

**ДЕРЖАВНА СЛУЖБА УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ  
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ  
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ**

**ВИДАТНІ ПОСТАТІ ПСИХОЛОГІЇ:  
ІСТОРІЯ, СУЧАСНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали  
VI регіонального наукового семінару  
до дня психолога

23 квітня 2019 р., м. Львів

Рекомендовано до друку вченою радою Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності 16 квітня 2019 року, протокол № 3.

Видатні постаті психології: історія, сучасність і перспективи : матеріали VI регіонального наукового семінару до дня психолога (23 квітня 2019 р., м. Львів). Львів, 2019. 112 с.

**Редакційна колегія:** *Литвин Андрій Віленович* – завідувач кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, професор (*голова*); *Вдович Світлана Михайлівна* – доцент кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник (*упорядник, відповідальний секретар*); *Кривопишина Олена Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор психологічних наук, професор; *Руденко Лариса Анатоліївна* – професор кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, доктор педагогічних наук, старший науковий співробітник; *Сірко Роксолана Іванівна* – заступник завідувача кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат психологічних наук, доцент.

У збірнику матеріалів регіонального наукового семінару до дня психолога представлені досягнення видатних психологів і їх вплив на розвиток цивілізації, розглянуто провідні напрями психології, їх сучасний стан і перспективи, а також міждисциплінарні аспекти психології.

Рекомендовано для науковців, психологів-практиків і педагогів вищих навчальних закладів, докторантів, аспірантів.

Матеріали подаються в авторській редакції.

**Рецензенти:**

**Кривопишина Олена Анатоліївна** – доктор психологічних наук, професор;  
**Васянович Григорій Петрович** – доктор педагогічних наук, професор.

# Зміст

## Розділ 1

### Видатні психологи та їх вплив на розвиток цивілізації

#### *Ксенія Березяк*

Вольфганг Льош – засновник імагінативної психотерапії тіла ..... 6

#### *Ігор Березький, науковий керівник – Алла Неурова*

Віктор Франкл: «Бути людиною» ..... 10

#### *Наталія Болехівська, науковий керівник – Світлана Вдович*

Психоаналіз Зигмунда Фрейда ..... 13

#### *Антоніна Боярська, науковий керівник – Світлана Вдович*

Піраміда людських потреб психолога-гуманіста Абрахама Маслоу 17

#### *Світлана Вдович*

Ідеї гуманізму в психолого-педагогічній спадщині Степана Балея 19

#### *Олена Гаврилюк, науковий керівник – Світлана Вдович*

Его-теорія особистості Еріка Еріксона ..... 22

#### *Ірина Гажев, науковий керівник – Андрій Романишин*

Філіп Зімбардо та тюремний експеримент ..... 24

#### *Олена Гапонюк, науковий керівник – Світлана Вдович*

А. Маслоу – засновник психології толерантності ..... 28

#### *Вікторія Гродська, науковий керівник – Роман Яремко*

Григорій Силевич Костюк: біографія і дослідження у психології 30

#### *Крістіна Дячук, науковий керівник – Алла Неурова*

Джон Боулбі – теорія прив’язаності ..... 33

#### *Ірина Козел, науковий керівник – Ксенія Березяк*

Сучасні підходи до корекції стосунків шлюбної пари ..... 35

#### *Юлія Коструліна, науковий керівник – Ксенія Березяк*

Пол Екман – дослідник психології емоцій ..... 38

#### *Марта Маковецька, науковий керівник – Світлана Вдович*

Вільям Джеймс – перший дослідник феномена «Я» в психології .. 42

#### *Вікторія Мутенко, науковий керівник – Наталія Мудрик*

Екзистенційне консультування Ірвіна Девіда Ялона ..... 44

<b>Олена Олійник, науковий керівник – Андрій Цюприк</b> Вільгельм Вундт – психолог-педагог .....	47
<b>В'ячеслав Павлюк, науковий керівник – Алла Неурова</b> Алан Піз – «містер мови тіла» .....	49
<b>Христина Свинар, науковий керівник – Алла Неурова</b> Пол Екман та «Теорія брехні» .....	52
<b>Віктор Сіткар</b> Біографічний нарис про автора першої і поки єдиної в Україні психологічної енциклопедії .....	54
<b>Іван Сорич, науковий керівник – Лариса Руденко</b> Проблема формування самооцінки особистості в теорії У. Джемса ...	56
<b>Світлана Тимінська, науковий керівник – Андрій Цюприк</b> Психічне здоров'я й особистісні особливості розвитку дитини у працях Джона Боулбі .....	59
<b>Андрій Цюприк</b> М. О. Максимович про вираження душі та повноту людського існування .....	60

## Розділ 2

### Провідні напрями психології, їх сучасний стан і перспективи

<b>Інна Бондар, науковий керівник – Ольга Баклицька</b> Агресивність у структурі особистості студента закладу вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю .....	64
<b>Лілія Годій, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Особливості макіавеллістичних тенденцій у майбутніх психологів ...	66
<b>Регіна Зелінська, науковий керівник – Олена Кривошишина</b> Психологічні особливості розвитку здатності до вчинку військовослужбовців .....	96
<b>Дар'я Кліш, науковий керівник та співавтор – Оксана Германович</b> Психологічні особливості ефективної самопрезентації психолога в мережі інтернет .....	71
<b>Христина Пашкевич, науковий керівник – Ксенія Березяк</b> Переживання кризи підліткового віку .....	75

<b>Віктор Повстин, науковий керівник – Андрій Ковальчук</b> Психологічний стан людини при удосконаленні техніки стрільби .....	79
<b>В'ячеслав Сурін, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Плацебо як вид психологічного феномена .....	81

### Розділ 3 Міждисциплінарні аспекти психології

<b>Світлана Біняшевська, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Брехня як соціально-психологічний феномен .....	83
<b>Дар'я Кліщ, науковий керівник – Тетяна Конівіцька</b> Риторичні аспекти психологічного консультування .....	85
<b>Тетяна Конівіцька</b> Підготовка до публічного виступу крізь призму психології .....	87
<b>Зоряна Кремінь, науковий керівник – Роксолана Сірко</b> Маніпулятивний вплив у спілкуванні .....	91
<b>Діана Мельничайко, науковий керівник – Андрій Цюприк</b> Соціально-психологічні причини конфліктів у сім'ї .....	93
<b>Надія Урбанська, науковий керівник – Роман Яремко</b> Проблема професійної спрямованості старшокласників .....	95
<b>Галина Федюк</b> Психолого-педагогічні ідеї академіка І. Зязюна .....	97
<b>Інна Шишова</b> Дитиноцентризм вчення В. Сухомлинського й інклюзивна освіта .....	100
<b>Наші автори</b> .....	104



## Розділ 1

### Видатні психологи та їх вплив на розвиток цивілізації

*Ксенія Березяк*

#### **Вольфганг Льош – засновник імагінативної психотерапії тіла**

Доктор медичних наук Вольфганг Льош (Wolfgang Loesch) (03.01.1944 – 25.02.2018) з м. Віттенберг (Німеччина) був відомим фахівцем у сфері психосоматичної медицини, багато років працював лікарем загальної практики, зокрема з онкохворими. Він є засновником Імагінативної психотерапії тіла (з нім. «Imaginative Körper-Psychotherapie» чи ImKP), що на даний час вважається спеціалізацією у психотерапевтичному напрямку Символдрами. Він займався психотерапією, вів балінтовські групи (тренінгові семінари для лікарів загальної практики). Акцент в роботі балінтовської групи робиться не на встановлення діагнозу, а на побудову стосунків лікар – пацієнт, опрацювання переносів та контрпереносів, обговорення складнощів і невдач в лікуванні випадків, які самі лікарі виносять на обговорення. Вольфганг Льош завершив навчання на медичному факультеті м.Магдебурга у 1969 році, з 1974 року присвятив себе роботі з психосоматичними розладами. У 1985 році він захистив науковий ступінь достора медичних наук щодо дослідження впливу психотерапії, що практикується в амбулаторних умовах, на есенціальну гіпертонію.

