і Н. Епштейна.

Результати дослідження.

За результатами проведеної методики зі студентами 2 курсу факультету «Спортивних ігор та одноборств» ми отримали результати (рис.1 та рис.2), що дівчата мають вищий рівень емпатії, ніж хлопці.

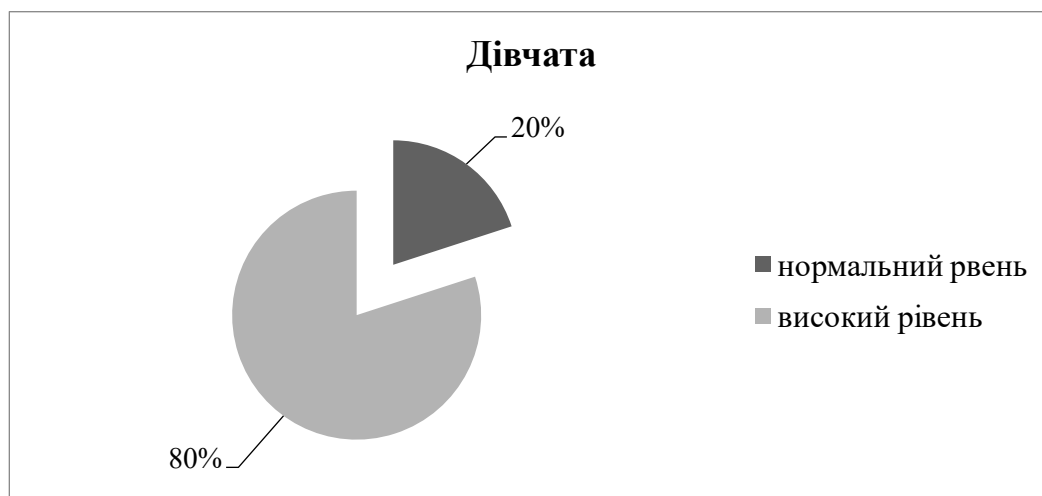


Рис.1. Кількість дівчат з різним рівнем емпатії (%)

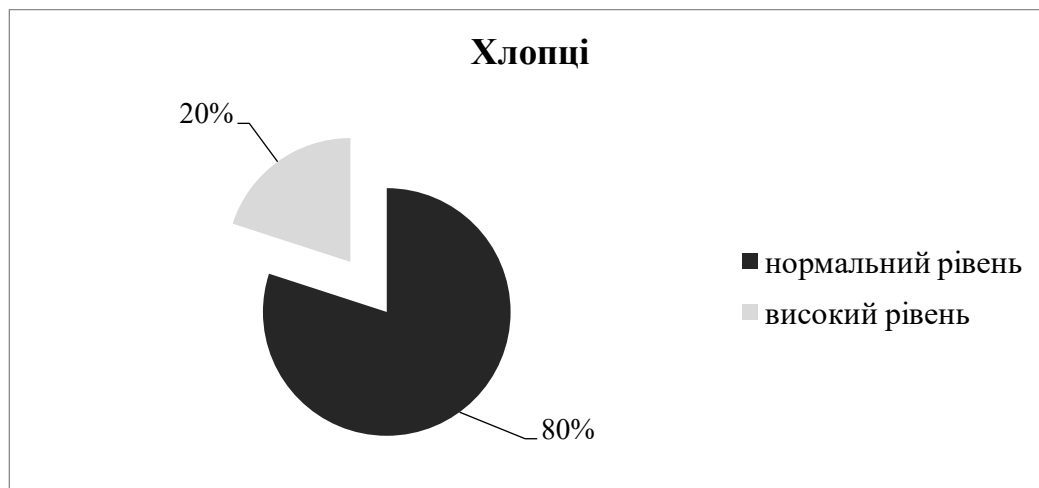


Рис.2. Кількість хлопців з різним рівнем емпатії (%)

Це вказує на те, що зазвичай дівчата-спортсменки вимагають більшої уваги і емоційної підтримки у період тренувань (особливо при виконанні тривалих важких вправ), а також у період змагань. Їм необхідна спеціальна підготовка до відповідальних змагань та на них краще діють навіювання і переконання, чим прості вказівки, що робити.

Перспективи дослідження. Отримані результати можуть бути використані в практичній роботі тренерів для індивідуалізації навчально-тренувальної діяльності з метою підвищення якості підготовки і результативності виступів у змаганнях. Дана методика дозволяє тренеру вказувати шляхи самокорекції тих властивостей особи спортсмена, показники яких виявилися або надмірно високими, або, навпаки, украй низькими.

Список літератури

1. Теория и методика физического воспитания. Под ред. Т.Ю.Круцевич. Учеб. для высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта. Т. 1. К.: Олимпийская литература, 2003. 423 с.
2. Горбов Ф.Д. Экспериментальна групова психологія. Л.: БРЕШУ, 1996. Вип. 4. С.2 54
3. Філософський енциклопедичний словар. М.: Сов. Енциклопедія, 1983. 840 с..
4. Роджерс, К. Р. A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the clientcentered framework // Psychology: A study of a

science. Volume III: Formulations of the Person and the Social Contexts / под. ред. Sigmund Koch. Нью-Йорк: McGraw-Hill Book Company, 1959.

5. Василюшина Т. В. Емпатія як фактор ефективності педагогічного спілкування : дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : 19.00.07 „Педагогічна та вікова психологія“ К., 2000. 230 с.

ЄВГЛЕВСЬКА Л.В.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: **СЕЛЮКОВА Т.В.**

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНИХ ЦІННОСТЕЙ У КУРСАНТІВ ТА СТУДЕНТІВ НУЦЗУ З ВИСОКИМ ТА НИЗЬКИМ РІВНЕМ ВОРОЖОСТІ

Вступ. Дослідження особливостей людських цінностей та взаємовідносин є однією з найактуальніших і найбільш загальних завдань сучасної психології. В сучасних умовах особливо важливу роль відіграє міжособистісна взаємодія майбутніх фахівців ДСНС України як важливого показника їх професійної підготовленості. Уявлення про міжособистісні відносини, розвиток яких у військовому колективі відбувається поступово в процесі формування особистості курсанта, його соціалізації, оцінки та самооцінки своїх особистісних якостей, визначення цінностей, в середовищі військового вузу найчастіше сприяють прояву агресивності і ворожості серед курсантів.

Поняття «ціннісних орієнтацій» було введено в післявоєнній соціальній психології як аналог філософського поняття «цінностей», однак чітке концептуальне розмежування між цими поняттями досі відсутнє [1]. Цінність – це розуміння того, що свято для людини, колективу, суспільства в цілому, їх переконання і уявлення, виражені в поведінці. У вузькому значенні під цінністю розуміються вимоги, норми, що виступають в якості регулятора та цілі людських відносин і діяльності [2; с. 53].

Під ціннісними орієнтаціями в енциклопедичній літературі розуміють оцінювання особистості до сукупності матеріальних і духовних благ, які розглядаються як предмети, цілі та засоби для задоволення потреб групи. Вони знаходять своє вираження в ідеалах, особистісному сенсі життя і проявляються в соціальній поведінці людини [3; с. 559]. В силу цього, ціннісні орієнтації, виступають важливим чинником, що обумовлює мотивацію дій та вчинків особистості. Це внутрішній компонент самосвідомості особистості, який впливає на мотиви, інтереси, установки, потреби особистості. Усвідомлення того, що є цінністю, є одним з найбільш важливих і вирішальних чинників, які зумовлюють розвиток особистості, подальше її становлення у колективі та поведінку, яку вона готова демонструвати у соціумі.

Відповідно до сучасних уявлень психологів ворожість є одним із поширених способів вирішення проблем, що виникають в міжособистісній взаємодії людей в складних ситуаціях, що викликають психічну напруженість. Дане поняття досі не до кінця вивчене та розглянуте у психологічній науці. Його визначення відсутнє в «Великому психологічному словнику» та інших великих вітчизняних психологічних словниках, що не дозволяє однозначно визначити його місце в категоріальній структурі сучасної психології [4].

П. Куттер пише, що «ворожість – це сукупність відчутних, але невидимих афективних і когнітивних реакцій, які формують упередження проти певної особи» [6; с. 58]. Тобто для П. Куттера ворожість – це прихований стан людини, на відміну від насильства, як відкрито ворожої поведінки.

Е. Ільїн у своїй книзі відзначає, що К. Ізард також підкреслює, що прямі агресивні вербальні і фізичні дії не входять у ворожість. Ворожа (агресивна) поведінка може виникати з почуття ворожості, мотивуватися їм, але саме цим почуттям не є. Ворожість ще не є агресія [5; с. 36].

Ворожість, (у нашому дослідженні), буде розумітися як комунікативна установка особистості, що виявляється у готовності опозиційно ставитися до

інших людей. Як будь-яка інша комунікативна установка, ворожість, цілком ймовірно, має трьохкомпонентну структуру і включає в себе когнітивні (ворожу атрибуцію), афективні (комплекс негативних емоцій) і поведінкові (агресія, негативізм і т.д.) компоненти. При цьому поведінковий компонент може бути неочевидним, оскільки ворожість може бути пережитою внутрішньо і не проявлятися явно [7; с. 429].

Мета дослідження – вивчити особливості особистісних цінностей у міжособистісній взаємодії у курсантів та студентів НУЦЗУ з високим та низьким рівнем ворожості. У дослідженні брали участь студенти та курсанти Національного університету цивільного захисту України. Загальна вибірка досліджуваних складала 70 респондентів. Були використані такі методики: «Ціннісний опитувальник» (профіль особистості) Ш. Шварца та діагностика ворожості за шкалою Кука-Медлей. За допомогою другої ми виділили дві дослідницькі групи, які мають яскраво виражені протилежні характеристики за шкалою ворожості.

Результати дослідження. За результатами проведеної методики розподіл прояву ворожості в досліджуваній вибірці розподілилися наступним чином: переважає низький рівень, який було виявлено у 32 осіб, що становить 45,7% досліджуваної вибірки, а високий рівень відзначається у 17 осіб, що становить 24,2% всіх респондентів. Оскільки головною метою нашого дослідження являється визначення та вивчення особливостей особистісних цінностей в міжособистісній взаємодії у курсантів та студентів з високим та низьким рівнем ворожості, ми групу з середніми показниками в подальше дослідження не включаємо.

Показники, які ми отримали після проведеної методики Ш. Шварца за шкалами особистісних цінностей та ціннісно-поведінкових патернів, свідчать про те, що у респондентів із високим рівнем ворожості переважають такі шкали як: самостійність (9,9 балів), досягнення (8,6 балів) та безпека (8,1 балів), а у

респондентів із низьким рівнем ворожості переважають високі оцінки по таким шкалам: самостійність (12,1 бали) та гедонізм (9,2 бали).

Особи з відносно високим рівнем ворожості націлені на самостійність у виборі своїх дій, як у творчій так і в дослідницькій діяльності, вони цінують своє незалежне мислення й не люблять, коли на нього посягають. Такі індивіди цінують свій приватний простір та, частіше за все, не піддаються чужому впливу. Вони достатньо самодисципліновані, але не завжди контролюють свої емоційні пориви, і це частіше за все ускладнює встановленню міжособистісних контактів.

У осіб із низьким рівнем ворожості домінує такий тип цінності, як гедонізм. Під цим розуміється те, що такі особи вміють насолоджуватися життям, повною мірою відчувати навколишній світ. Вони досить дружелюбні, вміють добре контактувати із соціумом. Але вони, також, націлені на незалежність й індивідуальну свободу. Вони доброзичливі і сфокусовані на благополуччі в повсякденній взаємодії з близькими людьми.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні методично обґрунтованих підходів, поглибленого дослідження та вивчення особливості особистісних цінностей у міжособистісній взаємодії у осіб з високим та низьким рівнем ворожості, а також розробки корекційної програми у вигляді тренінгу.

Список літератури

1. Алексеев В. Г. Ценностные ориентации личности и проблема их формирования. Москва: Академия, 2009. 409 с.
2. Голуб А. М. Формирование ценностных ориентаций молодёжи в процессе досуговой деятельности. Социально-педагогическая работа. 2009. Выпуск 4. с. 53-57.
3. Зубок Ю. А., Чупров В. И. Социология молодежи: учебное пособие. Москва: МИИТ, 2009. 322 с.
4. Изард К. Эмоции человека: пер. с англ. Москва: Изд. Моск. Ун-та, 1980. 440 с.
5. Ильин Е. П. Психология зависти, враждебности, тщеславия. СПб.: Питер, 2014. 208 с.
6. Куттер П. Любовь, ненависть, зависть, ревность. Психоанализ страстей. СПб.: Б.С.К., 1998. 115 с.

7. Луканова Е. В. Враждебность как коммуникативная установка личности: психосемантический аспект. Вестник Санкт-Петербургского университета 2008. Выпуск 3. с. 428-433.

ЗОРИНА О.О.

студентка першого курсу магістратури
Бердянський державний педагогічний університет

Науковий керівник: **КРАМАРЕНКО А. М.**

док. пед. н., професор
завідувач кафедри початкової освіти
Бердянський державний педагогічний університет

ЗАСТОСУВАННЯ ПРИРОДОТЕРАПІЇ В БІО(ЕКО)ЕТИЧНОМУ ОРІЄНТОВАНОМУ ПЕДАГОГІЧНОМУ ПРОЦЕСІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Вступ. Для збереження і зміцнення здоров'я учнів молодших класів необхідна науково обґрунтована система засобів, спрямована на поліпшення медичного, психологічного і педагогічного супроводу дитини в розвивально-освітньому середовищі початкової школи [1, с. 105].

Вітчизняні й зарубіжні вчені (І. Бех, В. Бондар, О. Савченко, Н. Бібік, І. Єрмаков, М. Фролов, А. Маслоу) вважають, що вчитель має сприймати дитину такою, якою вона є, допомогти їй зрозуміти саму себе, розкрити її здібності, схильності, потенціал, найкращі задатки. Отже, провідною метою сучасної школи поряд із підготовкою учня до суспільного, самостійного повноцінного життя, є формування його фізичного, психічного і морального здоров'я, організація навчально-виховного процесу в такий спосіб, який дає можливість максимально зменшити навантаження, уникнути неврозів, забезпечити своєчасну діагностику і корекцію, систематичну медикопсихологічну допомогу кожному учневі.

Мета дослідження – розкрити суть, основні особливості технологій природотерапевтичної роботи вчителя з дітьми молодшого шкільного віку.

Терапія або терапевтика – це лікувальне, лікарське мистецтво, лікування. Терапія (*therapeutics*) – напрям у медицині, пов'язаний з різними консервативними методами лікування захворювань та зцілення організму (*therapy*), з використанням лікарських речовин. Терапія (грецьк. *therapeia* – лікування) – галузь медицини, що вивчає внутрішні захворювання, одна з найдавніших і основних лікувальних спеціальностей. Терапією називають також відмінні від хірургічних методи лікування [1, с. 105].

Види природотерапії ми розглядаємо як засоби формування особистісного інформаційного середовища учня молодших класів, у межах якого відбувається реалізація оздоровчої мети освітнього процесу початкової школи:

- Нюхова природна інформація (ароматерапія, таласотерапія, аеротерапія, альготерапія);
- Звукова природна інформація (музикотерапія, казкотерапія);
- Візуальна природна інформація (зоотерапія, рослинотерапія, хромотерапія або кольоротерапія);
- Смакова природна інформація (фітотерапія);
- Тактильно-кінестетична природна інформація (гідротерапія, кліматотерапія, літотерапія, арт-терапія, танцювальна терапія, ігротерапія, ізотерапія, псаммотерапія або пісочна терапія).

Природотерапія – це позитивний вплив природної інформації на учня з метою формування активної операційно-діяльнійсної життєвої позиції та збереження його особистого здоров'я [2, с.45].

Результати досліджень. Аналіз основних психологічних якостей молодшого школяра, які безпосередньо впливають на розвиток їх пізнавальних процесів, дозволяє зробити висновок про те, що формування стійкої пам'яті,

уваги, адекватних уяви і мислення, у першу чергу, залежить від розвитку відчуттів і сприймань.

Вагомого значення у цьому процесі ми надаємо екологічній освіті й головному засобу її формування – природотерапії. Саме природотерапія, впливаючи через сприйняття на психічний стан учня, створює позитивне природне середовище, у якому основна навчальна мета може бути реалізована на більш високому рівні.

Отже, молодших школярів потрібно вчити отримувати позитив від оточуючого природного середовища, розуміти його вплив на здоров'я людини. «Навчаючи природою», необхідно навчити молодших школярів не тільки дбайливо ставитися до природи, а й – піклуватися про власне здоров'я. На нашу думку, здоров'я дитини, ефективність її навчання й виховання залежить від рівня екологізації кожної її ланки освітньої галузі, від терапевтичного впливу природи, реалізованого у навчальному процесі. Для цього у змісті навчальних програм усіх предметів початкової школи потрібно передбачити гармонійне поєднання компонентів біо(еко)етичної освіти, спрямоване на формування позитивного ціннісного суб'єктивного ставлення молодших школярів до природи і корекцію їхнього психічного і фізичного здоров'я [1, с. 116].

