

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ

це опановує тобою, коли проблеми керують тобою, а не ти ними. Тому що, проблеми зникнуть, а те, що ти накоїв за весь цей час, ці наслідки – вони залишаться з тобою на завжди, і не факт, що це можна змінити. Тому не бійтеся признати, що у вас є депресія, і робіть своє життя кращим.

Література

1. Сергій Чугунов (2012). *Перемогаємо депресію*. Т. 17. № 3. С. 191-195.
2. Павел Євдокіменко (2012). *Причини твоєї хвороби*. У.
3. Роберт Лихи (2012). *Свобода от тревоги*. Россия.
4. Ерік Берн (1947). *Введення в психіатрію і психоаналіз для непосвячених*. Америка.

АКТИВНІСТЬ ТА ПРОАКТИВІНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ, ЯК РЕСУРС УСПІШНОСТІ В МАЙБУТНІЙ ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Тамара Гуменникова

доктор педагогічних наук, професор

Ізмаїльський державний гуманітарний університет

Сучасні дослідження психологів, педагогів та соціологів, які працюють у вищій школі, свідчать про те, що серед професійно-творчих якостей сучасного студента сьогодні виокремлюють: володіння професією, обізнаність у сфері, де прагне працювати, цікавість до всього нового. Означене завдання взмозі розв'язати психологія освіти, як важель допомоги у ресурсному розвитку людини – вдосконалення засобів психологічної допомоги і супроводу студентства в протистоянні деструктивним тенденціям, формуванні просоціальних цінностей, всебічному особистісному розвитку.

Разом із тим, соціально-економічні, політичні та культурні перетворення суспільства, які викликані процесами інтеграції та глобалізації, розвиток сучасних засобів комунікації, пред'являє до людства особливі завищені вимоги, серед яких важливе місце займає проактивність – інтеграція якостей зрілої особистості. Суспільству потрібні активні, відповідальні особистості, орієнтовані на досягнення успіху у всіх сферах суспільної життєдіяльності, громадяни, які є суб'єктами свого життя та оточуючого світу, вільні особистості, які вміють бути творцями власного життєвого успіху та ефективно функціонувати в соціальному просторі та часі. Саме тому, активна молода людина в опануванні професійних та особистісних вимог суспільства до неї, стає успішною та конкурентоздатною серед

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ

своїх однолітків. Таким чином від за активності та проактивності студентів вищих навчальних закладів залежить їх майбутній життєвий та професійний успіх.

Під поняттям «активність особистості» науковець Водоп'янова Н. Е. розуміє вид соціальної та психічної активності, де інтенсивність спрямованості особистості визначається видом діяльності та виявляється в характері людини [1, с. 279].

Категорія «проактивність» для вітчизняної психології відносно нова. Поняття проактивність вперше використав В. Франкл у своїй фундаментальній праці «Людина в пошуках сенсу» [10]. Проактивність розуміється автором, як здатність людини вибирати ту чи іншу модель поведінки, ґрунтуючись, в першу чергу, на власну волю і свідомість, а не на зовнішні обставини [10, с. 67]. Проактивна людина приймає відповідальність за своє життя і не шукає причин своєї поведінки в зовнішніх подразниках.

Проактивність і проактивна поведінка в останні роки стають об'єктом вивчення в організаційній психології. Однак як у вітчизняній, так і в зарубіжній психологічній літературі відсутнє єдине теоретико-методологічне уявлення про феномен проактивності. В психології особистості і клінічній психології на даний момент відсутнє чітке визначення цього явища, не виділені критеріальні ознаки проактивності, вплив проактивності на внутрішню мотивацію суб'єкта, на ефективність діяльності.

Разом із тим, проактивність, включає в себе здатність особистості діяти згідно зі своїми особистими цілями, сенсами, цінностями, ціннісними орієнтаціями, життєвими принципами, переконаннями, незважаючи на зовнішні умови і обставини життя і дає можливість особистості самій формувати ці умови та обставини життя [4, с 79-83].

Проактивність розуміється в двох аспектах: як стійка риса особистості і як поведінка людини, яка вільна у виборі способів поведінки, відповідальна за наслідки своїх дій і здатна діяти перш за все під впливом своїх внутрішніх спонукань. До останніх слід віднести світогляд особистості, умовно розділяється на переконання, уявлення людини про себе, інших людей і світ в цілому. Проактивна людина орієнтується в першу чергу на мета потреби – прагнення до визнання і поваги, до зростання і розвитку, до творчості, до самореалізації і самоактуалізації, до пізнання себе і свого психоемоційного стану, до пошуку сенсу існування, вона часто ставить перед собою масштабні особистісно значущі цілі і прагне до їх досягнення, використовуючи різні засоби і методи. Проактивна особистість звинувачує нікого в виникненні на її шляху труднощів, крім самої себе.