Вольфганг Льош у 1990 році став співзасновником Брандербургської академії «Глибинної психології та аналітичної психотерапії» та головою Балінтовського товариства. В 2003 році у м. Потсдамі (Бабельсберг) ним було творено та очолено «Інститут психосоматики і психотерапії (IPP)», а паралельно став доцентом, навчаючим терапевтом та супервізором Середньонімецького товариства Кататимного переживання образів та імагінативних методів в психотерапії та психології (MGKB) [1].

Оскільки метод ImKP походить з Кататимно-імагінативної психотерапії (КТП), коротко охарактеризуємо метод КТП. Символдрама (з грец. Symbolon – умовний знак і drama – дія) чи КТП є напрямком психодинамічної психотерапії і ґрунтується на імагінації, тобто «сновидіннях на яву», фантазіях, де мотив фантазії задається психологом чи психотерапевтом, а уява клієнта розгортається самостійно чи навіть виходить за межі заданого мотиву. Сам метод КТП на базі класичного

психоаналізу сформований у Німеччині психотерапевтом Ханскарлом Льойнером (21.01.1919 – 22.06.1996), та сформульований у 1955 році в публікації під назвою «Клінічний метод психотерапії».

Уявляючи образи, людина може прийти до майже реального переживання, що переходить до тривимірного простору, немов мова йде про дійсно реальні події. Пацієнта або клієнта просять відразу ж повідомляти психотерапевта, що сидить поруч з ним, про зміст проявлених несвідомим образів. Психотерапевт може впливати на «сновидіння наяву» через структурування, режисерські прийоми за спеціально розробленими правилами. У цьому діалогічному методі супровід психотерапевта, сповнений емпатії, має особливо важливе значення. Цим символдрама відрізняється від аутистичних технік використання образів в психотерапії (образна медитація, активна уява за К. Г. Юнгом), це швидше нагадує найвищий ступінь аутогенного тренування за І.Г.Шульцем.

Метод Кататимного переживання образів виявився клінічно-ефективним при короткостроковому лікуванні неврозів і психосоматичних захворювань, а також при психотерапії порушень, пов'язаних з невротичним розвитком особистості. Психотерапевтичний спектр даного методу базується на розкритті несвідомих конфліктів, поширюється на області творчого розвитку і задоволення архаїчних потреб. Сприяючи переживанню клієнта, метод надає глибоке психотерапевтичний вплив. Методом КТП можливо працювати індивідуально та в малій групі, з переживаннями минулого, зокрема, травматичного характеру, та для розвитку творчих здібностей клієнта на перспективу. Успішно цей метод застосовується при роботі з шлюбними парами, дітьми [2].

Щодо самої Імагінативної психотерапії тіла (ImKP), це інтегрований метод роботи, підґрунтям якого стали наступні техніки:

- кататимно-імагінативна психотерапія (H. Leuner);
- психоаналітичний психосоматичний підхід (G. Groddeck);
- метод концентративного розслаблення (A. Wilda-Kiesel)
- методика аутогенної психотерапії (W. Luthe);
- методика прогресивної м'язевої релаксації (E. Jacobson);
- аутогенне тренування, вищий ступінь (I.H. Schultz, K. Thomas);
- суб'єктивна анатомія (Johnen, T. V. Uexküll);
- медична психотерапія (D. Müller-Hegemann);
- методика функціональної релаксації (M. Fuchs);
- метод візуалізації (O.C. Simonton, Achterberg).

Застосування методу передбачає роботу з пацієнтами в ремісії чи хоча б стабілізації стану, оскільки під час застосування методу активізуються внутрішні конфлікти, захисні механізми, що може провокувати тимчасове загострення симптомів. Звісно у методу є свої протипокази – наявність психічних захворювань психотичного спектру (психоз, шизофренія), низький розвиток інтелекту (олігофренія), нездатність до візуалізації. Крім того є певні побічні ефекти, скажімо, при розпаді пухлин може спостерігатися токсикоз, утворення конкрементів в нирках (уратні сечові каміння), що викликає необхідність стимуляції кровопостачання нирок.

Важливим моментом в психотерапевтичному альянсі є формування активної позиції клієнта в лікуванні. Це зміна ставлення до себе як хворої людини, яку лікують, роблять якісь маніпуляції та процедури, на позицію суб'єкта, що постійно впливає на стан свого здоров'я, є відповідальним за власне самопочуття. На стан здоров'я та одужання впливають наше мислення, переконання, життєва позиція. Карл Саймонтон, Штефані Меттьюз Саймонтон, досліджуючи зв'язок життєвої позиції пацієнтів та одужання від раку, виявили у одужавших такі особливості: сильна воля до життя та впевненість у власній здатності впливати на хворобу [4]. Завданням психотерапевта стає допомога клієнтові у прийнятті власного діагнозу, робота зі стресом, страхом смерті, страхом перед біллю, медичними процедурами, допомога у переживанні симптомів, впливу на них самим клієнтом, підтримка у пошуку власних ресурсів для одужання та позитивного мислення [5].

Обов'язковою умовою застосування методу ІмКР є досягнення стану релаксації, що досягається наступними методами: концентративне розслаблення, прогресуюче розслаблення, аутотренінг. Готовність клієнта навчатись цим методам розслаблення та достатній для самоаналізу рівень інтелекту теж необхідні.

Концентративне розслаблення включає вправи, спрямовані на диференційоване сприйняття власного тіла:

- 1) сприйняття процесів, що відбуваються в тілі;
- 2) усвідомлена ініціація цих процесів (зміна ритму дихання);
- 3) вміння ініціювати та активно впливати на фази напруження і розслаблення м'язів;
- 4) навички довільного свідомого розслаблення певних груп м'язів;
- 5) сприйняття себе у ракурсі взаємодії з оточуючим середовищем.



Робота за методом концентративного розслаблення має два етапи: тілесний (на груповому чи індивідуальному занятті з психотерапевтом) та самотійна робота з закріплення та проговорення основних фраз.

Прогресуюче м'язове розслаблення проводиться самотійно чи в присутності психотерапевта, основним результатом є покращення кровопостачання груп м'язів та органів тіла.

Під час аутотренінгу досягається розслаблення та відбувається вплив на стан тіла за допомогою індивідуальних формулювань, що відображають потребу пацієнта.