Перспективи подальших досліджень полягають у розгляді природотерапії як специфічної педагогічної технології збереження і корекції здоров'я та активізації пізнавальної діяльності учнів молодших класів на засадах впливу об'єктів природного оточення, як педагогічне «лікування» засобами природи в освітньому процесі початкової школи, усвідомлюючи при цьому необхідність розроблення сукупності відповідних технологічних прийомів щодо підготовки майбутніх учителів початкової школи до використання природотерапії у роботі з учнями молодших класів.

Список літератури

1. Крамаренко А. М. Біо(еко)етична діяльність учителя початкової школи : навч. посіб. Бердянськ : Видавець Ткачук О. В., 2017. 192 с.

2. Малишевська І. Методика використання природотерапевтичних засобів у професійній підготовці майбутнього вчителя : метод. рекомендації. Умань : Алмі, 2010. 47 с.

КАЛАШНИК Ю. Є.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: СЕЛЮКОВА Т.В.

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У КУРСАНТІВ ТА СТУДЕНТІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ЕМПАТІЇ

Вступ. Професійна діяльність працівників ДСНС України досить тісно пов'язана з особистісними характеристиками рятувальників. Для них важливе значення мають такі властивості особистості, які допомагають адаптуватися в новій і мінливій обстановці, пристосуватися до нових умов існування, сприяють формуванню професійно-важливих психологічних якостей, одним з них є емпатія та саморегуляція. На сьогоднішній день робота рятувальників набуває все більшої значущості, через що зміни в емоційній сфері таких працівників викликають значний практичний інтерес. Емпатія в психологічній літературі розглядається як психологічний фактор, що дає змогу досягнути емоційний стан іншої людини, а також зрозуміти чужі переживання, тобто особливий вид уваги до іншої людини. Цей феномен сприяє збалансованості міжособистісних відносин. Емпатія відіграє велику роль у спілкуванні людей, у сприйнятті ними один одного, встановлення взаєморозуміння між ними [1].

Рятувальник виконує свої професійні обов'язки, перебуваючи в постійному контакті з людьми, що знаходяться в стресовій ситуації, колегами, представниками взаємодіючих органів та служб, тому не менш важливою є роль саморегуляції в житті людини, так як все її життя це нескінченне розмаїття

форм діяльності, вчинків, актів спілкування та інших видів цілеспрямованої активності. Саморегуляція – це заздалегідь усвідомлений і системно організований вплив індивіда на свою психіку з метою зміни її характеристик в бажаному напрямку [2]. Таким чином, особливої актуальності набуває вивчення особливостей саморегуляції та емпатії у фахівців ДСНС України.

Мета дослідження – вивчити особливості саморегуляції у курсантів та студентів з різним рівнем емпатії.

Результати дослідження.

Оскільки головною метою нашого дослідження являється вивчення особливостей саморегуляції у осіб з високим та низьким рівнем емпатії, нам необхідно виділити дві дослідницькі групи, які між собою мають яскраво протилежні характеристики (методика І.М. Юсупова на діагностоку емпатії): група №1 – респонденти з високим рівнем емпатії (30 осіб); група №2 – респонденти з низьким рівнем емпатії (29 осіб).

Для осіб з високим рівнем емпатії характерно розуміти оточуючих краще, ніж себе, вони надзвичайно віддані друзі. Такі особи чутливі до проблем та потреб оточуючих, дуже великодушні й здатні багато пробачати. Завжди з цікавістю ставляться до людей, емоційно чутливі до оточуючих. Легко встановлюють контакт, товариські, а колеги в свою чергу цінують таку душевність. Вони не допускають конфліктів та часто знаходять компромісні рішення, адекватно реагують на критику. Особи з низьким рівнем емпатії відчують складність у спілкуванні. Не вміють співпереживати, емоційно відгукуватися на почуття. Не розуміють вчинків, скоєних під впливом душевних поривів. Віддають перевагу усамітненим заняттям, минаючи колективну роботу.

За методикою В.І. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки» отримані такі результати: достовірно значущих відмінностей за шкалами «Оцінка результатів» та «Загальний рівень» не виявлено. Тобто, респонденти з високим та низьким рівнем емпатійності мають адекватну самооцінку, у них в повній мірі

сформовані стійкі критерії оцінки результатів. Опитувані обох груп адекватно оцінюють отримані результати, навіть якщо вони мають розбіжність з тим, що очікувалося, володіють здатністю гнучко адаптуватися до зміни умов. Також досліджувані групи №1 та групи №2 достатньо самостійні, ставлять цілі та усвідомлено їх досягають, а при високій мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, котрий дозволяє компенсувати вплив особистісних, характерологічних особливостей, що являються перепонами в досягненні цілі.

Проте, за шкалою «Планування» відмінності існують на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$). Так, у групі №2 (курсанти та студенти з низьким рівнем емпатії) середній бал за шкалою «Планування» вище, ніж в представників групи №1 (курсанти та студенти з високим рівнем емпатії). Тобто у представників групи №2 більш сформовані потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани досить реалістичні, деталізовані та стійкі, а цілі діяльності висуваються самостійно, на відміну від респондентів групи №1.

Також існують відмінності на високому рівні значущості за шкалою «Моделювання» ($p \leq 0,01$). Тому, можемо зазначити, що для респондентів групи №2 (курсанти та студенти з низьким рівнем емпатії) властива здатність до виділення важливих та значущих умов досягнення цілей як в ситуації, що зараз нагальна так і в перспективі, що проявляється у відповідності програм дій планам діяльності, а також у відповідності отриманих результатів поставленим цілям. Зазначимо, що респонденти з високим рівнем емпатії характеризуються слабкою сформованістю процесів моделювання, що призводить до неадекватної оцінки значущих внутрішніх умов та зовнішніх обставин, що може супроводжуватися різкими перепадами відношення до розвитку ситуації

За шкалою «Гнучкість» також виявлені відмінності на високому рівні значущості ($p \leq 0,01$). Так, для осіб з високим рівнем емпатії характерна

регуляторна гнучкість, а саме вони здатні перебудовувати та вносити корекції в систему саморегуляції при зміні зовнішніх і внутрішніх умов.

За шкалою «Програмування» визначаються переваги у групі № 2. Це свідчить про сформовану потребу продумувати способи власних дій і поведінки для досягнення окреслених цілей, про деталізацію й розкритість розроблених програм, які вони самостійно розроблюють та гнучко змінюють в залежності від нових ситуацій, на відміну від респондентів групи №1. Для опитуваних групи №1 характерна імпульсивність дій, інтуїтивність та невміння самостійно до кінця сформулювати програму дій, а також дії шляхом проб та помилок. Відмінності існують на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

За шкалою «Самостійність» також виявлені статистично достовірні відмінності на високому рівні на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$). Високі показники у осіб з низьким рівнем емпатії свідчать про автономність в організації активності особистості, а також про здатність самостійно планувати діяльність та поведінку. Особи з високим рівнем емпатії більш залежні від думок та оцінок оточуючих, вони менш критичні в тому, щоб слідувати чужим порадам. Відмінності виявлені

Таким чином, дослідження показало, що в групі № 2 переважають такі стилі регуляції поведінки як «Планування», «Програмування» та «Моделювання», а також «Самостійність», в осіб групи №1 – «Гнучкість», відмінності за якими виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та обґрунтуванні на практиці психокорекційних програм по розвитку емпатії в міжособистісній взаємодії у курсантів ВНЗ.

Список літератури

1.Вартанян В.М. Эмпатия как ключевой фактор успешной профессиональной деятельности психолога. Л: Изд-во ЛГУ, 1985. 294 с.

2.Моросанова В.И. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. М., 2000. № 5, С.40-48.

МАЛИК Я.К.

к. психол. н., доцент

доцент кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ

Вступ. Аналіз науково-методичної літератури показав, що тільки успішне використання психологічних якостей дозволить спортсменам перемогти в матчі і закладає міцний фундамент в підготовці юних тенісистів до участі в професійних турах. Для успішних виступів у змаганнях тенісисту необхідно виховувати силу, швидкість, витривалість, координаційні здібності і гнучкість, а також бойову готовність, яка залежить від рівня самооцінки. Рівень самооцінки спортсмена корелює з його прагненням до досягнення результатів та рівнем домагань.

Результати дослідження. Дослідження особливостей особистості тенісистів 13-14 років показало, що рівень їх самооцінки, представлений наступними варіантами: завищений рівень самооцінки, оптимальний рівень самооцінки, середній рівень самооцінки, занижений рівень самооцінки. Найчастіше, самооцінка юних спортсменів відповідає завищеному, високому або середньому рівню. Од же тенісисти 13-14 років, зазвичай здатні досягати своїх цілей без особливих труднощів, сміливо дивитися в обличчя фактам, усвідомлювати вимоги дійсності, не приховують від себе власні недоліки, не засмучуються через дрібниці і не піддаються випадковим коливанням настроїв. Але серед таких спортсменів, зустрічаються і більш пасивні, які піддаються навіюванню і менш популярні серед оточуючих їх людей. Такі хлопчики і дівчатка надмірно чутливі до критики, вважаючи, що вона свідчить про їх низьку цінність, саме такі спортсмени і складають «групу ризику».

У 6 (19, 35 %) спортсменів, 13-14 років, які займаються великим тенісом, має місце низький рівень досягнення результатів, усі дівчата. Рівень досягнення

результатів нижче середнього має місце у 10 (32,25%) спортсменів. Середній рівень досягнення результатів продіагностовано у 9 (19,03 %) досліджуваних і у 6 (19,35 %) досліджених спортсменів відзначався рівень досягнення результатів вище середнього.

За результатами нашого дослідження, високий рівень домагань відзначався у 5 (12,90%) юних тенісистів. У 10 (32, 25 %) спортсменів мав місце помірний рівень домагань, у 12 (38, 70 %) учасників дослідження –низький. Нереалістично високо оцінили себе 4 (12, 90 %) юних спортсмена.

Висновки. Тренерам та спортивним психологам, рекомендуємо вести контроль за основними критеріями самооцінки юних спортсменів протягом року, з метою відбору ефективних засобів і методів впливу на дані характеристики, тому що рівень їх розвитку визначає готовність тенісистів до високої спортивної результативності.

Список літератури

1. Гант Е. Е. Особенности мотивации молодежи при выборе будущей профессии (на примере студентов ХГАФК) / Е. Е.Гант, В. Гончаренко // Мат. III Всеукраїнської студентської наукової конференції в рамках XIII міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я» –2013. – Вип. 45. – С.38-39
2. Гант Е. Е. Характеристика скоростно-силових качеств и психологических особенностей детей 14-15 лет / Е. Е.Гант, Р. Ю. Голих //Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журнал. – Харків : ХДАФК, 2014, №2. – С. 61-66
3. Гант О. Є. Особливості психічної працездатності спортсменів середнього шкільного віку в умовах змагальної та постзмагальної діяльності/ О.Є.Гант / Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журнал. – Харків: ХДАФК, 2011. – №2. – С.215-218.
4. Гант О. Є. Методи арт-терапії у роботі спортивного психолога: методичні рекомендації для студентів спеціалізації «Психологія у сфері фізичної культури і спорту» / автор-укладач О.Є. Гант. – Х., 2014.-52 с.
5. Гант О. Є. Формування адекватної самооцінки тенісистів в системі їх психологічної підготовки/О.Є.Гант, Орленко О.М., Малик Я. К./ Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), 16(2), Art 54, pp. 335 - 339, 2016 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES

МАРЕНИЧ Г. В.

студентка 3 курсу

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: **ПАВЛИК. О. М**

к. психол. н., доцент

Харківської державної академії фізичної культури

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ, МАЙБУТНІХ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Вступ. Сучасний темп життя ставить перед людиною високу планку як у фізичному так і інтелектуальному розвитку. Успішність педагогічної діяльності залежить саме від здатності фахівця розуміти інших людей, своїх учнів, здійснюючи передачу інформації через навчальний процес [1]. Тому дослідження інтелектуального розвитку майбутніх викладачів фізичної культури є дуже актуальним.

Становлення інтелекту людини на сучасному етапі розвитку суспільства пов'язане з динамічними перетвореннями і змінами, необхідністю встигати за цими перетвореннями й адекватно реагувати на них, зберігаючи і накопичуючи інтелектуально-творчий потенціал. Проблема інтелектуального розвитку студентської молоді, накопичення сукупного інтелекту, в наш час є проблемою зберігання еліти нації, суспільства, більше того, проблемою виживання людства [2, 3, 4].

Мета дослідження - вивчення рівня інтелектуального розвитку, тобто оцінити здатність до систематизованої, планомірної, методичної інтелектуальної діяльності (логічність мислення) майбутніх викладачів з фізичної культури.

У дослідженні приймали участь студенти третього курсу Харківської державної академії фізичної культури у кількості 12 осіб (6 дівчат та 6 хлопців), майбутні викладачі з фізичної культури, віком від 19 до 22 років.

Вивчення рівня інтелектуального розвитку майбутніх викладачів з фізичної культури проводилося за допомогою методики «Прогресивні матриці Равена».

Тест складається з 60 таблиць (5 серій). У кожній серії таблиць містяться завдання, які ускладнюються від серії до серії. Час проходження тесту обмежений і складає 20 хвилин. Правильне рішення кожного завдання оцінюється в один бал, потім підраховується загальна кількість балів по всім таблицям і по окремим серіям. Отриманий загальний показник розглядається як індекс інтелекту, розумової продуктивності досліджуваних [5].

Результати дослідження. За результатами проведеної методики «Прогресивні матриці Равена» ми дослідили інтелектуальні здібності майбутніх вчителів фізичної культури та отримали наступні результати.

Середнє значення індексу інтелекту в групі досліджуваних складає 100,1 балів, що є трохи вищій від середньо статистичного показника, який складає 97 балів [5].

67% досліджуваних майбутніх вчителів фізичної культури мають середній рівень розвитку інтелекту (Рис. 1). Люди з таким показником добре вчаться в школі і ВЗО, вони обирають роботу керівників середньої ланки, яка не потребує значних розумових зусиль.

25% мають нормальний рівень інтелекту. Цей рівень дозволяє досягти певних висот, проте на особливі успіхи розраховувати не доводиться.

8% мають рівень вище середнього. Такі люди зазвичай працелюбні і тягнуться до знань все своє життя. Таких людей серед населення близько 12%.

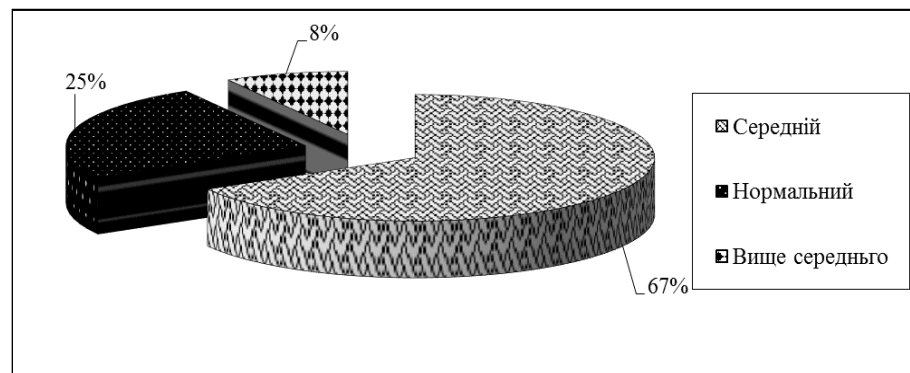


Рис 1. Кількість майбутніх вчителів фізичної культури з різними рівнями інтелектуального розвитку (%)

За методикою «Прогресивні матриці Равена» підраховується не тільки загальна кількість балів по всій таблиці але і по окремим серіям. Виконання завдання кожної серії вимагає здійснення аналітичної перцепції з виділенням випробуваним принципу, прийнятого при розробці певної серії. Таких серій 5 (А, В, С, D, Е). Серія А - використаний принцип встановлення взаємозв'язку в структурі матриць. Виконання завдання вимагає від обстежуваного ретельного аналізу структури основного зображення і виявлення цих же особливостей в одному з декількох фрагментів. Серія В - побудована за принципом аналогії між парами фігур. Обстежуваний повинен знайти принцип, відповідно до якого побудована в кожному окремому випадку фігура і, виходячи з цього, підібрати відсутній фрагмент. Серія С - побудована за принципом прогресивних змін у фігурах матриць. Ці фігури в межах однієї матриці все більше ускладнюються, відбувається як би безперервний їх розвиток. Серія D - побудована за принципом перегрупування фігур в матриці. Обстежуваний повинен знайти це перегрупування, яке відбувається в горизонтальному і вертикальному положеннях. Серія Е заснована на принципі розкладання фігур основного зображення на елементи. Відсутні фігури можна знайти, зрозумівши принцип аналізу і синтезу фігур.

Якщо порівнювати результати виконання кожної серії дівчатами та хлопцями, то можна побачити (рис.2), що дівчата краще зробили завдання на встановлення взаємозв'язку (серія А), проведення аналогій між парами (серія В). В той час як хлопці краще володіють принципами прогресивних змін (серія С). За серією D та Е хлопці і дівчата набрали однакову кількість балів. Вони однаково успішно здійснили аналітичну перцепцію з виділенням принципу перегрупування фігур в матриці та принципу розкладання фігур основного зображення на елементи (принцип аналізу і синтезу фігур).