Клінічний психолог О. І. Єрзін, аналізуючи поняття проактивність у зв'язку з проблемами психології здоров'я, підкреслює, що проактивність – стійка характеристика зрілої особистості, яка виявляється в наступних напрямках:

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ

- а) в самодетермінованій поведінці, тобто поведінка особистості, обумовлена внутрішніми мотивами особистості, а не зовнішніми стимулами;
- б) в здатності ефективно протистояти ситуаціям і вимогам середовища, які потенційно можуть викликати дистрес;
- в) в умінні прогнозувати наступ певних життєвих подій, а також вибудовувати поведінкові стратегії, орієнтовані на майбутнє;
- г) в здатності ставити довгострокові цілі і прагнути до їх досягнення;
- д) в готовності активно впливати на умови середовища на протипагу пасивному пристосуванню [4].

Феномени активної та проактивної поведінки досліджували Г. А. Епанчінцева, О. І. Ерзін, які проаналізували основні критеріальні характеристики проактивності [4]. До ключових характеристик зазначеного феномена віднесені: усвідомлення особистістю своїх вчинків і їх наслідків, вольовий компонент, спонтанність, відповідальність, домінування вищих людських потреб, орієнтація при виборі моделей поведінки переважно на переконання, ідеали і цінності особистості, а не на зовнішні фактори (інтернальний локус контролю).

Проактивність – перш за все життєва позиція особистості, в основі якої самостійний вибір своїх реакцій на будь-які події життя. Проактивна людина усвідомлює свої бажання та цілі, мету свого життя, усвідомлює наслідки своїх виборів і в процесі реалізації своїх цілей спирається на свої цінності і переконання.

Проектною групою студентів-магістрантів Придунайської філії МАУП було розроблено план дослідження активної та проактивної поведінки студентів, що навчаються за освітньо-професійним рівнем «бакалавр» та обрано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення лідерських якостей, мотиваційної сфери та самооцінки особистості. За їх допомогою проведено емпіричне дослідження цих якостей у студентів-психологів I, II, IV курсів, здійснено кількісний та якісний аналіз, а також інтерпретацію отриманих результатів. Вищезазначене було обумовлене припущенням – чим активніше студент у студентському житті закладу вищої освіти та в практичній професійній діяльності, тим вище рівень його успішності в майбутній професійній діяльності.

Так, за методикою А. Н. Лутошкіна «Я – Лідер» визначено, що за шкалою вміння управляти собою 33% випробуваних отримали низькі результати, а у 20 % опитаних показник усвідомлення мети знаходиться на низькому рівні. При цьому, за шкалами вміння вирішувати проблеми та впливу на оточуючих, недостатні результати отримали по 13% респондентів. Низький рівень знання правил організаторської роботи, організаторських здібностей та вміння працювати з групою, мають по 7% опитаних.

За опитувальником Р. С. Немова «Здатність до лідерства» встановлено, що 10 респондентів, що складають 50%, отримали низькі показники при відповіді на

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ

запитання тесту, що вказує на те, що у них слабо виражені лідерські якості. При цьому, у 6 випробуваних, а саме 30%, цей показник сягає середнього значення розвитку даних якостей. Проте, у 4 опитаних, що складають 20%, виявлено високі показники, що може вказувати про наявність в них сильно виражених лідерських якостей. Показників схильності до диктату при обробці даних виявлено не було.

За модифікацією опитувальника А. Мехрабіана «Діагностика мотивації досягнення», яку запропонував М.Ш. Магомед-Емінов встановлено, що у 18 випробуваних, що складають 90%, переважає прагнення уникати невдачі, що може свідчити про спрямованість опитаних на мінімізацію втрат при досягненні власних цілей, а також на їх концентрацію на можливих складнощах при цьому. При цьому, у 2 респондентів, що становлять 10%, виявлено переважання прагнення до успіху, що може вказувати на докладання ними власних зусиль для досягнення мети.