На індивідуальних сеансах психотерапії після засвоєння вищеназваних методів релаксації Імагінативна психотерапія тіла мобілізує та активізує сила самозцілення через навчання сприйняттю самого себе та власного тіла, навчання тілесно-орієнтованій імагінації, роботі з надійним імунним захистом. Створюється уявне місце внутрішнього покою та захищеності, формується «внутрішній порадник», що є аналогом «Самості» у аналітичній психології К.Г.Юнга. Групові заняття проводяться раз на місяць, а індивідуальні – щотижня з психотерапевтом, щоденно пацієнт працює самотійно. На групові заняття практикується запрошення членів родин пацієнта [6].

Метод ІмКР настільки зарекомендував себе, що був включений до переліку психотерапевтичних напрямків в системі страхової медицини Німеччини. В практиці самого доктора В.Льоша з 1988 проведено лікування більше 1000 пацієнтів, з яких медично підтверджено понад 400 випадків одужання пацієнтів від різноманітних форм раку з катамнезом 10–20 років завдяки поєднанню психотерапії з медикаментозним лікуванням, послідовній щоденній самотійній роботі пацієнтів, взаємодії з їх родиною та оточенням [3].

Цей метод також успішно застосовується для лікування та суттєвого покращення стану при великому спектрі соматичних та психосоматичних розладів: захворювання серцево-судинної системи (вегето-судинна дистонія, серцева недостатність, есенціальна гіпертонія); автоімунні захворювання (розсіяний склероз, системна червона вовчанка, системний васкуліт); шкірні захворювання (псоріаз, алергія, нейродерміт); захворювання щитовидної залози, опорно-рухового апарату, епілепсія, доброякісні пухлини (міома матки, аденоми та ліпоми різних органів).

## ЛІТЕРАТУРА:

1. 3 января 2019 г. д.мед.н. Вольфгангу Лёшу исполнилось 75 лет! Мы помним и любим! : веб-сайт. URL: <http://symboldrama.org/events/3-yanvary-a-2019-g-d->

- med-n-volfgangu-lyoshu-ispolnilos-75-let-myi-pomnim-i-lyubim (дата звернення: 14.03.2019).
2. Лейнер Ханскарл. Кататимное переживание образов: Основная ступень. Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву. Семинар/ пер. с нем. Я.Л.Обухов. Москва: Эйдос, 1996. 253 с.
  3. Имагинативная телесно-ориентированная психотерапия по д.м.н. Вольфгангу Лёшу : веб-сайт. URL: <http://symboldrama.ru/anounce/434/> (дата звернення: 20.03.2019).
  4. Саймонтон К., Саймонтон С. Возвращение к здоровью. СПб: Питер, 2015. 288с.
  5. Щепановская Е.М. Современный медицинский дискурс и психотерапевтические аспекты онкологии // Научный сетевой журнал «Медицинская психология в России»: [сайт]. 2018. Т.10, №4. С.8. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennyy-meditsinskiy-diskurs-i-psihoterapevticheskie-aspekty-onkologii> (дата звернення: 22.03.2019).
  6. Эрнстлинг Тино. Лечить рак при помощи внутренних образов. Активное участие в собственном оздоровлении. Москва: Грифон, 2018. 120с.

*Ігор Березький,  
науковий керівник – Алла Неурова*

### **Віктор Франкл: «Бути людиною»**

Бути людиною – один з найвідоміших закликів блаженнішого Любомира Гузара. Він вважав, що людяність – це вибір, який робить людина незалежно від зовнішніх обставин.

Цього ж висновку дійшов і знаменитий австрійський психіатр, психотерапевт і філософ Віктор Франкл, який попри тяжкі життєві обставини зміг не тільки зберегти людяність, але й активно допомагав іншим ув'язненим.

В основі його праць викладений власний екстремальний досвід виживання в концентраційному таборі. Цей досвід став філософсько-емпіричною основою для створення нового методу екзистенційної психотерапії – логотерапії.

Логотерапія – психотерапевтична стратегія розроблена Віктором Франклом, заснована на думці, що розвиток особистості зумовлений прагненням до пошуку і реалізації сенсу життя.

Якщо у людини немає сенсу життя чи він недосяжний, то виникає екзистенційна фрустрація, що проявляється в неврозах. В рамках логотерапії ставиться завдання допомогти людині у набутті сенсу її життя, який не може бути просто запозичений в інших.

Для його вирішення був розроблений метод сократівського діалогу, в якому відбувається обговорення особистого досвіду, який стосується насамперед трьох сфер, в яких може бути знайдений індивідуальний сенс життя.

Це творчість, переживання й усвідомлене ставлення до обставин, на які не можна вплинути. Однією з основних областей, в якій індивід може отримати підтримку в пошуках сенсу, є релігійна віра.

У рамках логотерапії також був розроблений метод парадоксальної інтенції, орієнтований на лікування фобій і нав'язливих станів, і метод дерефлексії, призначений для лікування сексуальних неврозів.

Саме ж життя Віктора Франкла проминало майже протягом цілого ХХ століття. Так 1942 – 1945 роки – найстрашніші та найважчі в біографії Франкла. Це час його боротьби не лише за своє життя, а й за життя товаришів та близьких.

При першому «відборі» Франкла відправили у табір для виконання робіт. Тим, хто туди не потрапив, був фактично винесений смертний вирок – їх чекали газові камери. Саме там Франкл попрощався з минулим життям... Ув'язнені чітко зрозуміли, що в них нема нічого, крім їхнього голого існування та номера.

Та навіть там він продовжує свою фахову діяльність. Вчений порівнював ситуацію в якій опинилися полонені із безробіттям, адже люди без роботи також падають духом, не знаючи на що розраховувати у майбутньому, чого чекати. Такий порушений душевний стан є небезпечним, адже людина повинна мати ціль, а найголовніше – хотіти завтрашнього дня. Тому в таборі роль психотерапії була дуже великою.

Франкл таємно проводив психіатричні сеанси з в'язнями, намагався знайти, чим людину підтримати, тому що той, хто не вірив у своє майбутнє в таборі, практично вже загинув.

Він вважає, що прагнення до реалізації людиною сенсу свого життя є вродженою мотиваційною тенденцією, притаманною всім людям. Навіть самогубець вірить у сенс якщо не життя, то смерті. Не людина ставить питання про сенс свого життя – життя ставить ці питання перед нею. Сенс виступає своєрідним імперативом, що вимагає своєї реалізації.

Сам Франкл згадував, що в особливо важкі хвилини в концтаборі він уявляв, як читає у теплом великому залі доповідь про пережите у тюрмі, а публіка його уважно слухає. Це допомагало йому науково глянути на всі свої душевні протиріччя та проблеми, проаналізувати все та заспокоїтися.

Важливим елементом його роботи стало також вивчення індивідуальної поведінки людини в умовах нестачі ресурсів, та постійного емо-

ційного напруження. Так він зробив висновок що люди без «морального компаса» більш схильні до прояву девіантних форм поведінки, аніж ті у яких цей «компас» мав певну спрямованість. Агресивність також проявлялась і зі сторони охоронців табору, які у зв'язку із великим психологічним навантаженням проявляли агресію по відношенню до полонених, таким чином знімаючи психологічне навантаження.

Вчений згадував, що серед охоронців табору були справжні садисти, які отримували задоволення від мук інших людей та свідомо знущалися з в'язнів. Траплялися і винятки. Наприклад, був чоловік, який жодного разу не підняв руку на підлеглих, навпаки, він за свої кошти таємно купував ліки для в'язнів, забезпечував їх їжею та одягом. Так Франкл зробив висновок, що добру людину можна зустріти усюди.