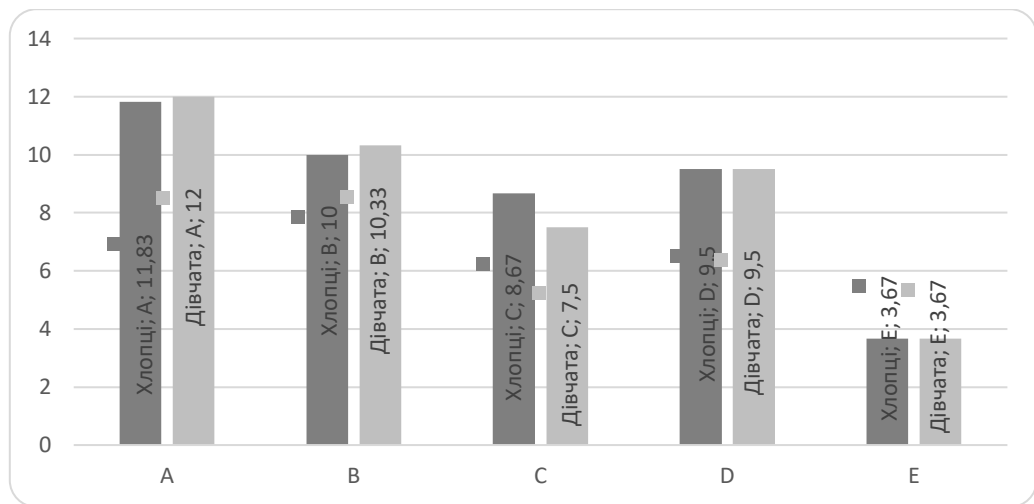


Рис. 2. Середні показники аналітичної перцепції по кожній із серій (Хср.)

Висновок. Середнє значення індексу інтелекту в групі досліджуваних є трохи вищій від середньо статистичного показника цієї вікової групи. У той же час дівчата краще виконали завдання серій А та В, а хлопці завдання серії С, причому за даної методикою характерно ускладнення типу завдань від серії А до серії Е.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці рекомендацій направлених на розвиток інтелектуального рівня студентів, майбутніх викладачів фізичної культури.

Список літератури

1. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Ретроспектива сутності поняття професійного та особистісного становлення. *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України.* 2017. Вип. 35 С.15-27.
2. Іжко А. В. Психологічні технології дослідження інтелекту юнаків і дівчат : соціально-психологічний аспект. *Пояснювальна записка до магістерської роботи.* Тернопільський національний економічний університет. Тернопіль. 2013.
3. Слєпкань З.І. Наукові засади педагогічного процесу у вищій школі : навч. посіб. *Наукові записки.* 2000. 210 с.
4. Смутьсон М.Л. Психологія розвитку інтелекту: навч. посіб. Київ: Інститут психології ім. Г.С.Костюка АПН України, 2001. 276 с
5. Мухордовой О.Е., Шрейбер Т.В. Прогрессивные матрицы Равена: методические рекомендации Ижевск: «Удмуртский университет», 2011. 70с.

ОГНЄВА Л.Г.

асистент

кафедри патологічної фізіології ім. Д.О.Альперна
Харківського національного медичного університету

ШУТОВА Н.А.

к. мед н., доцент

кафедри патологічної фізіології ім. Д.О.Альперна
Харківського національного медичного університету

КУРЯЧА О.П.

студентка

Харківського національного медичного університету

ЗМІНИ РІВНЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ СЕРЦЕВО - СУДИННОЇ СИСТЕМИ У ДІТЕЙ ПІД ВПЛИВОМ РЕГУЛЯРНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ

Вступ. У нормальних умовах координована робота серця і судин забезпечує кров'ю органи і тканини відповідно до їх потреб. З огляду на сучасний рівень розвитку суспільства, який проявляється в індустріалізації, комп'ютеризації та екологічної обстановки, то рівень фізичного здоров'я є одним із маркерів соціального благополуччя суспільства, тому питання вивчення показників фізичного здоров'я і шляхів їх корекції у дітей є актуальним.

При значному фізичному навантаженні вона може зростати в 3-4 рази, а у спортсменів ще більше. Великі функціональні можливості системи кровообігу і адекватне пристосування її до потреб організму обумовлені тим, що серце і судини мають тонку і разом з тим стійку регуляцію. Ця регуляція, як внутрішньосерцева, так і загальна нервово-гуморальна, забезпечує не тільки координовану роботу різних відділів серця, його зв'язок з судинами, а й з іншими системами дихання і крові. Тому на підвищення вимоги до кровообігу реагує не тільки серце (збільшенням ХОС) або судини (змінюючи тонуус, перерозподілом інтенсивності регіонарного кровообігу), але і система дихання (збільшенням легеневої вентиляції, утилізації кисню тканинами) і система кровотворення (активацією еритропоезу) [1].

Мета дослідження - оцінити характер змін функціональних можливостей серцево-судинної системи у дітей за допомогою проби Руф'є під впливом регулярних фізичних навантажень. Серцева недостатність розвивається при невідповідності навантаження на серце і його здатності виконувати роботу, яка визначається обсягом надходить в серці крові, опором вигнання крові в аорті і легеневій стовбурі. Таким чином, серцева недостатність виникає в тому випадку, якщо серце при наявному опір не може перекачати в артерії всю кров, що надходить до нього по венах.

Серцева недостатність від перевантаження може розвинутиися при надмірному фізичному навантаженні [2].

Результати дослідження. Підвищене навантаження на серце може бути наслідком збільшення обсягу притоку крові або посилення опору її відтоку що спостерігається при фізичній роботі. Було обстежено 48 дітей у віці від 11 до 16 років, які відпочивали в оздоровчому таборі пішохідного туризму та надати довідку здоров'я. Всі діти не мали ніякої соматичної патології. Проба Руф'є за стандартною методикою і оцінці результатів відповідно до віку проводилася на початку відпочинку і через 14 днів, протягом яких діти мали обов'язкове щоденне фізичне навантаження у вигляді пішохідних прогулянок довжиною 3-8 кілометрів.

На початку відпочинку результати проведеного обстеження були оцінені як добрі у 8% (4 дитини), задовільні - 44% (21 дитина), слабкі - 34% (16 дітей), незадовільні - 14% (7 дітей). По завершенні відпочинку результати проведеного обстеження були оцінені як добрі у 23% (11 дітей), задовільні - 29% (14 дітей), слабкі - 31% (15 дітей), незадовільні - 17% (8 дітей). В динаміці, через 2 тижні збільшилася кількість дітей з хорошим результатом (з 8% до 24%), і зменшилася кількість дітей із задовільним результатом (з 44% до 27%). Також збільшилася кількість дітей з незадовільним результатом, погіршився результат у 3 дітей з групи зі слабкими показниками.

Перспективи подальших досліджень полягає у розробці та обґрунтувати на практиці поліпшення рівня функціональної адаптації серцево-судинної системи у дітей з вихідним задовільним результатом на хороший, що буде свідчити про позитивний ефект від регулярних фізичних навантажень навіть за короткий термін [3]. Хороший результат проби Руф'є був у малої кількості дітей, що говорить про недостатні резервні можливості серцево-судинної системи у дітей 11-16 років, які можуть бути пов'язані з недостатньою фізичною підготовкою. Група дітей в якій виявлено слабкі результати по пробі Руф'є вимагає детального дообстеження по всіх органах і системах. Ці діти обов'язково повинні бути віднесені до підготовчої групи занять фізкультури в школі. Серце здатне швидко пристосовуватися до підвищеного навантаження, компенсуючи можливі розлади кровообігу. Оскільки рівень соматичної патології обернено пропорційний рівню фізичної підготовки, рекомендується більше уваги приділяти фізичному вихованню - як вдома, так і в школі, також прищеплювати правила здорового способу життя [4].

Список літератури

1. Патофізіологія: Підручник/ М.Н. Зайко, Ю.В. Биць, М.В.Кришталь; за ред. М.Н. Зайка, Ю.В. Биця, М.В.Кришталю - 4-те вид., перероб. і доповнене. - К.: Медицина, 2014 – С. 168-174.
2. Брехман И.И. Валеология - наука о здоровье. // М.: 2010. – С. 57-61.
3. Кочубей А.В. «Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти» // Збірник наукових праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 7(50)2013 – С.81 – 86.
4. Макарова Л. П., Матусевич М. С., Шатровой О. В. Формирование мотивации здорового образа жизни как критерий качества образования // Молодой ученый. — 2014. — №4. — С. 1021-1023.

ПОЛУЛЯЩЕНКО Т.Л.

старший викладач кафедри спортивних дисциплін
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»
м. Кремінна, Луганська область

ВИХОВАННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОЇ АЕРОБІКИ

Вступ. Навчальні заклади освіти є одними з найважливіших форм спілкування дітей, молоді. Є середовищем в якому відбувається формування та розвиток майбутньої особистості. Низка фахівців вважають визначальною роль навчальних закладів у вихованні дітей, молоді тим самим підтверджуючи актуальність даної проблеми. Однією з основних задач навчальних закладів освіти є збереження здоров'я та виховання фізично розвиненого майбутнього покоління спроможного виконувати соціальні функції та стати на захист своєї батьківщини. Але на жаль, на сьогоднішній день проблема збереження та укріплення здоров'я людини залишається однією з найактуальніших напрямків дослідження [3, с. 47; 4, с. 90].

Мета дослідження теоретично і експериментально перевірити ефективність впливу засобів оздоровчої аеробіки на розвиток фізичних якостей учнів.

Результати дослідження. Без уваги не повинні залишатись думки видатних вчених про роль педагогічного впливу в процесі виховання з позиції педагогів таких, як Г. Сковорода, О. Духнович, С. Русова, Г. Ващенко, А. Макаренко, В. Сухомлинський. А також думки вчених таких, як В. Платонов, Т. Круцевич, Б. Шиян та інші про роль впливу занять з фізичного виховання і спорту на формування повноцінної особистості [1, с. 354; 2, с. 265].

На сьогодні необхідно створити належні умови для повноцінного і самодостатнього виховання молоді, підвищення їх фізичної підготовленості,

отримання знань з формування культури здорового способу життя і відповідальності до суспільного життя.

За даними досліджень авторів Н. Белікової, Е. Вільчковського, Г. Глоби, Ж. Козіної, Т. Круцевич, О. Дикого в наслідок недостатньої компетентності вчителя не завжди ефективно вирішуються основні завдання фізичного виховання тому рівень показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості учнів залишається бажати кращого [6, с.70].

На даний час фізична культура в Україні переживає період відродження, пошуку нових шляхів покращення здоров'я українців, тобто набуває поширення ідеї необхідності оздоровлення населення. Серед основних напрямків оздоровчої фізичної культури є і аеробіка. За останнє десятиліття спостерігається стійка тенденція погіршення стану здоров'я українців, зокрема у дітей та підлітків, поширення захворювання зросло в 1,5 рази [5,с. 39; 7, с.33].

Тому в нашому дослідженні були поставлені такі завдання: проаналізувати літературні джерела з проблеми дослідження; виявити вплив занять аеробікою на рівень фізичної підготовленості учнів 15-17 років Золотівського професійного ліцею з професії «Оператор комп'ютерного набору»; дослідити вплив музичного супроводу на психоемоційний стан учнів.

Аеробіка відрізняється від інших видів рухової активності високою емоційністю, ритмічністю, пластичністю, музичністю, різноманітністю виконання вправ, можливістю контролю та самоконтролю.

На ряду з різними засобами фізичної культури і спорту оздоровча аеробіка є одним з ефективних, її вправи легкі, доступні входять до вправ з організації здорового способу життя, залученні до культури рухів, розвитку рухових здібностей. Виконання вправ здійснюється під музичний супровід, що служить підвищенню емоційного стану та мають мотиваційний характер до занять фізичною культурою.

Під час дослідження було проведено анкетування та опитування учнів щодо зацікавленості учнів різними видами спорту. За результатами анкетування було виявлено що найбільшу перевагу учні надають заняттям оздоровчої аеробіки 37,5% опитаних (12,5% - футболу, 25% - волейболу, 7,5% - легкої атлетиці, 7,5% - настільному тенісу, 10% - іншим видам спорту).

Також було проведено педагогічні спостереження за рівнем фізичної підготовленості та фізичного навантаження учнів на заняттях з оздоровчої аеробіки у позаурочний час. Оцінка рівня фізичної підготовленості учнів виявлялася за допомогою тестування фізичних якостей до та після проведення експерименту з використанням таблиці даних за програмою фізичної культури 10-11 класи, рівень стандарту). Дані оцінки рівня фізичної підготовленості учнів (за програмою фізичної культури 10-11 класи, рівень стандарту наведені у таблиці 1. Рівень фізичної підготовленості перед початком дослідження у відсотковому співвідношенні кожного нормативу має середні показники у % співвідношенні рівня фізичної підготовленості учнів на початку дослідження, які мають наступний результат: початковий рівень – 3%, середній рівень – 22%, достатній рівень – 39%, високий рівень – 36%.

З урахуванням рівня фізичної підготовленості було впроваджено комплекси вправ з оздоровчої аеробіки, учні ліцею виконували загальні розвивальні вправи з аеробіки, вправи класичної та степ-аеробіки в позаурочних заняттях впродовж 2017-2018 навчального року.

По закінченню дослідження з'ясувалося, що застосування оздоровчої аеробіки у позаурочний час сприяє підвищенню таких показників, як сила, гнучкість, швидкість, координація рухів. Про це свідчать результати оцінки рівня фізичної підготовленості по завершенню дослідження (див. табл. 2.3.1. *Оцінка рівня фізичної підготовленості учнів (за програмою фізичної культури 10-11 класи, рівень стандарту)*).

У процентному співвідношенні розраховані середні показники рівня фізичної підготовленості учнів по завершенню дослідження мають наступний результат: початковий рівень – 1%, середній рівень – 11%, достатній рівень – 26%, високий рівень – 59%.

Порівнюючи результати оцінки рівня фізичної підготовленості можна стверджувати, що заняття з оздоровчої аеробіки мають позитивний вплив на розвиток фізичних якостей учнів. Адже рівень показників на початку дослідження та по завершенню значно відрізняється у кращому напрямку.

Таблиця 1. Оцінка рівня фізичної підготовленості учнів (за програмою фізичної культури 10-11 класи, рівень стандарту)

Перед початком проведення дослідження				
Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень			
	Початковий середній результат	Середній середній результат	Достатній середній результат	Високий середній результат
До проведення експерименту				
Біг на 100 м. сек.:	17,5	17,0	16,4	15,9
Стрибки у довжину з місця, см		173	182	189
Підтягування, разів:		12	17	22
згинання та розгинання рук в упорі лежачи, разів:	10	13	15	17
Нахил тулуба вперед з положення сидячи		11	15	18
Після проведення експерименту				
Біг на 100 м. сек.:	17,3	17,0	16,2	15,7
Стрибки у довжину з місця, см		170	184	190
Підтягування, разів:		12	17	21
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи, разів:		12	15	17
Нахил тулуба вперед з положення сидячи			15	18

Висновки. За результатами проведеного дослідження можна стверджувати, що: - впровадження занять з оздоровчої аеробіки у позаурочний час сприяють розвитку таких якостей, як: сила, швидкість, витривалість, гнучкість та координація. Про це свідчать результати рівня фізичної підготовленості учнів до та після проведення дослідження; - музичний супровід

під час занять аеробікою виступає мотиваційним та емоційним стимулом, музика надає почуття ритму, робить рухи більш виразними, розвиває слух, музичність, увагу, викликає відчуття особистого задоволення, створює позитивний настрій.

Перспективи подальших досліджень. Проведене нами дослідження не вичерпує всієї проблеми формування фізичних якостей та потребує більш детального вивчення таких показників, як вплив фізичного навантаження на молодий організм, важливість формування знань, умінь, навиків учнів які навчаються у ліцях не спортивного профілю.

Список літератури

1. Архипов О. А. Новітні технології навчання у фізичному вихованні студента. Олімпійський спорт і спорт для всіх : Матеріали ІХ міжнародн. наук. конгресу. Київ, 2005. С. 880.
2. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія. Житомир: Рута, 2009. С. 389 – 432
3. Желєзняк Ю. Д. Физическая активность и здоровье студентов вузов нефикультурного профиля. Теория и практика физической культуры. 2006. № 12. С. 46 – 48.
4. Зиновьева Ю.А. Базовая оздоровительная аэробика: учеб. пособ./ Ю.А. Зиновьева, М.Н. Золотухина: под ред. В. Н. Васильева. – Томск: Сибирский гос. мед. унив-т, 2010 – 140 с.
5. Калинина Ю.В. Степ-аэробика: метод. пособ./ Ю.В. Калинина. – Бишкек: КРСУ, 2013. – 39 с.
6. Козина Ж.Л. Использование информационно – коммуникационных технологий в физическом воспитании студентов вузов: в 2 ч. / Ж.Л. Козина, В.А. Коваль, Е.В. Ковтун, В.А. Темченко / Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях: сб. статей XI Междунар. конф. (24-25 апреля 2015 г.). – Ч. II. – с. 69 – 73.
7. Полулященко Т.Л. Особливості організації тренувального процесу школярів на позакласних заняттях з велосипедного спорту. Збірка наукових праць: Матеріали міжнародної практичної конференції «Тенденції розвитку психології та педагогіки» Том 2 с. Одеса. 2018. С. 30-34.