За методикою А.А. Реана «Мотивація успіху та боязнь невдач» (МУН) встановлено, що у 12 респондентів, що складають 60%, переважає мотивація на успіх, що може свідчити про надію в досягнення ними цілей. При цьому, у 2 випробуваних, а саме 10%, переважає мотивація на невдачу, що може свідчити наявність в них негативних очікувань щодо можливих невдач. Виявлено, що у 6 опитаних, що складають 30%, мотиваційний полюс не виражений яскраво. Проте, аналіз отриманих даних дає змогу вказати на те, що у 5 з цих випробуваних наявна певна тенденція мотивації на успіх, а у 1 з цих респондентів – на невдачу.

Активну та проактивну поведінку студентської молоді можливо розвивати та спрямовувати в процесі участі її в органах студентського самоврядування, в організації роботи студентських омбудсменів, участі студентів в сумісних проектах з розвитку лідерських якостей та школах молодих політиків. Започатковане дослідження, яке проводиться в МАУП близько одного року, передбачає подальші «наукові розвідки» з питань активності та проактивності випускників бакалаврату та студентів старших курсів.

Література:

1. Водопьянова Н. Е. (2009). *Психодиагностика стресса*. СПб.: Питер. 336 с.
2. Ерзин А.И. (2014). *Методика «Проактивное поведение»: описание шкал и первичная оценка психометрических показателей. Актуальные проблемы психологического знания. Теоретические и практические проблемы психологии* Научно-практический журнал. № 4 (33). М. 152 с. С. 59-69.
3. Ерзин А.И. (2014). *Перспективы исследования проактивности в клинической психологии и психологии здоровья. Клиническая и медицинская психология: исследования, обучение, практика: электрон. науч. журн. N 4 (6) URL: <http://medpsy.ru/climp> (дата обращения: 20.10.2018)*

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ

4. Ерзин А.И., Епанчинцева Г.А. (2013). *Понятие проактивности в современной психологии*. Теоретическая и экспериментальная психология. Т. 6. №1. С. 79-83.
5. Кобзева Л.С., Ковшова О.С. (2015). *Проактивность как компонент самосознания в норме и при наркозависимости*. Известия Самарского научного центра Российской академии наук. т.17, №5(3). С. 1009-1013.
6. Старченкова¹ Е. С. (2012). *Ресурсы проактивного совладающего поведения*. Вестник СПбГУ. Сер. 12. Вып. 1. С.51-61.
7. Старченкова Е. С. (2009). *Концепция проактивного совладающего поведения*. Вестн. С.- Петерб. ун-та. Сер. 12. Вып. 2. Ч. 1. С. 198-205.
8. Старченкова Е. С. (2008). *Проактивное совладающее поведение в построении жизненных стратегий*. Вып. 12. СПб. С. 40-50
9. Старченкова Е.С. (2017). *Адаптация русскоязычной версии опросника «Проактивное совладающее поведение»*. Вопросы науки и практики: сборник статей международной научной конференции 17 октября 2017 г. в 3 ч. : Ч. 3. В.И. Ермаков (отв. ред.) [и др.]. Москва: Рус Альянс Сова. С. 241-262.
10. Франкл В. (1990). *Человек в поисках смысла*. М.: Прогресс. 368 с.
11. Хьелл Л., Зиглер Д. (2008). *Теории личности*. СПб.: Питер. 607 с.
12. Lyudmyla Perminova, Tamara Gumennykova, Olena Bila, Viktoriia Miziuk, Antonina Kichuk, Olena Sagan. (2019) *The Use of Modern Interactive Technologies in Learning: Correlation Analysis of the Results*. International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering (IJTEE) ISSN: 2278-3075, Volume-8 Issue-8, June. Scopus

САМОТНІСТЬ ЯК ПСИХІЧНИЙ ФЕНОМЕН І РЕСУРС РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Яна Денисова

*студентка 3 курсу факультету української філології та соціальних наук
Ізмаїльський державний гуманітарний університет
Науковий керівник – викл. Прокоф'єва Л.О.*

У сучасному світі самотність – одна з найскладніших психологічних проблем людини. Самотність належить до психологічних феноменів, реальний життєвий зміст яких чітко розуміється повсякденною свідомістю, проте подібна ясність оманлива, оскільки приховує складний, суперечливий соціально-психологічний і навіть філософський сенс.

Випробування самотністю на сьогоднішній день проходять люди різних професій, віку, а також статі. Багатовекторний і постійнодіючий інформативний