Франкл радив своїм студентам і в Європі, і в Америці, не робити своєю метою популярність: [«За успіхом, як і за щастям, не можна гнатися, – він повинен просто стати побічним ефектом любові та відданості великій справі чи іншій людині»]. Головне правило за Франклом – перестати думати про успіх! Треба тільки слухати, що каже нам совість та виконувати її поради, використовуючи всі свої знання та сили.

Світ пропонує людині безліч смислів, які ми називаємо цінностями. Останні діляться на цінності творчості (праця), переживання (наприклад, любов) і відносини (осмисленість в кризових ситуаціях, на які неможливо вплинути). Реалізуючи сенс через них, людина тим самим реалізує себе. У цьому процесі він спирається на совість, що підказує, який з безлічі смислів, пов'язаних з конкретною ситуацією, для нього справжній.

Цінності укладені не в біологічному або психологічному, а впоетичному (духовному) рівні існування. Людина, реалізуючи себе через них, володіє свободою волі, яка передбачає відповідальність за зроблений вибір. Логотерапія ж допомагає пацієнтові прийняти відповідальність за пошук і втілення сенсу життя в будь-яких, навіть критичних обставинах.

Франкл і з власного досвіду, і з досвіду своїх товаришів зробив висновок, що людина може витримати будь-який фізичний і душевний біль, пережити найважчі випробування та навіть під загрозою смерті не втратити своєї людяності. В концтаборі забирали в людини все, тільки неможливо забрати тієї людської свободи, яка є в кожному з нас. Людський дух є всесильним.

Саме в таборі Франкл зумів якнайкраще вивчити людину. Він зрозумів, що в кожному з нас межує добро та зло, по-іншому бути не може, бо така наша сутність. На запитання, що ж таке людина, вчений відповів:

«Це істота, яка винайшла газову камеру. Але водночас це істота, яка йшла в цю камеру з гордо піднятою головою, з молитвою на устах!».

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу
2. Олпорт Г. Передмова до книги Франкла «Людина у пошуках сенсу».

*Наталія Болехівська,  
науковий керівник – Світлана Вдович*

### Психоаналіз Зигмунда Фрейда

Відомий невролог, психіатр, психолог Зигмунд Фрейд народився 6 травня 1856 року у Фрайбергу (Чехія) в сім'ї євреїв. У зв'язку з фінансовою скрутою у 1860 році сім'я Фрейда перебралася до Відня, де він із відзнакою закінчив гімназію, після закінчення якої мав намір зробити військову чи політичну кар'єру. Але антисемітські настрої, які панували в суспільстві, та матеріальна скрута не дозволили реалізувати ці мрії. У 1873 р. З. Фрейд вступив на медичне відділення Віденського університету, який з відзнакою закінчив у 1881 році й отримав ступінь доктора медицини. Упродовж 1876–1882 рр. він працював у лабораторії психології Е. Брюкке, вивчаючи гістологію нервових клітин.

Першою науковою роботою З. Фрейда було дослідження під керівництвом професора К. Клауса статевого життя вугра, зокрема вивчення наявності сім'яників у самця вугра. У 1884 р. він винайшов метод фарбування нервових шляхів хлоридом золота, який був визнаний недосконалим. У 1882 р. З. Фрейд приступив до медичної практики. Наукові інтереси привели його в головну лікарню Відня, де він почав дослідження в Інституті церебральної анатомії. З. Фрейд одружився з Мартою Бернейс. Згодом у них народилося шестеро дітей. На початку ХХ століття побачили світ основні наукові праці З. Фрейда: «Тлумачення сновидінь» (1900), «Психопатологія повсякденного життя» (1901 р.), «Один раній спогад Леонардо да Вінчі» (1910 р.), «Тотем і табу» (1913 р.), «Лекції зі вступу в психоаналіз» (1916–1917 рр.), «По той бік принципу задоволення» (1920 р.), «Психологія мас і аналіз людського «Я» (1921 р.), «Я і Воно» (1923 р.).

Історія психоаналізу бере свій початок в 1880-х роках у Відні, коли З. Фрейд працював над розробкою ефективнішого способу лікування неврологічних та істеричних захворювань. Дещо раніше вчений зіткнувся

з тим, що частину розумових процесів він не усвідомлював як результат його неврологічних консультацій у дитячій лікарні, і при цьому він виявив, що у багатьох дітей, які мають розлади мовних функцій, відсутні органічні причини для виникнення таких симптомів. Пізніше у 1885 р. З. Фрейд проходив стажування в клініці Сальпетрієр під керівництвом французького невролога та психіатра Ж.-М. Шарко, який справив на нього дуже сильний вплив, зокрема звернув увагу на те, що його пацієнти часто страждали такими соматичними захворюваннями, як параліч, сліпота, пухлини, не маючи при цьому ніяких характерних у таких випадках органічних порушень. З. Фрейд встановив, що у чоловіків також могли виникати подібні психосоматичні симптоми. Наставник і колега Й. Бреєр зацікавив З. Фрейда експериментами в галузі лікування істерії, яке було поєднанням гіпнозу та катарсису.

Незважаючи на те, що більшість учених вважали сновидіння або набором механічних спогадів про минулий день, або безглуздим набором фантастичних образів, З. Фрейд обґрунтував і розвинув думку про те, що сновидіння є зашифрованими повідомленнями. Аналізуючи асоціації, які виникали у хворих у зв'язку з тією чи іншою частиною сновидіння, З. Фрейд зробив висновки про етіологію розладів. Усвідомлюючи виникнення свого захворювання, пацієнти, як правило, виліковувались.

У молоді роки З. Фрейд зацікавився гіпнозом і його використанням для допомоги душевнохворим. Пізніше він відмовився від гіпнозу, надаючи перевагу своєму власному методу вільних асоціацій і аналізу сновидінь. Ці методи стали основою психоаналізу. З. Фрейд також цікавився тим, що тоді називали істерією (нині – істеричний розлад особистості).

У 1900 р. у Відні побачила світ книга невідомого тоді З. Фрейда «Тлумачення сновидінь». Вона не стала сенсацією (за 8 років розійшлося лише 8 її примірників). Однак саме її ідеї лягли в основу психоаналізу.

З. Фрейд розглядав психічне життя людини як багаторівневе явище, глибинним рівнем якого є несвідоме. На його думку, людина є, передусім, біологічною істотою і прагне задовольнити, насамперед, свої природні інстинкти, потяги як певну суму енергій. Основним проявом людської особистості вчений визнає сексуальний інстинкт (ерос). Енергію, завдяки якій діє сексуальний інстинкт, він називає «лібідо». Людина – це замкнута енергетична система, кількість енергії у кожній людині – постійна величина.

Психіка людини, на думку З. Фрейда, складається з 3 компонентів: «Воно», «Я», «Над-Я». «Воно» (id) – несвідома частина психіки, яка містить у собі біологічні уроджені інстинктивні потяги (сексуальні).