ПОТАПОВА А.Д.

студентка 3 курсу

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: **ПАВЛИК О.М.**

к. психол. н., доцент,

доцент кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

МОТИВАЦІЯ ДОСЯГНЕННЯ ЯК ФАКТОР УСПІШНОСТІ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Вступ. У людини є два різних мотиву, функціонально пов'язаних з діяльністю спрямованої на досягнення успіху. Це - мотив досягнення успіху і мотив уникнення невдачі. Доля людини і його положення в суспільстві багато в чому залежать від того, домінує у нього мотивація досягнення успіху або мотивація уникнення невдач. Помічено, що люди, у яких сильніше виражено прагнення до досягнення успіхів досягають в житті більшого, ніж ті, у кого воно виражене слабо або відсутнє [6].

Занюк С.С. визначає мотивацію досягнення як вироблений у психіці механізм досягнення, що діє за формулою: мотив «жага успіху» - активність - мета - «досягнення успіху». Мотив досягнення відображає потребу особистості усіма доступними засобами уникнути невдачі і досягти бажаного результату. Мотивація уникнення невдачі розглядається як вироблений у психіці механізм уникнення помилок, невдач, нерідко будь-якими шляхами і засобами. Для особистості, з переважанням мотивації уникнення невдач, головне не допустити помилки, уникнути невдачі, навіть ціною сильної трансформації початкової, головної мети, її повного або часткового недосягнення [2].

Згідно Х. Хекхаузеном, мотивація досягнення може бути визначена як спроба збільшити або зберегти максимально високими здібності людини до всіх видів діяльності, до яких можуть бути застосовані критерії успішності і де виконання подібної діяльності може, отже, призвести або до успіху, або до невдачі. Мотивація досягнення спрямована на певний кінцевий результат, що

отримується завдяки власним особливостям людини, а саме: на досягнення успіху чи уникнення невдачі. Вона підштовхує людину до «природного» результату, ряду пов'язаних один з одним дій. Передбачається чітка послідовність серії дій, вироблених одне за іншим. Для мотивації досягнення характерний постійний перегляд цілей [6].

Спортивна діяльність пов'язана з високим психологічним напруженням. Будь-яка ситуація що актуалізує у спортсмена мотив досягнення успіху, одночасно породжує і побоювання невдачі. Який мотив виникає - залежить від суб'єктивних оцінок ймовірності досягнення мети, які складаються під впливом змагального і життєвого досвіду. Таким чином формується стійко домінуючий тип мотивації діяльності [1].

Спортсмени, у яких домінує мотив досягнення успіху, характеризуються низькою тривожністю, наполегливістю в досягненні поставлених цілей, впевненістю у правильності своїх дій, незалежністю, прагненням до суперництва, постановкою перед собою важких завдань і умінням докладати великі зусилля для їх вирішення. Спортсмени, у яких переважає мотив уникнення невдач, навпаки, тривожні і невпевнені в собі, схильні стримувати свою активність у досягненні мети, їх поведінка носить переважно оборонний характер, вони частіше захищаються і діють на контратаках [3].

Сильно виражена потреба в досягненні успіху породжує високу активність, наполегливість і завзятість у досягненні поставлених цілей. Наявність в мотивації помірно вираженого прагнення до уникнення невдач обумовлює дії спортсменів, спрямовані на попередження можливих невдач, спонукає їх ретельно відпрацьовувати техніку вправ, продумувати і планувати тактику і стратегію змагальної поведінки [4].

Мета дослідження. Дати характеристику мотивації до успіху та уникнення невдач спортсменів вихованців ХОВУФКС з різних видів спорту.

Результати дослідження. Для дослідження мотивації до успіху та уникнення невдач ми застосували методики Т. Елерса. Ці методики призначені для діагностики, виділеної Хекхаузенем, мотиваційної направленості особистості на досягнення успіху та уникнення невдачі [6].

У дослідження взяли участь 20 спортсменів вихованців ХОВУФКС з таких видів спорту: футбол, лижні гонки, бадмінтон. Віком від 15 до 16 років, 4 хлопців та 16 дівчат. Двоє мають 1-ий дорослий розряд, двоє – 2 дорослий, 12 вихованців мають 1-ий юнацький розряд.

За проведеними методиками ми отримали такі результати (Рис.1).

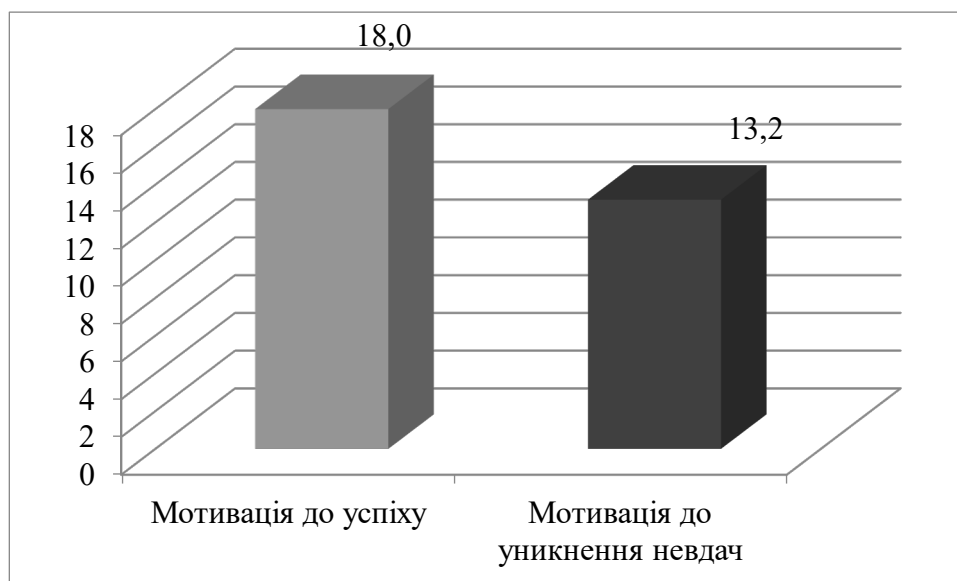


Рис. 1. Середні показники мотивації до успіху та уникнення невдач вихованців ХОВУФКС (Хср.)

Як бачимо на рис. 1 мотивація до успіху у спортсменів вища ($18,0 \pm 2,64$), ніж мотивація до уникнення невдач ($13,2 \pm 4,28$) і знаходиться на помірно високому рівні, що дозволяє їм не боятися ставити перед собою доволі такі високі цілі, вони вірять у свої сили і у свою перемогу. При цьому помірно високий рівень мотивації до успіху вказує, що юні спортсмени дають собі право на помилку або програш, тобто при великому бажанні перемогти вони допускають можливість того, що у них не все вийде так як їм хотілося. І таке відношення до

екстремальних умов змагань знімає певну тривожність, що і дозволяє досліджуваним спортсменам більш позитивно налаштуватися на майбутні випробування.

Дослідження показали, що спортсмени з помірно-високою орієнтацією на успіх надають перевагу середньому рівню ризику. Вони намагаються брати участь у помірно складних змаганнях. І це їм дає змогу добре виступити, бо змагання відповідає рівню їх підготовки, і з кожним разом завойовувати все вищі і вищі спортивні вершини [5 С. 99 - 104].

Висновки. Успіх або невдача орієнтовані на досягнення взаємодії людини з середовищем завжди випадкові, і таким чином є всього лише періодичними станами по відношенню до мотивації досягнення. У досліджуваних юних спортсменах переважає мотивація до успіху на мотивацією до уникнення невдач, вони вірять у свої сили і у свою перемогу.

Список літератури:

1. Вилюнас В. Психология развития мотивации: Современные и классические исследования. Научные данные и жизненные примеры. СПб. : Речь, 2006. 458 с.
2. Занюк С. С. Психологія мотивації: [навч. посібник]. К.: Либідь, 2002. 304 с.
3. Клименко В.В. Психологія спорту. К.: Академія, 2006. 437 с.
4. Макклелланд Д. Мотивація людини. Пітер., 2007.
5. Павлик О.М., Котик В.П. Характеристика мотивації до успіху та уникнення невдач висококваліфікованих футболісток // Матеріали III Науково-практичної конференції «Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки фахівців в умовах сучасного освітнього простору» 21 квітня 2017 року. Харків : ХДАФК. 212с. С. 99 – 104.
6. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. 2-е изд. СПб.: Питер; М.: Смысл, 2003. 860 с:

СВІТЛИЧНА О.І.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: **СЕЛЮКОВА Т.В.**

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАТИВНОЇ СФЕРИ ТА ЧИННИКИ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ КОМУНІКАТИВНОГО КОНТРОЛЮ

Вступ. Однією з характерних властивостей людини є потреба в спілкуванні. Спілкування – це рушійна умова соціалізації особистості, так як в онтогенезі саме в процесі спілкування проходить засвоєння людиною суспільного досвіду, норм та правил поведінки. Спілкування – це встановлення та розвиток контактів між людьми, що породжуються потребою в спільній діяльності. Комунікативний контроль – це будь-яка вербальна або невербальна дія людини, яка містить в собі інформацію про розподіл контролю між суб'єктами комунікації [2].

Також, величезне значення психологічного аспекту проблеми прийняття рішень в сучасній науці полягає в тому, що всі об'єктивні чинники, що лежать в основі прийняття рішення, так чи інакше перетворюються в суб'єктивні процеси, які безпосередньо регулюють зовні розгорнуту поведінку. Вибір лежить в основі повноцінного формування окремих функцій, процесів і властивостей людини, а також особистості в цілому, і сам є вираженням останніх. Тому вивчення цього складного психічного феномена як системного утворення, що має багаторівневу структуру і тільки йому притаманні характеристики, є важливим, суттєвим для розуміння природи і поведінки людини [1].

Термін «прийняття рішення» популяризувався останніми роками під впливом нейрофізіології. Вчені доволі довго відносили дане поняття до термінологічної області, яка приближена до життєвої, ніж до наукової.

Необхідність запровадження наукового поняття «прийняття рішення» з'явилася в процесі вироблення різних систем, у зв'язку з таким етапом, на якому закінчується формування і розпочинається виконання будь-якого акта, тобто, коли можна сказати, що систему ухвалили [3].

Активне та різнобічне дослідження процесу прийняття рішень розпочалися на початку ХХ століття. Процес прийняття рішень відіграє важливу роль для організації поведінки суб'єкта в цілому, для забезпечення ефективності індивідуальної та спільної діяльності. Прийняття рішення є процесом, що має місце на всіх рівнях переробки інформації людиною, групами людей, системами «Людина-Машина». Тож, очевидно, що дане комплексне поняття включає різні аспекти: фізіологічний, психологічний, кібернетичний та інші.

Можна сказати, що у центрі проблеми прийняття рішень, що розглядається на психологічному рівні, виявляється рішення розумового питання (завдання). Процедура прийняття рішень, зазвичай, полягає не в механічному доборі, а у виборі актуальної гіпотези або формуванні нової гіпотези, що сприяє спеціальній побудові способу дії [4].

Мета дослідження – вивчення особливостей прийняття рішень у осіб з різним рівнем комунікативного контролю.

Результати дослідження. Дослідження проводилося на базі Національного університету цивільного захисту України. Загальну кількість вибірки склали 92 студенти та курсанти, віком 17-22 роки.

На початку нашого дослідження за допомогою тесту М. Снайдера «Діагностика оцінки самоконтролю у спілкуванні» ми сформували дві дослідницькі групи: групу № 1 – респонденти з високим рівнем комунікативного контролю та групу № 2 – респонденти з низьким рівнем комунікативного контролю.

За допомогою методики А. Івашова та Є. Заїки, яка спрямована на визначення домінуючої комунікативної установки особистості, було з'ясовано,

що серед респондентів групи №1 (курсанти та студенти з високим рівнем комунікативного контролю) переважає така позиція як «Батько» та такі комунікативні установки як «Формальна та конфліктна», в осіб же групи №2 (курсанти та студенти з низьким рівнем комунікативного контролю) – позиція типу «Дитя» та комунікативна установка «Гармонійна». Відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,001$). Особам групи №1 (курсанти та студенти з високим рівнем комунікативного контролю) в переважній більшості властиві комунікативні установки типу «Формальний батько», «Формальний дорослий» та «Конфліктний батько» й «Конфліктний дорослий». Відносно осіб з низьким рівнем комунікативного контролю зазначимо, що їм властиві такі типи комунікативних установок як «Гармонійне дитя» та «Формальний дорослий».

За результатами методики діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів за В.В. Бойком було виявлено, що для респондентів групи №1 більш характерними є «перешкоди» типу «Невміння керувати емоціями, дозувати їх», «Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі». Відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Для дослідження домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні була використана методика В.В. Бойко. Дослідження показало, що в групі № 2 переважає така стратегія психологічного захисту в спілкуванні як «Уникнення», а в осіб групи №1 – «Миролюбність», відмінності за якими виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

За результатами методики «Мельбурнський опитувальник прийняття рішень» було виявлено, що для респондентів групи №1 більш характерним є стиль прийняття рішення «Пильність» та «Прокрастинація», на відміну від опитуваних групи №2. Відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,001$). Аналізуючи результати за Мельбурнським опитувальником прийняття рішень виявлено, що респонденти з високим рівнем комунікативного контролю характеризуються зваженістю в прийнятті рішень,

схильністю до відкладання цього самого рішення, чи будь-якої діяльності, що може бути пов'язане як з особистісними установками, так й зовнішніми умовами, вони є ригідними в плані поведінки, особливостей ситуації, визначається схильність до стереотипів.

За допомогою опитувальника на виявлення факторів прийняття рішення Т.В. Корнілової було виявлено, що для респондентів групи №1 (курсанти та студенти з високим рівнем комунікативного контролю) властивим є фактор прийняття рішення «Раціональність», натомість в представників групи №2 (курсанти та студенти з низьким рівнем комунікативного контролю) більш вираженим є «Готовність до ризику». Відмінності виявлені на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Гіпотеза нашого дослідження підтвердилася: комунікативні установки, стилі прийняття рішень, а також комунікативні бар'єри та домінуючі стратегії психологічного захисту в спілкуванні в представників з високим та низьким рівнем комунікативного контролю відрізняються на високому рівні статистичної значущості ($p \leq 0,01$).

Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні методично обґрунтованих підходів до вивчення особливостей комунікативної сферм майбутніх працівників ДСНС України, а також в розробці корекційних програм емоційного реагування у вигляді тренінгу.

Список літератури

1. Бодалев А. А. О взаимосвязи общения и отношения. Вопросы психологии. 1994. № 1. с. 28-36.
2. Горянина В. А. Психология общения: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 416 с.
3. Тихомиров О. К. Принятие решения как психологическая проблема. Проблемы принятия решения. М.: Наука, 1976. С. 77-82.
4. Умрюхин Е. А. Теория функциональной системы как основа подхода к оптимизации обучения. Проблемы принятия решения. М.: Наука, 1976. С. 253-261.

СИЧОВА Н. С.

Студент магістр

Бердянського Державного Педагогічного Університету

Науковий керівник: **КРАМАРЕНКО А.М**

доктор пед. наук. професор

завідувач кафедри початкової освіти

Бердянського Державного Педагогічного Університету

Факультету психолого-педагогічної освіти та мистецтв

МОРАЛЬНО-ЕТИЧНЕ ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ: ЗАГАЛЬНІ ТЕНДЕНЦІЇ Й ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПОШУК

Вступ. Формування духовного світу дітей і молоді – складне завдання, що стоїть у центрі уваги педагогів, батьків, громадськості. Особливої актуальності воно набуває сьогодні, коли проблеми соціально-економічного й політичного розвитку країни вплинуло на підростаюче покоління. Особливе місце проблема виховання посідає в педагогічній науці, яка має завдання не лише виробити, окреслити, визначити шляхи, засоби й методи формування певних світоглядних знань та умінь, а ще й, прищепити і розвинути моральні якості, здатності, риси характеру і поведінки особистості.

Мета дослідження - вивчення феномену духовності як якості особистості і як складової виховного процесу у сьогоднішньому проблемному полі та освітньо-виховних інноваційних технологіях.

Основними завданнями з формування світогляду особистості є: реалізація системного, комплексного підходу в оволодінні молоддю змістом освіти, зокрема фундаментальних світоглядних понять, уявлень, переконань; дотримання принципу історичного підходу, єдності й наступності поколінь, забезпечення глибокого засвоєння молоддю національних традицій і звичаїв, відображення в них духовності; застосування з метою формування в молоді поглядів, переконань та ідеалів цілісного світогляду різноманітних змістовних і цікавих, нових і традиційних форм та методів роботи тощо.

Результати дослідження. За результатами проведеної методики можемо зробити

висновок, що сучасних демократичних умовах основні цінності, що пропагуються суспільством, – це толерантність, плюралізм думок, довіра, взаємна повага, свобода, які забезпечуються законом, а з іншого боку – автономія особистості, самостійність, вільний вибір, компетентність, відповідальність, вміння брати на себе рішення щодо своєї долі, своїх вірувань і уподобань.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та обґрунтуванні на практиці Серед методів і форм духовного формування одне з провідних місць належить активним формам і методам (ситуаційно-рольові ігри, метод аналізу соціальних ситуацій з морально-етичним характером), які дають дітям можливість предметно, безпосередньо й емоційно бути в ситуації морального пошуку та морального вибору.

Необхідно, на наш погляд, формувати у молоді власне світосприйняття й світовідчуття – нетерпимості чи поміркованості, упевненості чи сумнівів, вміння слухати й чути чи повчати.

Таким чином, систематизування, інтегрування знань, умінь молоді успішно здійснюється, коли керівники позааудиторної роботи цілеспрямовано і систематично розкривають спільність філософської основи, закономірностей, притаманних багатьом явищам, процесам природи, суспільному буттю людей.

Список літератури

1. Крамаренко А. М. Методика організації експериментального дослідження з питання формування екологічних цінностей майбутніх учителів початкової школи у процесі професійної підготовки / А. М. Крамаренко // Вісник Черкаського університету. Серія: «Педагогічні науки»: зб. наук. праць. – Черкаси : Вид. відділ ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2014. – Вип. 3 (296). – С. 68–74.
2. Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі». В. «Світоч» К. – 2008
3. Особистість починається з любові. С.Д. Максименко. /Практична психологія та соціальна робота: науково-практичний та освітньо-методичний журнал – 2004. № 9.

СТОЛБОВА Д.М.

студентка 3 курсу

Харківської державної академії фізичної культури

Науковий керівник: **ПАВЛИК О.М.**

к. психол. н., доцент,

доцент кафедри педагогіки та психології

Харківської державної академії фізичної культури

ХАРАКТЕРИСТИКА ДОВІЛЬНОЇ УВАГИ МАЙБУТНІХ

ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Вступ. Увага — спрямованість психічної діяльності людини та її зосередженість у певний момент на об'єкти або явища, які мають для людини певне значення при одночасному абстрагуванні від інших, в результаті чого вони відображаються повніше, чіткіше, глибше, ніж інші [1].

За характером походження і засобами здійснення розрізняють три основних види уваги: довільна; мимовільна; післядовільна. Мимовільна увага виникає і підтримується незалежно від свідомих намірів людини і без вольових зусиль з її сторони. Довільна увага - свідомо регульоване зосередження, що спрямоване і зв'язане зі свідомо поставленою метою, з вольовим зусиллям. Виникнення мимовільної уваги визначається фізичними, психофізіологічними і психічними чинниками. Основними умовами його виникнення потрібно вважати особливості подразника, його новизну, силу впливу, відповідність актуальної потреби і т. п. [1].

Довільна увага є вищим видом уваги, вона можлива тільки у людини і виникає завдяки її свідомій трудовій діяльності. Вона виникає тоді, коли для досягнення певної мети людина ставить перед собою певну задачу, виробляє певну програму дій, робить те, що необхідно. При цьому, якщо для досягнення мети потрібно займатися не тільки тим, що саме по собі є цікавим, приємним і пізнавальним, для утримання уваги необхідно буде певне вольове зусилля [2].

Таким чином, довільна увага є свідомо спрямованим і регульованим зосередженням, пов'язаним з поставленою метою і вольовим зусиллям.

Основною функцією довільної уваги є активне регулювання протікання психічних процесів. Саме завдяки наявності довільної уваги людина здатна активно, вибірково «витягати» з пам'яті потрібні їй відомості, виділяти головне, істотне, приймати правильні рішення, здійснювати задачі, що виникають у діяльності. Рівень розвитку такої уваги характеризує не тільки спрямування інтересів людини, але і її особистісні вольові якості: адже, якщо мимовільною увагою розпоряджаються в більшій мірі зовнішні об'єкти, то господарем довільної уваги є сама особистість.

Фактори, що привертають увагу, поділяються на зовнішні й внутрішні. До зовнішніх належать насамперед динаміка, інтенсивність і фізичні характеристики сигналів, а до внутрішніх – їх новизна, актуальність для даної людини, відповідність її потребам і емоційному настрою.

Увагу відрізняє коло властивостей, що мають індивідуальний характер: певний рівень стійкості, концентрації, переключення, розподілу, обсягу.

Стійкість – тривалість зосередження уваги на об'єкті. Загалом стійкість уваги залежить від ступеня складності об'єкта, змісту відповідних йому дій. Концентрація – ступінь зосередженості людини на певному об'єкті. Щоб утримати цей об'єкт у полі своєї уваги, людина іноді докладає вольових зусиль. Проте концентрація уваги має природні обмеження, і вони залежать від властивостей нервової системи людини. Принаймні, носій сильної нервової системи здатний до більш тривалої концентрації уваги, ніж носій слабкої. Переключення – це навмисне перенесення уваги з одного предмета на інший, якщо цього потребує діяльність. Переключення уваги відбувається з різною швидкістю. Це залежить від змісту діяльності та індивідуальних особливостей людини. Існують різновиди діяльності, в яких швидкість переключення є вирішальною у праці [3].

Розподіл уваги полягає в тому, що людина може водночас утримувати в зоні уваги кілька об'єктів, виконувати два і більше видів діяльності. Чим

складніші дії, тим важче розподіляти увагу, чим більш автоматизований операційний склад однієї з них – тим легше.

Обсяг – властивість уваги, що визначається кількістю об'єктів, на яких водночас зосереджується людина. Середній обсяг уваги дорослої людини становить 4-6, а дитини – 2-3 об'єкти і майже не відрізняється від обсягу їх короткочасної пам'яті. Зі сприйняттям об'єктів, які складаються з великої кількості взаємопов'язаних елементів, обсяг уваги зростає.

Сучасні дослідники проблем підготовки вчителів фізичної культури (Л. В. Гальченко, Г. Р. Генсерук, Л. О. Демінська, Б. М. Шиян, Ж. К. Холодов та ін.) відмічають, що головним чинником у процесі становлення студента як майбутнього вчителя є наявність професійних знань, вмінь та навичок, якими вони оволодівають під час навчання у вищому навчальному закладі. О. М. Пехота додає до цього, що дана сукупність знань, умінь та навичок трансформується під впливом самостійної творчої діяльності в педагогічну творчість. Різноманітність професійних обов'язків і велике вольове напруження, яке доводиться витримувати вчителю фізичної культури, ставить його професію в ряд найважливіших та найскладніших спеціальностей людини. З одного боку, він виступає як "чистий" учитель, проводячи уроки, а з іншого – як організатор процесу фізичного виховання школярів, спрямовуючи зусилля всіх учасників цього процесу на досягнення мети [1].

Знаряддям праці педагога є безпосередні якості його особистості: інтелект, мова, пам'ять, увага, мислення, воля. Діяльність педагога іноді розглядається занадто вузько, як управління заняттями або тренуваннями, не відображає всієї структури його діяльності, що реально має багатофакторний характер і здійснюється в рамках певної педагогічної системи [5 С.100-104].

Відзначимо, однак, що основним чинником, що збільшує інтенсивність і напруженість діяльності вчителя фізичної культури, є специфіка уроків фізкультури й спортивних заходів, які проводяться в школі. У зв'язку із цим

важливою складовою пізнавальних процесів вчителя фізкультури стають саморегулятивні дії [3 С. 109–124].

Мета дослідження – виявити особливості довільної уваги майбутніх викладачів фізичної культури.

Результати дослідження. У дослідженні довільної уваги приймали участь 11 студентів ХДАФК, 5 дівчат та 6 хлопців віком від 18-22 років.

За допомогою методики «Розстановка чисел» ми виявили рівні розвиненості довільної уваги у даної групи досліджуваних [4].

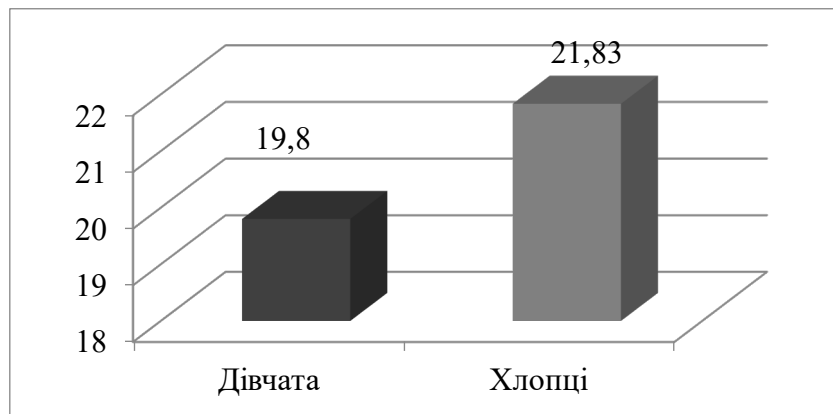


Рис.1. Середні показники довільної уваги дівчат та хлопців (х ср.)

Отримані дані свідчать (рис.1) , що показник довільної уваги у дівчат складає 19,8 балів, а у хлопців – 21,83 бали, тобто хлопці мають більш високий рівень довільної уваги, ніж дівчата.

У процентному співвідношенні ці данні свідчать про те, що достатній рівень довільної уваги мають 20% дівчат (рис. 2) , а хлопців 50% (рис.3).

За результатами проведеної методики було з'ясовано, що серед всіх досліджуваних, достатній рівень довільної уваги мають 20% дівчат та 50% хлопців.

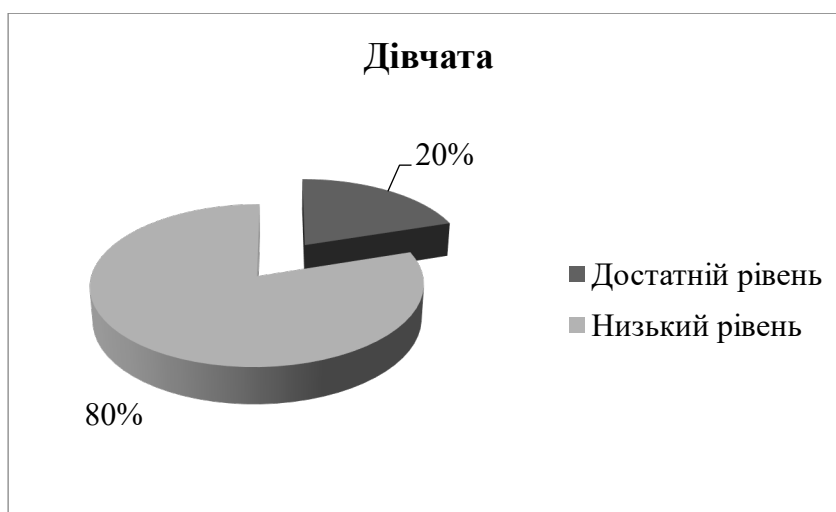


Рис. 2. Кількість дівчат, майбутніх викладачів фізичної культури, з різними рівнями довольної уваги (%).

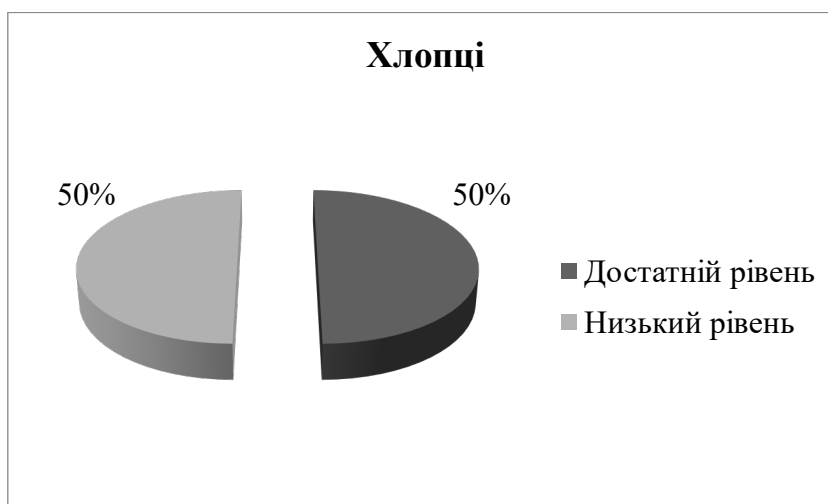


Рис. 3. Кількість хлопців, майбутніх викладачів фізичної культури, з різними рівнями довольної уваги (%).

Висновки. Отримані дані свідчать про те що, половина (50%) досліджуваних хлопців та 20% дівчат більш сконцентровані на певному завданні, мають більшу витримку та можуть більш довгий час зосереджуватися на вирішуванні даного завдання, вони більш спроможні на співпрацю, можуть бути уважними у незвичній ситуації ніж інші досліджувані.

Перспектива подальших досліджень. Розробка рекомендацій для розвитку довольної уваги у майбутніх викладачів фізичної культури.

Список літератури.

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник; Львів. держ. ун-т безпеки життєдіяльності. 4-те вид., випр. і допов. Київ : Знання, 2014. 1047 с.
2. Винославська О.В., Бреусенко-Кузнєцов О.А., Зливков В.Л., Апішева А.Ш., Васильєва О.С. Психологія: навч. посіб. Київ: ІНКОС, 2005. 97 с.
3. Карасевич С., Особливості фізкультурно-спортивної діяльності в аспекті підготовки майбутніх учителів фізичної культури, PRACE NAUKOWE Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna 2017, t. XVI, nr 3, s. 109–124.
4. Пашукова Т. І. Практикум із загальної психології. 2-ге вид., Київ : Знання, КОО, 2006. 203 с.
5. Стасенко О. А. Структура професійно-педагогічної діяльності вчителя фізичної культури// Вісник №143. Серія: педагогічні науки теоретико-методичні засади підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання, спорту та здоров'я людини, 2017, С.100-104.

ТИЩЕНКО А.Ю.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: СЕЛЮКОВА Т.В.

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Вступ. У людини споконвічно закладена думка, що її життя наповнене сенсом. Вона знає, що може подолати всі страхи і тривоги. І подальше існування складається відповідно до цього припущення. Тому останнім часом науковий і практичний інтерес привертає проблема дослідження таких психологічних особливостей як життєстійкість та адаптивність особистості. Життєстійкість розглядається як переконання людини, які дозволяють йому залишатися

активним і перешкоджають негативних наслідків стресу. Як і мужність, життєстійкість може не збігатися з реальністю. Людина може бути впевнений, що контролює своє життя, хоча події відбуваються поза його волею. Комп'ютери та інформаційні технології неухильно підштовхують людство в сторону нового інформаційного світоустрою. Величезні потоки інформації породжують у суспільстві найнесподіваніші наслідки. Інформація настільки проникла в соціальні процеси, що часом викликає в людях страх перед невизначеністю сьогодення і майбутнього. Відбувається переосмислення істоти особистості не тільки на тлі глобальних інформаційних потоків, а й в суперництві з ними [2].

Сучасне життя як правило називають екстремальними і такими, що спричиняють розвиток справжньому стресу. Це пов'язано з багатьма факторами і загрозами, у тому числі суспільно-політичними, інформаційними, соціально-економічними, екологічними, природними та ін. Тому сучасна психологія виявляє підвищений інтерес до такої інтегративної властивості особистості, як життєстійкість.

Поняття «життєстійкість» показує, наскільки психологічно людина живучий, наскільки він може бути ефективним і здоровим, впоратися зі стресовими ситуаціями. Те, як людина ставиться до того, що відбувається навколо нього, як він користується закладеними в нього і його психіку ресурсами, показують, чи може людина в принципі протистояти різноманітним стресам, які дають про себе знати кожен день [3].

Родоначалниками психологічного вивчення феноменів залежності від Інтернету можуть вважатися два американця: клінічний психолог К. Янг та психіатр А. Голдберг. Голдберг в 1995 році запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету. У 1997 році були створені дослідні веб-служби з даної проблематики. У 1998-1999 році К. Янг, Д. Грінфілд і К. Сурратт опублікували перші монографії. До кінця 1998 р, Інтернет-адикція виявилася фактично легалізована □ не як клінічне напрямок у вузькому сенсі

слова, але як галузь досліджень і сфера надання людям практичної психологічної допомоги [1].

Мета дослідження □ вивчити особливості життєстійкості у осіб з різним рівнем інтернет-залежності.

В дослідженні брали участь студенти та курсанти Національного університету цивільного захисту України у кількості 65 осіб. Для дослідження переважаючих типів особистості серед курсантів та студентів НУЦЗУ нами була використана методика Кімберлі-Янг на інтернет-залежність. Для дослідження життєстійкості в досліджуваних групах з різними індивідуально-психологічними типами особистості нами була проведена методика життєстійкості С. Мадді, адаптація Д.А. Леонтьєва і Є.І. Рассказовой

Результати дослідження. З урахуванням мети ті завдань дослідження та за допомогою методики Кімберлі-Янг на інтернет-залежність було виділено 2 групи досліджуваних: група №1 – респонденти з високим рівнем інтернет-залежності (23 особи); група №2 – респонденти з низьким рівнем інтернет-залежності (23 особи).