«Воно» насичено сексуальною енергією «лібідо». Будучи несвідомим та ірраціональним, «Воно» (інстинкти) спрямовує поведінку людини відповідно до «принципу задоволення»: задоволення і щастя – головні цілі людини в житті. «Я» (ego) – свідомість, розумна, раціональна частина психіки. «Я» формується під впливом суспільства, яке висуває свої вимоги до людини, тому підпорядковується «принципу реальності». «Над-Я» (super-ego) є носієм моральних стандартів, це та частина особистості, яка виконує роль судді, критика, цензора, совісті. «Над-Я» у чоловіків формується через подолання комплексу Едіпа, який полягає в сексуальному потязі хлопчика до матері та ворожих почуттях до батька, котрий сприймається як суперник, а у жінок – через подолання комплексу Електри, який, у свою чергу, полягає в «сексуальному потязі» дівчинки до батька і ворожих почуттях до матері. Ці переживання містяться у сфері несвідомого й утворюють осередок збудження, не проникаючи у свідомість.

Якщо «Я» прийме рішення чи здійснить дію на угоду «Воно», але на противагу «Над-Я», то відчує покарання у вигляді почуття провини, сорому, докорів совісті. «Над-Я» підпорядковується «ідеалістичному принципу». Головний конфлікт у структурі особистості виникає між «Над-Я» і «Воно», між моральністю людини, сумлінням та інстинктами. Дії обох несвідомі, позбавлені контакту з реальністю. З іншого боку, свідомість – «Я» (принцип реальності) – конфліктує з безсвідомим – «Воно» (принцип задоволення). Принципи реальності та задоволення несумісні, тому особистість завжди перебуває у стані напруження, від якої рятується за допомогою механізмів психологічного захисту.

Потяги, інстинкти, які колись були витіснені у несвідому частину психіки, зберігаються як приховані. Осередок збудження може поступово «розхитувати» систему захисту, що призводить до неврозів – нестійких розладів нервової діяльності. Важкі розлади механізмів захисту призводять до психіатричних захворювань (наприклад, шизофренія), для яких характерна значна деформація свідомості та сприйняття реальності.

Для лікування психічних розладів психоаналітик повинен шукати інформацію про причини неврозів, яка знаходиться у сфері несвідомого. Пацієнт сам не може працювати з цією інформацією, адже вона на рівні свідомості відсутня.

Психоаналіз – це система ідей, методів інтерпретації сновидінь та інших несвідомих психічних явищ, а також діагностики і лікування різних душевних захворювань.

Усупереч традиціям критичного мислення XIX ст., З. Фрейд запропонував відмовитися від ролі свідомості як контролера при нагляді за психічними процесами. На його думку, свідомість відсікає думки, які виникають на периферії, а також образи ще до того, як вони потраплять у поле уваги суб'єкта, тоді як при аналізі душевних рухів саме ці думки й образи можуть виявитися важливими. З. Фрейд використовував метод вільних асоціацій. Пацієнтам пропонувалося розслабитися на кушетці та говорити все, що спаде їм на думку, якими б абсурдними, неприємними або непристойними вони не здавалися з точки зору повсякденних стандартів. Коли це відбувалося, виявлялось, що потужні емоційні потяги виводили неконтрольоване мислення в напрямі до психічного конфлікту. З. Фрейд стверджує, що перша випадкова думка утримує в собі якраз те, що потрібно, і є по суті забутим продовженням спогаду. Пізніше він робить застереження, що це не завжди так буває. Те, що думка, яка виникає у хворого, не може бути ідентичною із забутим уявленням, повністю пояснює душевний стан хворого. У хворого під час лікування діють дві протилежні сили: з одного боку, його свідоме прагнення згадати забуте, а з іншого – опір, який перешкоджає витісненому або його похідній повернутись у свідомість. Якщо цей опір дорівнює нулю або є незначним, то забуте без будь-яких змін виникає у підсвідомості. Чим сильнішим є спотворення під впливом опору, тим менше схожості з думкою, яка виникає – заміником витісненого і самим витісненим.

У найпростішій формі сновидіння трапляються у маленьких дітей і почасти у дорослих. Це нічим не замасковане галюцинаційне виконання бажань або вираження вдоволення актуальних соматичних потреб: наприклад, коли людина, яка спить, страждає від спраги і бачить у сні, як вона п'є. Однак, зазвичай, приховані сновидіння, перед тим, як з'явитись у свідомості сплячої людини у вигляді явних сновидінь, проходять певну обробку (робота сновидіння). Робота сновидіння складається з чотирьох компонентів: перетворення думок на зорові образи, згущення, зміщення, вторинна обробка. Окрім цього, існує ще один спосіб уявити в явному сновидінні елементи прихованого. Це зміщення прихованого елемента символом. Символи, на відміну від звичайних елементів явного сновидіння, мають узагальнене (одне і теж для різних людей) і стає значення. Символи зустрічаються не тільки в сновидіннях, але і в казках і міфах, у буденній мові, поетичній мові.

У 1923 р. у Фрейда виявлено рак піднебіння. Вчений переніс 33 болісні операції, але продовжував працювати до останніх днів життя. У 1930 р. він став лауреатом премії Гете. У 1938 році, після приєднання



Австрії до Німеччини становище З. Фрейда значно ускладнилося. Після арешту дочки Анни і допиту в гестапо З. Фрейд прийняв рішення покинути Третій рейх. Однак влада не поспішала випускати його з країни. Він був змушений не тільки підписати принизливу подяку гестапо «за ряд добрих послуг», а й виплатити уряду рейху нечуваний «викуп» у розмірі 4000 доларів за право покинути Німеччину. Багато в чому завдяки турботам і зв'язкам принцеси грецької і датської Марі Бонапарт, пацієнтки й учениці З. Фрейда, йому вдалося зберегти життя і разом із дружиною і дочкою емігрувати до Лондона. Дві сестри З. Фрейда були вислані в концтраційний табір, де загинули в 1942 р. Болісно страждаючи від раку порожнини рота, викликаного курінням, у 1939 р. він попросив свого лікаря і друга М. Шура допомогти йому зробити евтаназію, ідея якої була в той час досить популярною. Той дав йому потрібну дозу морфіну, від якої З. Фрейд помер 23 вересня у віці 83 років.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. <https://dovidka.biz.ua/zigmund-freyd-biografiya-ukrayinskoyu/>
3. <https://uk.wikipedia.org/wiki/>
3. <http://dvokrapka.com/scientists/2009/06/zygmund-frejd-biohrafiiya-vidomohovchenoh/>

*Антоніна Боярська,  
науковий керівник – Світлана Вдович*

### **Піраміда людських потреб психолога-гуманіста Абрахама Маслоу**

Нині світ знає багато відомих психологів, адже їх вплив на розвиток суспільства є дуже вагомим. Кожен психолог зміг досягти в житті великих успіхів, їхні теорії ми використовуємо у повсякденному житті, вчимося аналізувати світ і все навколо. Представимо одного з найвідоміших психологів – Абрахама Маслоу, який створив піраміду людських потреб.

Абрахам Маслоу є американським психологом, його батьки емігрували з Києва до США. Оскільки Абрахам був найстаршою дитиною в сім'ї, то застав найважчі часи. Батько любляв жінок, випивки і бійки, а мати – Роза Шиловська – мала дуже складний характер, але саме мама надихнула сина на перші наукові експерименти у віці 14 років. Уникнути психологічних травм через батьків йому допомагали книги, які стали для нього друзями, багато часу Абрахам проводив, читаючи

їх у бібліотеці. Після школи він вступив до юридичного коледжу, однак швидко зрозумів, що це не його. Справою всього життя для нього стала психологія, яку згодом вивчав в Медісонському університеті, де отримав звання бакалавра, магістра, а потім і доктора психології. Пізніше завдяки дружбі з Максом Вертгеймером і Рутон Бенедиктом він створив теорію самоактуалізації. Однак американські психологи довго не визнавали ідей А. Маслоу, а наукові видання не поспішали публікувати його роботи. А. Маслоу очолював кафедру психології Брандейського університету, був головою American Psychological Association. У 1970 р. Маслоу помер від серцевого нападу. За життя він добився професійного успіху і мав чудову сім'ю.