Для дослідження життєстійкості в досліджуваних групах з різними індивідуально-психологічними типами особистості нами була проведена методика життєстійкості С. Мадді, адаптація Д.А. Леонтьєва і Є.І. Рассказовой. Рівні життєстійкості в досліджуваних групах розподілились наступним чином: низький рівень життєстійкості в групі №1 (респонденти з високим рівнем інтернет-залежності) визначається у 52,2% досліджуваних, середній рівень мають 17,4% осіб, а високий рівень життєстійкості складає 30,4% респондентів. В групі №2 (респонденти з низьким рівнем інтернет-залежності) – низький рівень життєстійкості складає у 8,6% осіб, середній – у 21,8%, а високий у 69,6% досліджуваних.

Тобто можна зробити висновок, що в першій групі (високий рівень інтернет-залежності) в переважній більшості респондентів визначається

низький рівень життєстійкості, а в групі №2 (низький рівень інтернет-залежності) – високий рівень. Це говорить про те, що представники групи №2 це особи, здатні і готові до здійснення вибору в різних ситуаціях, екстравертірованої спрямованості, емоційно стійкі, пластичні і активні.

Вони переконані в тому, що сили, що визначають їхнє життя, знаходяться всередині їх самих. Вони готові до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів; готові до самостійного планування та відповідальності. Такими людьми будь-які кризи сприймаються не як перешкоди, а як нові можливості, вони здатні до самостійного утворення, здатні до вирішення одного з найважливіших протиріч: протиріччя між природним прагненням утвердити себе (зайняти певне місце в суспільстві) і дефіцитом необхідних фізичних і духовних можливостей. В групі №1 навпаки люди з низькою життєстійкістю відрізняються: низькою товариськістю, часто високою тривожністю, вони живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, часто відчують незадоволеність своїм життям, невіра в свої сили контролювати події власного життя.

Часто їм властивий фаталізм, переконаність в тому, що життя людини не підвладна свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна, і безглуздо щонебудь загадувати на майбутнє. Вони вважають за краще не замислюватися про своє майбутнє, цілі висувають ситуативно і зазвичай не самостійно. Вони більш залежні від ситуації і думки оточуючих людей, часто схильні до «самокопання» і самобичування, не вміють цінувати себе і приймати себе такими, якими вони є.

Перспективи подальших досліджень. У подальшому дослідженні ми плануємо розглядати такі феномени як «адаптивність» та «копінг-стратегії» у зв'язку з інтернет-залежністю та особливості життєстійкості людини, оскільки вона характеризується відповідальністю за успішність подолання особистістю життєвих труднощів в ситуації вибору між залежністю і свободою.

Список літератури

1. Абульханова К. А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001. 146 с.
2. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете.. М.: 2000. С 100-131.
3. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. Суми: МакДен, 2012. 410 с.

ТКАЧОВ С.І.

д. пед. н., професор
проректор з науково-педагогічної роботи
Харківська державна академія фізичної культури

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ СУЧАСНИХ ШКОЛЯРІВ

Вступ. Аналіз літературних джерел дає підставу зробити висновки що, не дивлячись на наявність достатнього числа робіт, присвячених вивченню мотивації до занять фізичною культурою та спортом, проблема формування мотивації до занять фізичною культурою школярів середнього шкільного віку залишається актуальною й мало розробленою.

Результати дослідження. Анкетування показало, що спрямованість мотивації залежить від схильностей і здібностей людини. Обов'язковою умовою виникнення мотивації є попередні знання, та практичний досвід у певному виді діяльності, емоційне задоволення. Мотивація до фізичної культури і спорту у школярів є результатом дії існуючої виховної системи, яка здійснюється через засоби масової інформації про великий спорт і фізичну культуру, через спортивні заходи в місті, в школі, під цілеспрямованим впливом учителів, батьків, друзів. Проведене анкетування показало, що вирішальну роль в мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом на уроках та у позаурочний час відіграє саме вчитель фізичної культури та, що у сучасний час інформаційних технологій

дуже мало уваги приділяється руховій активності.

Дослідження показало, що до факторів, які впливають на формування мотивації до занять фізичною культурою у школярів середнього шкільного віку у процесі навчання належать: 1) авторитет вчителя; 2) постановка та організація учбового процесу; 3) усвідомлення необхідності занять фізичною культурою та спортом.

Дослідження компонентів мотиваційної сфери школярів середнього шкільного віку показало, що рівень їх самооцінки, представлений наступними варіантами: завищений рівень самооцінки, оптимальний рівень самооцінки, середній рівень самооцінки, занижений рівень самооцінки. Найчастіше, самооцінка учнів 7-х класів відповідає завищеному, високому або середньому рівню. Рівень домагань наступними варіантами: нереалістично високий рівень домагань, високий рівень домагань, помірний рівень самооцінки, низький рівень домагань. Неадекватність рівня домагань може призводити до дезадаптивної поведінки, неефективності будь-якої діяльності, до труднощів у міжособистісних стосунках підлітків. Аналіз результатів методики на мотивацію до уникнення невдач і на мотивацію до успіху Т. Еллерса показав, що як у хлопчиків, так у дівчаток, мотивація уникнення невдач домінує над мотивацією до успіху (відмінності не достовірні).

В системі інструментальних цінностей, як особистісна особливість підлітків, домінують життєрадісність, почуття гумору, позитивне ставлення до життя в будь-яких її проявах, довіра до майбутнього і життя, глибоке розуміння того блага, яким є сам факт існування людини. Цінності спілкування превалюють над моральними цінностями і цінностями справи. Конформістські цінності поступаються альтруїстичним.

Таким чином, рівень домагань, рівень самооцінки та ціннісні орієнтації особистості школярів середнього шкільного віку років, виступають в якості

основи для формування життєвої стратегії і багато в чому визначають лінію їх особистісного розвитку та мотиваційної сфери.

Враховуючи результати комплексного психодіагностичного дослідження мотиваційної сфери учнів 7-х класів, нами були виділені основні завдання по формування позитивних мотивів до занять фізичною культурою у дітей середнього шкільного віку: актуалізація мотивів шляхом осознання особистісно-значущих потреб дітей середнього шкільного віку; підвищення ієрархічного рангу фізкультурно-спортивних мотивів у дітей середнього шкільного віку; розширення взаємозв'язку фізкультурно-спортивних та навчально-професійних, а так само культурних мотивів у дітей середнього шкільного віку.

Рівень розвитку мотиваційної сфери особистості у школярів що приймали участь педагогічних заходах щодо підвищення мотивації до занять фізичною культурою, вище, ніж у учнів контрольної групи.

Показники адекватної самооцінки та рівня домагань експериментальної групи стали значно вищі до кінця експерименту, ніж у контрольній групі.

Ефективність запропонованих педагогічних заходів щодо підвищення мотивації до занять фізичною культурою у дітей середнього шкільного віку, встановлена в ході дослідження, дозволяє рекомендувати їх використання у педагогічній практиці.

Вчителям, шкільним психологам, рекомендуємо вести контроль за основними показниками мотиваційної сфери особистості школярів протягом року, з метою відбору ефективних засобів і методів впливу на дані характеристики.

Список літератури

1. Практикум по психодіагностике. Психодіагностика мотивации и саморегуляции. - М., Изд-во МГУ, 1990. - С. 28-30.
2. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1-11 класи. Основи здоров'я і фізична культура. - Київ: "Початкова школа", 2001. - С. 99-111.
3. Рабочая книга практического психолога: Пособие для специалистов, работающих с персоналом / Под ред. А.А.Бодалева, А.А. Деркача, Л.Г. Лаптева.

- М.: Изд-во Института психотерапии, 2001. - С. 201-221.

4. Якобсон П.М. Психологические проблемы мотивации поведения человека. - М.:Просвещение, 1969. - С. 129-134.

УСАТЮК Я.В.

викладач кафедри інформатики і інформаційно-комунікаційних технологій

Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

ВПЛИВ МЕДІАГРАМОТНОСТІ НА СУЧАСНИЙ РОЗВИТОК ТА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ

Вступ. Сучасний педагог нового типу, зобов'язаний швидко реагувати на суспільні зміни, що відбуваються, коректувати власну професійну діяльність у напрямі співвідношення соціальних вимог, самостійно працювати над власним розвитком, підвищенням освітнього й культурного рівнів, критично мислить, володіє стійкою системою мотивів і потреб соціалізації, здатний активно й творчо діяти. Творчість є необхідною складовою праці вчителя. Як говорив видатний український педагог В. О.Сухомлинський – «Творчість – це не сума знань, а особлива спрямованість інтелекту, особливий зв'язок між інтелектуальним життям особистості і прояви її сил в активній діяльності.» А й справді без творчості неможливі ні виховний, ні навчальний процеси. [1]

Вчитель повинен бути готовим до вмотивованої професійної діяльності, здатним працювати не лише по-новому, а й бути ініціатором інноваційних процесів, володіти педагогічною майстерністю, професійною культурою, інформаційною грамотністю.

Мета дослідження. Дивлячись, як стрімко розвивається людство, важко передбачити, що буде через 5, 10, 20 років, інформаційний потік збільшується інформація все дедалі більше відіграє важливу роль в розвитку сучасного суспільства [2]. Навіть сучасна людина для успішної життєдіяльності не може

бути окремо від інформативних потоків. Головне – не отримати певну інформацію, а визначити, яка саме інформація потрібна. Саме в рамках медіаосвіти можливий розвиток умінь орієнтуватися в сучасних інформаційних потоках, підвищення рівня медіаграмотності вчителя. Тому дана тема актуальна для дослідження в сучасному інформаційному світі.

Медіаосвіта відкриває великі можливості для розвитку вчителя, його інтелектуального і творчого потенціалу. Сьогодення вимагає від учителів сприймання та використання медіазасобів як інструменту пізнання, створення медіатекстів та можливості підтримки контактів з користю для свого розвитку, вдосконалення та збереження здоров'я і психологічного комфорту.

Результати дослідження, обговорення та висновки. Медіаосвіта дає змогу вчителю подати необхідні знання через різноманітні способи використання засобів масової комунікації. Завдяки розвитку медіаграмотності та медіакультури відбувається формування у вчителів здібностей до саморозвитку. Розвинена медіакультура особистості вчителя передбачає здатність до адекватного сприймання, критичного аналізу, осмислення та обґрунтованої оцінки різноманітної медіапродукції. Медіакультура, медіаграмотність педагогів та учнів розвиває вміння, навички та здібність до створення власних медіатекстів, а також творчої інтерпретації, переосмислення переструктурування існуючих.

Медіаграмотність полягає не лише в оволодінні технічними засобами, які швидко змінюються, а й у критичному ставленні до здобутих знань, почутої інформації. Найважливішою частиною медіаграмотності є вміння критично мислити. Не менш важливою є і медіакомпетентність вчителя, яка включає в себе медіаграмотність, медіакультуру, медіаторчість, медіаімунітет тощо. На шляху до формування професійної компетентності виділяють кілька напрямків підвищення професійної майстерності вчителя загальноосвітньої школи:

✓ безперервно здійснювати теоретичний пошук у сфері ІКТ: збірку, обробку, передачу й зберігання інформаційного ресурсу;

- ✓ освоювати і ефективно застосовувати наявні методи медіаосвіти;
- ✓ оцінювати й реалізовувати можливості електронних видань освітнього призначення і наявних у мережі Інтернет інформаційних освітніх ресурсів;
- ✓ організовувати інформаційну взаємодію між учасниками навчального процесу й інтерактивним засобом, що функціонують у межах ІКТ;
- ✓ мати беззаперечні лідерські якості (відповідальність, ініціативність, високий рівень розумового та творчого інтелекту, харизматичність), завдяки яким, медіа педагог здатен надихнути на пізнання. [3]

Наявність цих умінь свідчатиме про рівень сформованості медіакомпетентності вчителя, яку розуміють як здатність педагога вирішувати професійні завдання з використанням мас-медіа та ІКТ. Тому однією з ключових компетентностей, необхідних сучасному педагогу для ефективного функціонування в інформаційному середовищі, є медіаграмотність, що визначається як здатність адекватно взаємодіяти з потоками медіаінформації в глобальному інформаційному просторі: здійснювати пошук, аналізувати, критично оцінювати і створювати власні медіапродукти, поширювати їх за допомогою різних засобів масової комунікації. Вчителі ефективно використовують медіасередовище для розв'язання різного роду професійних, суспільних та особистих завдань. Він оволодіває відповідними новітніми інформаційними технологіями навчання, стає медіакомпетентним фахівцем.

Медіакомпетентність педагога передбачає вміння кваліфіковано користуватися сучасним електронним інструментарієм, комп'ютерними програмами мультимедійного призначення. Також формування медіакомпетентності вчителя відбувається за умов впровадження мультимедійних освітніх ресурсів з використанням комп'ютера: створення музичної бібліотеки, відеотеки, мультимедійних енциклопедій, студії відеороликів, презентацій та використання їх під час навчально - виховного процесу.[4]

Перспективи подальших досліджень. Вплив медіаграмотності на сучасний творчий розвиток вчителя призводить до формування рефлексії і критичного мислення, як психологічних механізмів, які забезпечують свідоме споживання медіа-продукції на основі ефективного орієнтування в медіа-просторі та осмислення власних медіа потреб. Таким чином, медіаграмотність впливає на сучасний розвиток творчості учителя розширює спектр методів і форм у подальшій професійній діяльності, допомагає вдосконалити традиційну педагогіку, сприяє появі нових форм роботи з учнями на уроках: створення тематичних презентацій, розробок різноманітних проектів, запровадження інтегративних завдань, тобто іти в ногу з часом, а для цього ми повинні бути обізнаними у світі медіаграмотності.

Якщо педагог захоплений своєю професією, якщо він любить дітей, то він сам шукає щось нове і захоплює цим своїх учнів. Сучасним учителям та їх сучасним учням є чому повчитися один в одного! Час не стоїть на місці, тому одної крейди і дошки недостатньо в часи інноваційних технологій.

Список літератури

1. Афоризми В. О. Сухомлинський. Сухомлинський про професію вчителя [Електронний ресурс] /– 2017. – Режим доступу до ресурсу: http://suchomlinsky.blogspot.com/p/blog-page_99.html.
2. Лихвар В.Д. Розвиток художньо-творчого потенціалу молодших школярів у процесі образотворчої діяльності. Харків, 2003. – С. 24.
3. Бойко С.Т. Медіаграмотність як основа інформаційно-психологічної безпеки особистості в сучасних умовах // Український психолого-педагогічний науковий збірник. – № 6. – 2015. – С.18-24.
4. Медіакультура особистості; соціально-психологічний підхід: навчально-методичний збірник / О. Т. Баришполець, Л. А. Найдьонова, Г. В. Мироненко, О. Є. Голубева, В. В. Різун та ін.; За ред. Л. А. Найдьонової, О. Т. Баришпольця. – К.: Міленіум, 2009. – 440 с.
5. Методичні рекомендації щодо впровадження STEM-освіти у загальноосвітніх та позашкільних навчальних закладах України на 2017/2018 навчальний рік – Режим доступу: [/osvita.ua/legislation/Ser_osv/56880](http://osvita.ua/legislation/Ser_osv/56880).

ФІЛОНЕНКО В.М.

к. психол. н.,

доцент кафедри соціології та психології

Харківського національного університету внутрішніх справ

БРИЖКО А.В.

студент магістратури

факультету №6

Харківського національного університету внутрішніх справ

КОМПЛЕКСНА ПІДГОТОВКА ПОЛІЦЕЙСЬКОГО ДО ЕФЕКТИВНОГО ВИКОНАННЯ ОБОВ'ЯЗКІВ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

Готовність виконувати обов'язки в екстремальних ситуаціях є важливою умовою для професій пов'язаних з потенційною небезпекою та ризиком для здоров'я та життя.

О.Л. Макарова пропонує наступне визначення терміну «екстремальна ситуація»: - "Екстремальна ситуація (від лат. Extremus - крайній, критичний) - раптово виникла ситуація загрозового характеру або така, що суб'єктивно сприймається людиною як загрозна життю, здоров'ю, її особистісній цілісності та добробуту" [2, с.14].

Робота в таких умовах передбачає наявність у людини певних якостей та властивостей. Це, в свою чергу, вимагає ретельного підбору співробітників, які повинні відповідати вимогам, що висуваються професією. Це має бути багатофакторний відбір, в якому акцентується увага не тільки на технічній і теоретичній підготовці людини, але і на її психологічній готовності, стресостійкості, особистісних особливостях, тощо.

Безпосередній професійний відбір, як складова профорієнтації, становить чотири послідовні етапи: соціальний, медичний, психологічний і конкурсно-екзаменаційний. Проте чітких критеріїв надійного визначення категорій придатності до служби поки не існує, так саме, як і алгоритму ухвалення рішення.

Обґрунтованість прийнятого рішення може бути оцінена лише через певний проміжок часу, коли проявляються помилки першого роду (не рекомендувався за результатами профвідбору, та виявився успішним працівником) і другого роду (рекомендувався за результатами відбору, але виявився непридатним під час практичної діяльності) [4, с. 284].

Особа, яка має набір необхідних для виконання певних обов'язків якостей, буде швидше набувати необхідних знань, вмінь, навичок та адаптуватися до специфічних умов служби. Підготовка до виконання повинна бути комплексною та включати різноманітні складові і підходи.