Абрагам є одним із засновників гуманістичної психології, згідно з якою людина розглядається як особистість, яка може розвиватися, вдосконалюватися, розкривати свої можливості. Адже, як зазначав А. Маслоу, «щоб жити в гармонії з самими собою, потрібно залишатися вірним своїй природі, намагатися бути тим, ким призначено бути». Тобто всі ми народжені на світ зі своїм призначенням, за яким ми повинні слідувати та залишатись самими собою, творити своє життя. Одним із принципів гуманістичної психології є те, що люди при народженні є добрими, а вже потім стають злими через різні зовнішні фактори.

А. Маслоу написав книгу «Мотивація і особистість», у якій обґрунтував головні людські потреби. Пізніше, через 5 років після смерті А. Маслоу, ці потреби були представлені у вигляді схеми в першому виданні підручника У. Стоппа, яка, ймовірно, була створена для спрощеного викладу ідеї та була названа «Пірамідою Маслоу».

Ієрархія потреб А. Маслоу складається з п'яти рівнів. Перший, нижній, пов'язаний із задоволенням фізіологічних потреб, тобто все те, що потрібно людині для того, щоб жити: повітря, вода, їжа, сон, відпочинок. Другий рівень – це потреби в безпеці, тобто це наше здоров'я, відсутність загрози для життя, захист. Третій рівень розташовується вище і пов'язаний із задоволенням соціальних потреб: друзі, сім'я, спілкування, підтримка і турбота про когось. Четвертий рівень – це потреба у визнанні та повазі, тобто необхідність відчувати свою значущість, впевненість у собі, також це досягнення успіху, взаємоповага. П'ятий – найвищий – рівень – це духовні потреби: прагнення до розвитку, творчості, прийняття рішень.

Проаналізувавши Піраміду А. Маслоу, можна сказати, що чим більше людина має, тим більше вона прагне отримати. Тобто людині притаманно задовольняти свої потреби і хотіти більшого: «коли і вони

задовольняються, ще більш високі потреби виходять на сцену, і так далі» [1], – писав А. Маслоу.

Звісно, А. Маслоу не вважав рівні людських потреб фіксованими. Людина, задовольнивши базові потреби, може і не прагнути перейти на більш високий рівень. Проте, на думку А. Маслоу, ідеальне суспільство – це те суспільство людей, які впевнені у своїй безпеці та, задовольнивши базові потреби, прагнуть більшого та самовдосконалюються.

Багато психологів критикують піраміду А. Маслоу. Деякі люди вважають, що вони змогли досягти великих успіхів через те, що в них не були задоволені базові потреби. Психологи схиляються до думки, що людина ніколи не зможе задовольнити всі свої потреби повністю, адже їй постійно потрібно щось іще.

Так, людям постійно хочеться чогось нового, але ж якраз п'ятий рівень піраміди – це саморозвиток, творчість, удосконалення. А. Маслоу розумів, що людині хочеться постійно задовольняти свої потреби, прагнути чогось нового, тому і виокремив найвищий рівень, на якому людина постійно розвивається та не зупиняється на досягнутому. Оскільки духовні потреби є вічними, ми постійно вчимось і самовдосконалюємось.

Загалом теорію А. Маслоу використовують у системі управління персоналом при складанні способів мотивації співробітників, при плануванні для складання прогнозів про майбутні потреби в різних товарах і послугах.

Таким чином, Абрахам Маслоу – це відомий психолог, який зміг досягти великого успіху, визначив 5 рівнів людських потреб, від більш простих до більш складних. А оскільки був психологом-гуманістом, то вважав кожную людину особистістю, яка повинна вдосконалюватись.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Піраміда Потреб Людини За Маслоу: 7 Основних Рівнів. URL : <https://business.in.ua/piramida-potreb-lyudyny-za-maslou-7-osnovnyh-rivniv/>
2. Маслоу А. URL : [http://www.wikiwand.com/uk/Абрагам\\_Маслоу](http://www.wikiwand.com/uk/Абрагам_Маслоу)

*Світлана Вдович*

### **Ідеї гуманізму в психолого-педагогічній спадщині Степана Балея**

Степан Володимирович Балеї (1885–1952) – вчений світового рівня початку ХХ століття. Він успішно презентував себе в медицині, філософії, логіці, педагогіці й особливо у психоаналізі та психології (емпі-

ричній, загальній, експериментальній, дитячій, педагогічній, соціальній, психологія розвитку людини, психології творчості, психологія злочинності). С. Балей зробив значний внесок як у польську, так і в українську культуру й науку.

Усе своє життя вчений сповідував і утверджував ідеї гуманізму, згідно яких у центрі уваги – людина, яка потребує поваги, толерантності у відносинах, обережності й доброти. Розробляючи психологію виховання, С. Балей синтезував педагогіку і психологію.

Провідною в науковому доробку С. Балея є ідея природовідповідності. Загальні проблеми, які стосуються фізіологічного й психологічного розвитку людини, він розглядав у праці «Нарис психології» [2]. Проте вчений не обмежувався загальним. Він ґрунтовно вивчав особливості розвитку дитини, її задатки у таких працях, як «Завдання психології педагогічної» [5], «Психологія віку дозрівання» [4], «Характерологія і типологія дітей та молоді» [3] та ін. Вчений не лише характеризує вікові особливості розвитку дітей, але й ґрунтовно досліджує фактори виховання особистості, рекомендує найефективніші методи пізнання душі дитини. До них він відносить фізіологічні, графологічні, експериментальні та ін.

С. Балей послідовно виступає проти механіцизму й жорсткого академізму у вихованні дитини. Виховувати дітей потрібно, спираючись на ті педагогічні погляди, досвід, засоби, методи, які є справді природовідповідними. Варто більше звертати увагу на позитивні якості дитини. Дитину треба внутрішньо піднести, якщо хочеш, щоб вона піднеслася духовно. Природа людини має піднятися до розвитку в людині людських якостей. Завдання вчителя – допомогти учневі усвідомити, які саме природні задатки в ньому закладено. Причому, на думку С. Балея, існує певна закономірність: чим раніше здібності будуть збуджені, тим краще; чим пізніше – тим важче перетворюються вони в силу. Кожен задаток окремо тим важче розбудити, чим довше і сильніше піддавалися вправам інші задатки в той час, коли він дрімав. С. Балей, спираючись на основний твір французького професора Ю. Пейо «Утворення волі», показує, що часто учень, студент не реалізовує свої природні здібності лише тому, що у нього слаба воля [1].