Розглядаючи психологічну складову підготовки співробітника, слід згадати І.М. Єлісеєву, яка зауважує, що психологічна стійкість не є вродженою властивістю особистості, а формується одночасно з її розвитком і залежить від багатьох факторів, в першу чергу таких, як тип нервової діяльності, досвід фахівця, рівень професійної підготовки, рівень розвитку основних пізнавальних структур особистості [2, с. 248].

Треба зазначити, що термін “психологічна стійкість” розглядається як варіативність мислення людини, її гнучкість, здатність швидко адаптуватися до різкої зміни ситуації, мобільність психічних процесів під час переходу від однієї задачі до іншої.

Професійна психологічна підготовка поліцейського – тривалий процес, який починається на етапі початкової професійної підготовки і продовжується у ході всієї професійної діяльності. Вона має реалізуватись шляхом проведення навчальних, практичних занять з використанням інтерактивних технологій та методів навчання (тренінгів, ділових ігор, кейсів, відпрацювання смуг перешкод тощо) [1, с. 14].

Окрім психологічної підготовки співробітника, не менш важливою є його теоретична підготовка. Теоретичні знання дозволяють чітко розуміти характер ситуації, аналізувати можливі шляхи її вирішення та виконання висунутих

завдань. Високий рівень підготовленості у цьому напрямку є запорукою якісної роботи поліцейського, особливо в екстремальних умовах.

Теоретична підготовка також, має поєднуватися з практичним закріпленням знань та тактичною підготовкою. О.Г. Комісаров, розглядаючи тактико-спеціальну підготовку поліцейських, характеризував термін «тактична підготовка» як комплекс заходів, спрямований на набуття і вдосконалення поліцейськими навичок практичного застосування теоретичних знань щодо правильного оцінювання конкретних подій з подальшим прийняттям правомірних рішень та психологічної готовності до дій у ситуаціях різних ступенів ризику». Він відзначив, що поліцейські не завжди є підготовленими до роботи в екстремальних ситуаціях. Це проявляється, насамперед у відсутності в їх діях чіткості, згуртованості, оперативності. Часто допускаються серйозні помилки у розстановці сил та організації роботи в цілому. Це пов'язане як з недостатнім досвідом особи, так і з низьким рівнем її теоретичної та практичної підготовки [3, с. 10].

Таким чином, комплексна підготовка поліцейського, спроможного ефективно функціонувати в екстремальних умовах має поєднувати в собі сукупний підхід, в якому слід акцентувати увагу як на психологічних аспектах особистості, так і на теоретичній і практичній підготовці. Виділення якогось окремого фактору, без урахування інших, буде знижувати ефективність підготовчої роботи. Правильний та ретельний підбір кандидатів на службу має вирішити проблему психологічної відповідності особи виконанню передбачених службових завдань. Теоретична та практична підготовленість допоможуть поліцейському оволодіти знаннями та навичками, які необхідні для виконання обов'язків в складних та екстремальних умовах, зберегти здоров'я і життя.

Список літератури

1. Барко В.В., Барко В.І., Остапович В.П. Напрями вдосконалення професійної психологічної підготовки поліцейських національної поліції України / Психологічний часопис. 2018. № 4. т. 14. С. 9-18.

2. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных под ред. Ю.С.Шойгу, М. В. Филиппова (Павлова), И. Н. Елисеева и др. М. Смысл, 2007. 320 с.

3. Тактико-спеціальна підготовка: навч. посіб. / О.Г. Комісаров, А.О. Собакарь, Е.Ю. Соболев, О.С. Юнін та ін.; Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ. Дніпро: ДДУВС, 2017. 277 с.

4. Швець Д. В. и др. Проблеми здійснення професійного відбору майбутніх поліцейських. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України: зб. матеріалів конф. (м. Харків, 21 квіт. 2017 р.). Харків : ХНУВС, 2017. С. 283-286.

ХАРЧЕНКО С. В.

к. психол. н, доцент,
професор кафедри педагогіки та психології факультету № 3
Харківського національного університету внутрішніх справ

ДО ТИПОЛОГІЧНОГО ПІДХОДУ У РОЗУМІННІ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ

Вступ. Для працівників правоохоронних органів ділове спілкування займає значуще місце в професійній діяльності. Розвинутий соціальний інтелект, як системи спеціальних інтелектуальних здібностей, які забезпечують адекватне відображення суб'єктом ситуації міжособистісної (внутрішньогрупової) взаємодії в динаміці розгортання з урахуванням власного та сторонніх ситуаційних впливів, суб'єкта сприяє ефективному виконанню професійних завдань в різноманітних сферах діяльності.

В дослідженні Г. С. Човдирової та Н. А. Кузьмичової було з'ясовано, що у успішних співробітників поліції підрозділів у справах неповнолітніх частіше діагностується більш високий рівень соціального інтелекту та окремих його здібностей, ніж у менш успішних колег [4]. Не можна не погодитися з думкою С. М. Федотова та В. В. Простякова [3], що соціальний інтелект є провідним компонентом професійної придатності працівників правоохоронних органів.

Здібності соціального інтелекту працівників поліції по-різному сполучаються в його індивідуальній структурі. На нашу думку, актуальним є визначення окремих типів соціального, на підґрунті яких можливі більш

ефективне застосування заходів розвитку соціального інтелекту працівників поліції.

О. С. Михайлової (Альошиної) було запропоновано диференціювати інтерпретацію результатів методики дослідження соціального інтелекту, якщо оцінки за окремими субтестами не нижче трьох балів, наступним чином:

- якщо в профілі соціального інтелекту домінують за стандартними балами субтести «Групи експресії» і «Вербальна експресія», то обстежуваному, як правило, властива контактність, прагнення проявляти теплоту і дружелюбність у спілкуванні, розвинена емпатія і соціально-перцептивні здібності, а також сприйнятливості до зворотного зв'язку;

- домінування оцінок за субтестами «Вербальна експресія» та «Історії з доповненням», насамперед, пов'язано з хорошим розумінням нормативів різних соціальних ролей і орієнтацією обстежуваного на рольову поведінку, професійну самореалізацію;

- домінування оцінок за субтестами «Історії з завершенням» та «Групи експресії» часто супроводжується переважанням інтровертованості особистості над екстравертованістю [1].

Мета дослідження – обґрунтувати типи соціального інтелекту у правоохоронців.

Результати дослідження. В проведеному дослідженні була застосована методика вивчення соціального тесту Дж. Гілфорда та М. Саллівен [1]. Методика включає чотири субтести: субтест 1 – «Історії з завершенням», вимірює здатність передбачати наслідки поведінки персонажів у визначеній ситуації; субтест 2 – «Групи експресії», вимірює здатність до логічного узагальнення, виділення загальних істотних ознак у різних невербальних реакціях людини; субтест 3 – «Вербальна експресія», вимірює здатність розуміти зміну значення подібних вербальних реакцій людини в залежності від контексту ситуації, що їх викликала;

субтест 4 – «Історії з доповненням», вимірює здатність розуміти логіку розвитку ситуацій взаємодії, значення поведінки людей у цих ситуаціях.

Дослідження проводилося на базі Харківського національного університету внутрішніх справ, були проаналізовані 100 випадково обраних протоколів виконання методики вивчення соціального тесту Дж. Гілфорда та М. Саллівен курсантами, юнаками та дівчатами.

Встановлено, що рівень розвитку здібностей соціального інтелекту курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання відповідає середньому рівню або нижче. Найбільші середні оцінки курсанти отримали за виконання завдань субтесту «Історії з завершенням», найгірш – субтеста «Історія з доповненням». Подібні результати були отримані в дослідженні В. І. Осьодло, О. Ф. Хміляр, які вивчали соціальний інтелект слухачі НУОУ п'яти військово-облікових спеціальностей: психологів, авіаторів, командирів, фахівці логістики та фахівці ІТ технологій [2].

В дослідженні лише у 42 % обстежених курсантів оцінки за всіма субтестам методики були три та більше бали. Аналіз структури соціального інтелекту цих курсантів за рівнем розвитку окремих здібностей показав наступне: 16,7 % з них мали оцінку «3» за всіма субтестами методики, 11,9 % - найбільшу оцінку в профілі за 3 субтестом «Вербальна експресія», у 23,8 % в профілі домінували показники 1 субтесту «Історії з завершенням» та 3 субтесту «Вербальна експресія», у 7,1 % - домінували в профілі оцінки 2 субтесту «Групи експресії».

Таким чином, диференціальний підхід до соціального інтелекту, який запропонувала О. С. Михайлова (Альошина), потребує певних уточнень. На нашу думку, доцільним є виділення щонайменш чотирьох типів соціального інтелекту:

- нерозвинутий – всі здібності соціального інтелекту мають низький рівень розвитку;

- емоційний або емпіричний тип – найраніше формується в онтогенезі; в структурі здібностей соціального інтелекту найбільш розвинуті здібність до логічного узагальнення, виділення загальних істотних ознак у різних невербальних реакціях людини та передбачати наслідки поведінки персонажів у визначеній ситуації; особи з таким типом непогано розпізнають виражені емоційні прояви в ситуації, яка розгортається; можуть прогнозувати стандартні ситуації взаємодії, коли бачать передумови їх виникнення; недостатньо враховують сторонні та власні впливи на ситуацію;

- вербальний тип – в структурі здібностей соціального інтелекту домінує здатність розуміти зміну значення подібних вербальних реакцій людини в залежності від контексту ситуації, що їх викликала, ігнорується розуміння власного впливу на комунікативну ситуацію, не враховуються мотиви поведінки оточуючих;

- розвинутий тип – рівень розвитку всіх здібностей соціального інтелекту перевершує середній рівень.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці програм розвитку здібностей соціального інтелекту поліцейських з різними типами соціального інтелекту.

Список літератури:

1. Михайлова (Алєшина) Е.С. Тест Дж. Гилфорда и М. Салливена. Диагностика социального интеллекта. Руководство пользователя. СПб. : ГП «Иматон», 2001. 51 с.
2. Осьодло В. І., Хміляр О. Ф. Соціальний інтелект як регулятор поведінки особистості офіцера Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України : матеріали наук.-практ. конф. (м. Харків, 8 квіт. 2016 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2016. С. 170 – 174.
3. Федотов С. М., Простяков В. В. Социальный интеллект как детерминанта профессиональной пригодности сотрудников — выпускников образовательных учреждений правоохранительных органов. *Юридическая психология*. 2013, №4. URL: <http://center-bereg.ru/m190.html> (дата звернення: 12.01.2018).

4. Човдырова Г.С., Кузьмичева Н. А. Психодиагностическая модель психограммы успешного сотрудника подразделений по делам несовершеннолетних ОВД. *Психопедагогика в правоохранительных органах*, 2017, № 3(70). С. 61 – 61. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihodiagnosticheskaya-model-psihogrammy-uspeshnogo-sotrudnika-podrazdeleniy-po-delam-nesovershennoletnih-ovd> (дата звернення: 12.01.2019).

ЧИРКОВА О.В.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: СЕЛЮКОВА Т.В.

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ФЕНОМЕН ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ У КУРСАНТІВ ТА СТУДЕНТІВ НУЦЗУ З РІЗНИМ РІВНЕМ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

Вступ. Сучасна соціально-економічна ситуація пред'являє високі вимоги до психічної стійкості людини. Справлятися з постійно мінливою ситуацією життєдіяльності допомагає людині його внутрішні чинники самовідчуття. Саме вони, а не зовнішні обставини визначають суб'єктивну оцінку якості життя конкретного індивіда. На думку дослідників позитивної психології, для сучасної людини якість життя стає більш важливим, ніж показники економічного процвітання [1]. Таким внутрішнім інтегративним фактором може виступати суб'єктивне благополуччя.

Благополуччя – це термін відносно новий в психології, його вивчення пов'язано з вивченням станів оптимального функціонування людини. Прагнення до благополуччя і позитивного функціонування є однією з основних рушійних сил людської спільноти, а його суб'єктивне відчуття є важливою умовою повноцінного життя особистості, можливо тому проблема його отримання і підтримки займає важливе місце в психологічних дослідженнях.

Р. Шаминов поняття суб'єктивне благополуччя визначає як власне ставлення людини до своєї особистості, життя і процесів, що мають важливе для

неї значення з точки зору засвоєних нормативних уявлень про «благополучне» зовнішнього і внутрішнього середовища, що характеризується переживанням задоволеності [5].

Дану проблему розглядали М. Соколова, Г. Пучкова, Е. Бочарова, Н. Бахарєва, Е. Дайнер. В них була спільна думка, що можна бути «благополучним», задовольняючи лише свої власні амбіції, реалізуючи домагання і не співвідносячи ні своїх бажань, ні наслідків їх реалізації з соціумом [2].

Широко відомо, що найбільший внесок в пояснення суб'єктивної задоволеності життям вносять особистісні змінні. В якості такої ми розглянемо перфекціонізм. Інтерес до даного феномену багато в чому обумовлений саме його неоднозначністю. Сучасні дослідники двояко інтерпретують перфекціоніські тенденції. Так, з одного боку, яскраво виражена патогенна характеристика явища, а з іншого – особистість перфекціоніста характеризується самодетермінацією.

У роботах Р. Фроста в структуру перфекціонізму включені такі параметри, як: особисті стандарти, заклопотаність помилками, сумніви у власних діях, батьківські очікування, батьківська критика і організованість [4].

В дослідженнях В. Ясна, С. Еніколопов було виявлено, що перфекціонізм сприяє виникненню конфліктів і припинення відносин в міжособистісних відносинах, соціальної ізоляції в результаті недовіри до інших людей, нереалістичних вимог і очікувань по відношенню до оточуючих і себе [3].

Літературний огляд чітко свідчить про те, що перфекціонізм має потужний потенціал передбачення суб'єктивного благополуччя носія. Разом з тим ряд перфекціоністських тенденцій сприяє підвищенню, а ряд – зниженню рівня задоволеності життям. Це підкреслює важливість подальших досліджень цих змінних.

Мета дослідження – мета нашого дослідження: вивчити особливості феномену перфекціонізму у курсантів та студентів НУЦЗУ з високим та низьким рівнем суб'єктивного благополуччя. За допомогою методики «шкала К. Ріфф»,

ми розділили респондентів на дві групи респондентів з різним рівнем суб'єктивного благополуччя. Для виявлення особливостей перфекціонізму в досліджуваних групах ми використали такі методики: «Шкали перфекціоністські самопрезентації» П. Хьюїтта та «Шкала перфекціонізму» Дженкінс-Фрідмана та Бренскі-Мерфі.

Результати дослідження. За результатами проведених методик ми виявили, що у групі №1 (респонденти з високим рівнем суб'єктивного благополуччя) визначаються високі бали з такими шкалами як: демонстрація досконалості – 5,72 балів; поведінка, яка стимулює досягнення мети – 3,84 бали. У групі №2 (респондентів з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя) переважають такі шкали: поведінковий непряв недосконалості – 6,8 балів; поведінка, яка перешкоджає досягненню мети – 3,44 балів.

Аналізуючи отримані результати ми можемо сказати, що особистості з високим рівнем суб'єктивного благополуччя характеризуються прагненням в створенні бездоганної репутації, мати успіх в соціумі. Дуже розвинене почуття обов'язку, відповідальності. Вони здатні швидко та глибоко розуміти й усвідомлювати засоби і можливості в тій чи іншій ситуації. Одною із метою, таких людей, є викликати своєю досконалістю захоплення і повагу інших, створювати образ бездоганної і успішної людини.

Респонденти з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя прагнуть уникати соціальних ситуацій в яких їх поведінка може потрапити в центр уваги. Такі люди сором'язливі, ведуть замкнутий образ життя, проявляється нетерплячість у очікуванні результатів, мають труднощі встановлені емоційних контактів. Також є схильність до самоаналізу і постійної переоцінки себе. Зовні це проявляється в незручності як на людях, так і наодинці з самим собою. Відображається схильність до уникнення ситуацій, в яких недоліки особистості можуть стати мішенню для громадського обговорення.

Особи з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя мають високий рівень

перфекціонізму, орієнтованого на інших та соціально запропонований перфекціонізм. Для таких людей дуже важливі відносини з іншими людьми, які шикуються через призму постійного контролю за іншими і очікування активного позитивного ставлення до себе (вираження позитивних почуттів, запрошення стати частиною тієї чи іншої групи) при збереженні власної пасивної позиції (пов'язаної зі страхом бути відкинутим). Пред'являють високі стандарти оточуючим. Не бажають прощати їм помилки, недоліки та постійно оцінюють інших. Такі люди незадоволені собою і своїм становищем, позбавлені довіри до оточуючих, відчують труднощі в контролі своїх емоцій, постійно турбуються з приводу реальних і уявних неприємностей. Переконані, що інші пред'являють їм завищені і нереалістичні вимоги, яким важко, але необхідно відповідати, щоб заслужити схвалення і прийняття.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні методично обґрунтованих підходів, поглибленого дослідження та вивчення взаємозв'язків складових перфекціонізму з відчуттям суб'єктивного благополуччя, а також у розробці корекційних програми у вигляді тренінгів для подолання негативних наслідків перфекціонізму.