Для природи багатьох молодих людей брак волі, пасивність, легкодушність, розсіяність, лінивість є тим, чим інерція для матерії. Багато студентів перебуває у стані абулії, яка має форму атонії. Для неї характерна «охлялість душі», сонливість, розслабленість. Атонія призво-

дить до того, що будь-яка праця для студента стає непотрібною, нецікавою, все він робить холодно, сумно, недбало. Лінивість його відображається навіть на обличчі: можна на ньому прочитати цю лінь; вираз обличчя його невизначений, в один і той же час м'який і неспокійний. Нема у нього ні сили, ні рішучості рухів. Про людей зі слабкою волею, писав С. Балей, не можна сказати, щоб у них ніколи не було пориву енергії. Іноді в силу обставин вони здатні на короткочасну діяльність, навіть доволі інтенсивну. Однак така праця не може ніколи бути продуктивною. Лише напружена, послідовна, сконцентрована праця душі та тіла здатна розкрити природні обдарування людини. Все інше – це лінива праця, і вона не здатна привести особистість до її самореалізації [1, с. 165].

С. Балей звертає увагу й на таку форму атонії студента, як розсіяність. Тип розсіяної людини характеризує те, що вона постійно демонструє зайнятість справами: щось читає, пише, креслить. Проте все це робиться безсистемно, незібрано, розсіяно, це, так би мовити, «прогулянка розуму».

Людина з сильною волею, людина, яка максимально прагне реалізувати свої природні задатки, відзначається цілеспрямованістю, зосередженістю на основному. Увага такої людини не розсіюється і в тому випадку, коли вона отримує велику кількість вражень. С. Балей пропонує застосовувати такі форми проти природного лінивства, як медитація, осмислена праця. Саме праця відкриває нашу волю іншим. Одним словом, наголошував С. Балей, мало людині мати хороші природні задатки, потрібно ще й уміти виховати самого себе [1, с. 170].

Таким чином, науковий доробок видатного польсько-українського вченого Степана балея потребує всебічного ґрунтовного вивчення.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Балей С. З книжки Ю. Пейо п. з. Образованє волі. *Учитель*. Р. 18. Львів, 1906. Ч. 11. С. 164–166; Ч. 12. С. 169–172.
2. Балей С. Нарис психології. Львів ; Київ : Накладом видавництва спілки «Нові шляхи», 1922. 139 с.
3. Bałej S. Charakterologia i typologia dzieci i mlodzieżj. *Encyklopedia wychowania*. Warszawa : Wydawnictwo naszej księgarni S. A. związku nauczycielstwa polskiego, 1933. T. 1. S. 275–304.
4. Bałej S. Psychologia wieku dojzrewania. Wydanie drugie. Lwów ; Warczawa : Ksiaznica-Atlas, 1932. 254 s.

5. Bałej S. Zadania psychologii pedagogicznej. *Encyklopedia wychowania*. Warszawa : Wydawnictwo naszej księgarni S.A. związku nauczycielstwa polskiego, 1933. T. 1. S. 305–311.

*Олена Гаврилюк,  
науковий керівник – Світлана Вдович*

### **Его-теорія особистості Еріка Еріксона**

Ерік Гомбургер Еріксон (1902–1994 рр.) – видатний американсько-німецький психолог єврейського походження, засновник і головний представник его-психології.

Закінчивши Класичну гімназію у Франкфурті-на-Майні, Е. Еріксон подорожував по Європі, навчався в художній школі у Мюнхені, викладав у приватній школі у Відні живопис, історію й інші предмети, де під час неформальних зустрічей із батьками своїх учнів познайомився з Анною Фрейд, дочкою Зигмунда Фрейда, яка проводила психоаналітичні сеанси та розпалила в ньому інтерес до психоаналізу. Саме тому Е. Еріксон став послідовником З. Фрейда.

Через поширення в Європі нацизму він емігрував до Америки, оселився з дружиною в м. Бостон, де працював дитячим психоаналітиком у Центральній лікарні Массачусетсу та викладав у Гарвардській Медичній школі, співпрацював із Гарвардською психологічною клінікою, пізніше був запрошений до Єльської медичної школи, брав участь в антропологічній експедиції в Південній Дакоті.

К. Еріксон керував дослідницькими проектами в Каліфорнійському університеті Берклі, працював професором у Гарварді. Побував у Індії, де зустрічався з індусами, які особисто знали М. Ганді, пізніше написав книгу про про Махатму Ганді і «про походження войовничого насильства», за яку отримав престижну Пулітцерівську премію.

У сім'ї Еріксонів було четверо дітей, зокрема син Кай Т. Еріксон став видатним американським соціологом. За своє життя вчений носив аж три прізвища: Саломонсен, Хомбергер та Еріксон.

Е. Еріксон відомий, передусім, своєю теорією стадій психосоціального розвитку, ввів у науковий обіг поняття «криза ідентичності».

Згідно з теорією розвитку особистості Е. Еріксона, соціум для дитини не є антагоністичним, особистість розвивається від народження до смерті та проходить через вісім послідовних стадій життя, які однакові для всіх.

Як і З. Фрейд, Е. Еріксон розглядав структуру особистості виходячи з її трьох основних складових: Ід, Его і Супер-Его. Але, на відміну від основоположника психоаналізу, він віддавав провідну роль у формуванні та становленні особистості Его, а не несвідомим інстинктам. Крім цього, вчений не був згоден із фрейдівською градацією основних життєвих криз, яка налічувала 5 етапів, а саме розвиток особистості, за З. Фрейдом, завершувався у пубертатному віці. Е. Еріксон був переконаний, що людина розвивається все життя і у процесі свого становлення переживає 8 криз, кожна з яких характерна певному віку і відповідає за формування окремих рис характеру.

Популярність теорії Е. Еріксона пояснюється рядом обставин. По-перше, він вивчав розвиток здорової особистості (тоді як З. Фрейд займався переважно невротичною особистістю) і акцентував на аналізі її позитивного становлення. По-друге, у своїй теорії він приділив особливу увагу питанню соціалізації дитини. По-третє, Е. Еріксон досліджував розвиток Его дитини і кризи, які виникають у ході цього процесу.

Варто зазначити, що у З. Фрейда й Е. Еріксона є багато спільного. Наприклад, вони обидва сходяться в тому, що стадії розвитку особистості зумовлені, а порядок їх проходження є незмінним. Е. Еріксон також визнає біологічні та сексуальні основи всіх пізніших мотиваційних і особистісних диспозицій, а також приймає фрейдівську структурну модель особистості (ід, его, суперего).

Еріксон описав вісім стадій психосоціального розвитку особистості: дитинство (базальна довіра – базальна недовіра); раннє дитинство (автономія – сором і сумнів); вік гри (ініціативність – провина); шкільний вік (працьовитість – неповноцінність); юність (его-ідентичність – рольове змішання); рання зрілість (інтимність – ізоляція); середня зрілість (продуктивність – інертність); нарешті, пізня зрілість (его-інтеграція – відчай). Таким чином, практично на кожному життєвому етапі індивід стикається з різними кризами, які, на думку Н. Еріксона, необхідно успішно подолати.

Е. Еріксон і його книги внесли величезний вклад у розвиток психології. У них люди можуть знайти в короткій або повній формулюванні відповіді на багато життєвих питань.

Вчений завжди дивився на те, що відбувається, з оптимізмом. Він вірив у здатність людей впоратися зі своїми психологічними травмами або самотійно, або за допомогою самогіпнозу, або разом із фахівцем. Концепції Е. Еріксона протистоять песимістичним поглядам багатьох класичних психологів, у тому числі фрейдистів.