Список літератури

1. Бонивелл И. Ключи к благополучия. М.: Изд-во «Время», 2009. 192 с.
2. Джидарьян И. А., Антонова Е. В. Сознание личности в кризисном обществе. М.: Педагогика, 1995. 120 с.
3. Павлова В. Перфекціонізм як психологічний феномен: Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки, 2013. 250 с.
4. Соколова Т.Е., Цыганкова П.В. Перфекционизм и когнитивный стиль. Москва: «Наука», 2001. 150 с.
5. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. Саратов, 2008. 240 с.

ШЕВЦОВА К. С.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: **СЕЛЮКОВА Т.В.**

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ РЕФЛЕКСІЇ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНОЇ ЗРІЛОСТІ

Вступ. Незважаючи на те, що практично всі сучасні підходи до розуміння рефлексії спираються в своїй основі на різні напрямки філософської думки, після виділення психології як самостійної галузі наукових досліджень на рубежі XIX і XX століть проблема рефлексії виявилася витиснута із психології, що спиралася в цей період свого розвитку на методологію природничих наук. Серед різних напрямків, що сформувалися в психології в першу третину XX століття, склалося неоднозначне ставлення до проблематики рефлексії від повного заперечення необхідності дослідження цієї проблеми в контексті психологічного знання до визнання її основним психологічним методом. При цьому була відсутня не тільки єдина система поглядів на складі структуру рефлексивних процесів, але і не було сформульовано будь-якого чіткого визначення рефлексивної функції.

В. М. Розін пише, що в 1930-х роках А. Буземаном було сформульовано «психологічне» визначення рефлексії як перенесення переживання з зовнішнього світу на себе. Автор також вперше запропонував виділити психологію рефлексії в самостійну область досліджень [7].

А.В. Карповим були виділені різні рівні рефлексії в залежності від ступеня складності рефлектуючого змісту: 1-й рівень включає рефлексивну оцінку особистістю актуальної ситуації, оцінку своїх думок і почуттів в даній ситуації, а також оцінку поведінки в ситуації іншої людини. 2-й рівень передбачає побудову суб'єктом судження щодо того, що відчувала інша людина в тій же ситуації, що вона думала про ситуацію і про самого суб'єкта. 3-й рівень включає уявлення

думок іншої людини про те, як вона сприймається суб'єктом, а також уявлення про те, як інша людина сприймає думку суб'єкта про самого себе [3].

Д. А. Леонтьєв вміщує у поняття «рефлексія» два принципових моменти. Перший момент пояснює рефлексію як механізм довільного маніпулювання ідеальними змістами в розумовому плані, заснований на переживанні дистанції між своєю свідомістю і його інтенціональним об'єктом. Другий – спрямованість цього процесу на самого себе як на об'єкт рефлексії. Саме єдність цих двох аспектів утворює повноцінне рефлексивне ставлення, з яким і зв'язаний перехід на рівень самодетермінації. Леонтьєв вбачає у феномені рефлексії три різних процесів: інтроспекція (самокопання) – фокусом уваги стає власне внутрішнє переживання, стан; системна рефлексія, заснована на самодвстанціровані і погляді на себе з боку, що дозволяє бачити одночасно полюс суб'єкта і полюс об'єкта, та квазірефлексія, яка спрямована на об'єкт, який не має відношення до актуальної життєвої ситуації, погляд в сторонні міркування – про минуле, майбутнє, про те, що було б, якби [4].

За Н. Г. Алексєєвом суть рефлексії – зміна способів і підстав діяльності з метою управління станом, його оптимізації, кращого і більш повного досягнення мети. Усвідомлення в цьому випадку є тільки необхідна передумова зміни. Цей активний характер рефлексії підкреслюється багатьма психологами. Ось вислів одного з них: « Будь-яке наше уявлення, поняття завжди будується (саме активно будується), і спосіб побудови багато в чому обумовлюється наявністю, завжди конкретними обставинами. Спосіб побудови має тенденцію відтворюватися, повторюватися при обставинах, які з тих чи інших причин нам здаються подібними. Звідси і зв'язаність людини вже вчинене способом побудови, механічне слідування вже наявного знання. Розв'язатися ознає встати над цим знанням, тобто, зробити його об'єктом власного розгляду, порівняти його з іншими знаннями, виділити його межі, таким чином, здійснити рефлексію знання. Усвідомлюючи свої дії їх підстави, людина дійсно, розглядає їх як

об'єкти особливого роду, стає по відношенню до них вільною, може змінити, замінити, вдосконалити. В цьому і полягає основна роль рефлексивного рівня в мисленні [1].

У С. Л. Рубінштейна була ідея про зв'язок рефлексії з особливим способом існування. Він розрізняв два способи існування: «Перший – життя, яка не виходить за межі безпосередніх зв'язків, в яких живе людина. Тут людина вся в середині життя, будь-яке її ставлення це ставлення до окремих явищ, але не до життя в цілому. Відсутність такого ставлення до життя в цілому пов'язано з тим, що людина не може зайняти позицію поза нею для рефлексії над ній. Таке життя виступає майже як природний процес. Другий спосіб існування пов'язаний з появою рефлексії. Вона якби призупиняє, перериває цей безперервний процес життя і виводить людину подумки за її межі. Людина якби займає позицію поза нею» [8].

На думку О.С Штепи особистісна зрілість вважається однією з соціально позитивних і значущих характеристик людини. Водночас, визначення особистісної зрілості як психологічного поняття нерідко залишається прихованим за авторськими переліками рис зрілої особистості. Більш чітка дефініція поняття особистісної зрілості надала б змогу уніфікувати наукові погляди стосовно понять “зріла особистість” та “особистісна зрілість”, а в подальшому розв'язати завдання психологічного супроводу процесу досягнення особистісної зрілості [9].

П.Я. Гальперін роз'яснює, що визначення ступеня зрілості особистості встановлюється по оцінці її дій в системі відносин, що існують в даному суспільстві, відповідно до показників того, наскільки успішно людина опановує призначеної йому діяльністю [2].

А. Маслоу вважає, що самоактуалізація – це прагнення людини вирости до своєї максимальної висоти, розкривши свій природний потенціал; прагнення індивіда розвиватися «в напрямку все більшої складності» [5].

Мета дослідження – дослідження особливості рефлексії у курсантів з високим та низьким рівнями особистісної зрілості.

Результати дослідження: У нашому дослідженні взяли участь 80 респондентів, курсанти та студенти НУЦЗУ.

На першому етапі ми визначили рівень особистісної зрілості. Ми використовували методику «Діагностування особистісної зрілості» та отримали дві групи досліджуваних: респонденти с високим рівнем особистісної зрілості та респонденти з низьким рівнем особистісної зрілості. Особи з високим рівнем особистісної зрілості готові та спроможні до ефективного рішення життєвих задач. Такі люди здатні вести себе незалежно від впливу мікросоціального оточення, орієнтуючись на власні, свідомо поставлені цілі. Люди з низьким рівнем особистісної зрілості менш відповідальні, менш самостійні та мають поверхові міжособові стосунки.

На другому етапі ми визначили особливості рефлексії у осіб з високим та низьким рівнем особистісної зрілості. Ми використовували методики «Діагностування рівня розвитку рефлексії» А.В. Карпова, «Диференціальний тип рефлексії» Леонтьєва, «Методика на визначення направленості рефлексії» Гранта. Для визначення особливості рефлексії у осіб з високим та низьким рівнем рефлексії особистісної зрілості ми використовували критерій t-Стьюдента. Відмінності існують на достовірному рівні статистичної значущості ($p \leq 0,05$) за такими шкалами, як «Системна рефлексія», саморефлексія, соціорефлексія. За такої школою рефлексії, як «Інторспекція» відмінностей між особами з високим та низьким рівнем особистісної зрілості не виявлено, тобто респонденти і з високим, і з низьким рівнем особистісної зрілості у рівній мірі можуть фокусувати свою увагу на внутрішньому стані, та аналізувати свої переживання, почуття та емоції, здатні до компенсаторного пошуку спілкування. На нашу думку ми отримали такі результати тому, що курсанти та студенти знаходяться

на етапі свого пошуку індивідуальності, неповторності, несхожості та унікальності.

За отриманими результатами можна сказати, що у осіб з високим рівнем особистісної зрілості виражається високий рівень рефлексії, системна рефлексія, інтрорефлексія та перспективна рефлексія. У респондентів з низьким рівнем особистісної зрілості визначається середній рівень рефлексії, квазірефлексія та ретрорефлексія.

У осіб з високим рівнем особистісної зрілості виражений самоконтроль поведінки в актуальній ситуації, прогнозування можливих виходів із важких ситуацій. Такі люди здатні дивитися на себе зі сторони, схильні до самоаналізу функцій власної свідомості. У осіб з низьким рівнем особистісної зрілості фокусом уваги стає власне внутрішнє переживання, стан. Вони схильні до аналізу зміст і функції свідомості інших людей – прагнення до розуміння їх почуттів, переживань, думок, думок, переконань, мотивів поведінки, особливостей характеру, ставлення до оточуючих.

Список літератури:

1. Алексеев Н. Г. Использование психологических моделей мышления в изучении и диагностике шахматного творчества. Москва – 1983. 35 с.
2. Гальперин, П. Я. Лекции по психологии. Москва.: Изд-во АСТ, 2008. 400 с.
3. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. Москва: ИП РАН, 2004. 65 с.
4. Леонтьев Д.А. Рефлексия «хорошая» и «дурная». Москва. РАН. – 1999. 114 с.
5. Лобанова Ю. И. Профессиональная и психологическая устойчивость специалиста. Ленинград: Вестник ЛГУ 2006. № 3. 30-34 с.
6. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. Москва: Смысл, 1999. 56-100 с.
7. Розин В. М. Рефлексия в структуре сознания личности // Проблемы рефлексии. Новосибирск, 1987. 222 – 228 с.
8. Рубинштейн, С. Л. Человек и мир. Москва.: Наука, 1997. 97 с.
9. Штепа О. С. Формування особистісної зрілості. Львів: Видавничий центр ЛНУ ім.І.Франка, 2006. 345 с.

ЩУРОВА Н. В.

ст. викладач кафедри фізичної реабілітації і здоров'я людини
Навчально-науковий інститут фізичного виховання і спорту
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»

ОСОБЛИВОСТІ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ ЯК ОСНОВНОГО ВМІННЯ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

Вступ. Розуміння важливості проблеми збереження й відтворення здоров'я людини знайшло відображення й у стратегічних завданнях сучасної освіти, де одним з головних визначено формування свідомого ставлення школярів до власного здоров'я та здоров'я інших людей, гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження й зміцнення здоров'я учнів у всіх його складниках: фізичному, психічному й духовному.

Мета дослідження – аналіз побудови здоров'язбереження та, відповідно до цього, формування спеціальних знань, умінь та навичок у практикуючих і майбутніх вчителів.

Результати дослідження. Аналіз праць видатних педагогів і вікових психологів, фізіологів і медиків дозволив визначити ключові практичні засади, якими повинен оволодіти педагог, не зважаючи на предметну спеціалізацію, адже, на наше глибоке переконання, кожен вчитель є суб'єктом валеологічної діяльності в школі. Отже, побудова здоров'язберігаючого навчально-виховного процесу передбачає врахування нижченаведених положень (Карпенко, 2013).

По-перше, *обґрунтований з позиції здоров'язбереження розклад занять.* Показником функціонального стану організму та його змін є працездатність, саме вона відображає раціональність організації навчального процесу, його відповідність можливостям дитини, його ефективність.

Рівень працездатності залежить від багатьох факторів: фізіологічних (функціональна зрілість організму, функціональний стан, стан здоров'я тощо),

психологічних (емоційний стан, мотивація тощо), зовнішньосередовищних (умови організації діяльності, час доби, року тощо).

Багаторічні дослідження фахівців з біоритмології дозволили визначити основні закономірності працездатності та її динаміку протягом навчального дня, тижня й року. Існують загальні закономірності динаміки працездатності. Вона поділяється на кілька періодів: входження в роботу („впрацювання”), стійкий період (оптимальна працездатність), передутота (період нестійкої працездатності, або компенсаторної перебудови) і стомлення (Максименко, 2007).

Поліпшити стан дитини протягом дня, відсунути стомлення, зняти втому допомагають фізіологічні „стимулятори”: активна прогулянка (після 3-го уроку), фізкультхвилинки, холодові подразники (обтирання вологою серветкою обличчя і шиї), звукові подразники тощо.

Ритми працездатності мають відповідні цикли й протягом навчального року: у зв’язку з поступовою адаптацією учнів до навчання після літніх канікул працездатність тільки через певний час досягає максимуму. Підтримувати її на високому рівні протягом тривалого часу допомагають канікули – осінні, зимові, весняні. Починаючи з травня, рівень розумової працездатності є досить низьким.

По-друге, *фізіологічно грамотний, методично обґрунтований і раціонально побудований урок*. Ураховуючи знання біологічних ритмів добової працездатності, не менш важливо правильно організувати сам урок, домогтися того, щоб його активні та пасивні структурні елементи взаємозмінювали та взаємодоповнювали один одного.

Бажання вчителя підвищити емоційність уроку, змінити форму роботи, переключити увагу учнів можна реалізувати за допомогою різних технічних засобів: комп’ютера, телебачення, звукозапису. Але не слід зловживати ТЗН, адже якщо на одному уроці вчитель намагається використовувати всі відразу засоби або протягом уроку „крутить” фільм, очікуваного ефекту не буде.

Застосування технічних засобів створює підвищене навантаження на центральну нервову систему, особливо на зоровий та слуховий аналізатори, тому тривале використання цих технічних засобів, а також часте переключення з одного на інший сильно стомлює дітей.

По-третє, *забезпечення необхідних санітарно-гігієнічних норм у навчальному приміщенні*. Зупинимось на виокремленні гігієнічних умов, що викликають в учнів стан фізичного дискомфорту:

- порушення температурного режиму в приміщенні: неоптимальна температура повітря в класі (дуже жарко або дуже прохолодно);
- підвищена сухість повітря, яка виникає зазвичай у зимовий час при недостатній вентиляції повітря й розпечених батареях парового опалення або електричних обігрівачах;
- несприятливий склад повітря в класі: зниження вмісту кисню, зокрема від роботи електричних обігрівачів; накопичення в повітрі речовин, що зумовлені антропогенним фактором, тобто звичайними виділеннями людського тіла;
- фізичний дискомфорт від незручного положення тіла, тривалого фіксування пози, що зазвичай виникає при невідповідності розміру парти (стола й стільця) зросту й комплекції учня, а також при авторитарній педагогічній тактиці вчителя та його сурових дисциплінарних вимогах.

По-четверте, *урахування типу вищої нервової діяльності учнів та їх індивідуальних особливостей*. Стійкість працездатності визначається особливостями вищої нервової діяльності:

- діти з урівноваженим рухливим типом нервової системи (сангвініки) характеризуються підвищеною активністю. Вони швидко й легко включаються в роботу й можуть тривалий час інтенсивно працювати не втомлюючись;
- діти з сильним неурівноваженим типом нервової системи (холерики) характеризуються нестійкою працездатністю. Вони нетерплячі, важко

переключаються на новий вид діяльності, але працюють добре, якщо їх зацікавити;

- діти з сильним, урівноваженим, інертним типом нервової системи (флегматики) важко й довго долучаються до роботи, повільно концентрують свою увагу, але, включившись, можуть працювати довго й наполегливо;
- діти зі слабким типом нервової системи (меланхоліки) малоактивні, швидко втомлюються, не вміють працювати систематично.

Особливо уважно слід вибудовувати навчально-виховний процес із дітьми, які мають труднощі навчання та дітьми з синдромом дефіциту уваги та гіперактивністю (від 2,2 до 28% дитячих популяцій у різних країнах) (Прибиловська, 2013), ліворукими (9 – 12 % від загальної кількості учнів) та повільними дітьми (10 – 20% відповідно) (Твердохліб, 2014).

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та обґрунтуванні на практиці побудови здоров'язберігаючої атмосфери навчально-виховного процесу відповідно до: по-перше, біологічних циклів працездатності школярів – річних, тижневих та добових; по-друге, санітарно-гігієнічних норм та, по-третє, вікових та індивідуальних особливостей учнів. Важливим напрямком виховання духовно, психічно та фізично здорового підростаючого покоління є розробка таких режимів праці, навчальної діяльності й відпочинку, які не викликають розбіжностей між добовими циклами організму людини й ритмом її діяльності.

Література

- 1. Карпенко М. І.** Проблема формування культури здоров'я школярів у педагогічній спадщині В. О. Сухомлинського : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Луганський національний університет імені Тараса Шевченка. Луганськ, 2013. 226 с.
- 2. Максименко С. Д.** Пропагування психогігієнічного виховання і здорового способу життя серед молоді (психічне обґрунтування). *Практична психологія та соціальна робота*. 2007. № 9.
- 3. Прибиловська Н. В.** Системний

підхід до створення здоров'язберезувального середовища у загальноосвітньому навчальному закладі. *ВГ «Основа». Педагогічна майстерня*. 2013. № 4. С. 20-29.

4. Твердохліб М. М. Оцінка стану фізичного розвитку дітей шкільного віку в динаміці навчального процесу. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2014. № 2 (36), С. 324-330.