Таким чином, будучи неабияким мислителем, Е. Еріксон зумів зробити великий внесок у наукове розуміння людського розвитку. Хоч він і вважав себе фрейдистом, його реалістична концепція розвитку Его не обмежується одним лише дитинством. Вона охоплює весь період життя і враховує критичну важливість соціальних факторів, із якими людині постійно доводиться стикатися.

Його роботи поклали початок новим серйозним дослідженням становлення особистості.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Его-психологія Е. Еріксона. URL : <https://psiukrearth.ru/psihologichne-manipuljuvannja/3689-ego-psihologija-e-eriksona.html>
2. Ерік Еріксон. URL : <http://moyaosvita.com.ua/istoriya/erik-erikson/>
3. Ерік Еріксон: біографія і внесок в науку. URL : <https://real-life.kr.ua/erik-erikson-biografija-i-vnesok-v-nauku>

*Ірина Гажев,  
науковий керівник – Андрій Романишин*

### **Філіп Зімбардо та тюремний експеримент**

Науковець який створив в`язницю – Філіп Зімбардо, народився в Нью-Йорку 23 березня 1933 року. 1954 року він здобув ступінь бакалавра в Бруклінському коледжі та потрібну спеціалізацію – психологія, соціологія і антропологія. Потім вступив до Єльського університету : 1955 року став магістром психології, а 1959 року – доктором психології.

Зімбардо трохи викладав у Єльському університеті, а тоді до 1967 року працював професором психології в Нью –Йоркському університеті. Протягом наступного року він викладав у Колумбійському університеті, а 1968 року став викладачем у Стендфордді, де працював до 2003 року, поки не вийшов на пенсію. Хоча останню лекцію він прочитав 2007 року. Найважливіша і найвагоміша робота Зімбарда – Стенфордський тюремний експеримент (1971) – була проведена у Стендфордді. Зімбардо прославився саме як автор цього експерименту, тоді як досліджував ще і героїзм, сором`язливість і культ, а також написав понад 50 книжок. 2002 року Зімбардо обрали президентом Американської психологічної асоціації. Він засновник проекту «Героїчна уява», метою якого була надихнути людей на героїчний вчинок і з`ясувати, чому хтось обирає зло, а хтось вершить подвиги.



## СТЕНФОРДСЬКИЙ ТЮРЕМНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ

1971 року Філіп Зімбардо організовує експеримент, покликаний розібратися в причинах знуцань у тюремній системі і з'ясувати, як обставини впливають на поведінку людей. Зімбардо шукав відповіді на такі запитання: якою стає людина без гідності і індивідуальності? Таким чином було проведено Стенфордський тюремний експеримент – один із найбільших ілюстративних досліджень у галузі психології.

Зімбардо і його команда облаштували в підвальному приміщенні факультету психології Стенфордського університету імпровізовану в'язницю. Науковець розмістив у місцевих газетах оголошення, запросивши охочих до участі у двотижневому дослідженні з оплатою 15\$ на день. Серед добровольців було відібрано 24 особи чоловічої статі – переважно білих представників середнього класу, які були оцінені як емоційно і психічно здорові. Потім усіх учасників навмання поділили на дві групи: 12 «тюремних охоронців» і 12 «в'язнів». Зімбардо мав виконувати роль директора «в'язниці».

### РЕАЛІСТИЧНЕ ВБРАННЯ

Охоронцям «в'язниці» видали подібну до військової форму, темні окуляри (для уникнення зорового контакту) і дерев'яні палиці – символ статусу. «В'язні» отримали тоненькі шапки, незручні комбінезони. Близна для них не передбачалася, і замість імен їх розрізняли за ідентифікаційними номерами. Закріплений на одній нозі маленький ланцюг мав нагадувати про статус арештантів. У камері кожному «в'язневі» надавали матрац і просту їжу.

Перш ніж розпочався експеримент, «в'язнів» відправили додому і наказали чекати подальших вказівок. Вдома на них чекали рейди справжньої місцевої поліції, яка погодилась допомогти з експериментом, і звинувачення у збройному пограбуванні. «Заарештованим» зачитали права, зняли відбитки їхніх пальців, сфотографували, роздягнули, обшукали, дезінсектували і розвели по тюремних камерах, де їм належало провести подальші два тижні.

У кожній камері розмістили по 3 «в'язнів», яким наказали лишатися за ґратами вдень і вночі. Тим часом «охоронці» могли йти додому, щойно закінчиться зміна. Їм дозволено було керувати «в'язницею», як заманеться. Заборонялося тільки застосовувати фізичні покарання.

### РЕЗУЛЬТАТ

Стенфордський тюремний експеримент, що, як планувалося, мав тривати два тижні, довелося зупинити вже за 6 днів. Другого дня «в'язні» з Камери 1 заблокували двері матрацами. «Охоронці» з інших

змін зголосились допомогти у придушенні бунту і використали проти «в'язнів» вогнегасники. Потім «охоронці» зробили одну з камер «привілейованою» – до неї могли потрапити «в'язні», які не брали участі в бунті. Таким «в'язням» призначалася спеціальна нагорода – краща їжа. Однак «в'язні» «привілейованої камери» відмовились від почастунку на знак солідарності з побратимами – «арештантами». Минуло заледве 36 годин від початку дослідження, як «в'язень» №8612 почав дико кричати і лаятись. Він поводився так несамовито, що Зімбардо не мав вибору і мусив випустити його.

Тюремна «охорона» вдавалася до покарань, змушуючи «в'язнів» повторювати свої номери і виконувати фізичні вправи, а також забираючи матраци, через що «арештантам» доводилось спати на твердому і холодному бетоні. «Охоронці» перетворили відвідування туалету на привілей: повсякчас забороняли «в'язням» користуватися вбиральнею і натомість видавали в камери відро. «Наглядачі» змушували «в'язнів» мити туалети без господарського приладдя. Для особливого приниження декому наказували роздягатися догола. Третина «охоронців» виявила садистські нахили, і навіть сам Зімбардо захопився роллю директора «в'язниці».

Четвертого дня поширилися чутки, що звільнений «арештант» повернеться, щоб визволити решту. Філіп Зімбардо з охоронцями перевів «в'язнів» на інший поверх, а сам чекав у підвалі. Якби звільнений «арештант» повернувся, Зімбардо сказав би йому, що експеримент завершився достроково. Однак той «в'язень» не об'явився, і «в'язниця» знову перекочувала до підвалу. Натомість з'явився новачок, який, згідно з інструкцією, улаштував голодування на знак протесту проти знущань над «арештантами». «В'язні» поставилися до новенького не як до товариша в недолі, а як до заколотника. «Охоронці» відпровадили протестанта до карцеру, а «в'язням» запропонували відмовитися від ковдр в обмін на звільнення новачка. Усі «в'язні», крім одного не схотіли віддавати ковдри. Як не дивно, жоден з «арештантів» не виявив бажання достроково звільнитися, навіть коли було оголошено, що за участь не заплатять. Зімбардо дійшов висновку, що «в'язні» перейнялися і жили зі своїми ролями, які стали інституалізованими.

В'язниця швидко стала брудною і похмурою. Право помитися стало привілеєм, в якій могли відмовити і часто відмовляли. Деяких в'язнів змушували чистити туалети голими руками. З «поганий» камери прибрали матраци, і укладеними довелось спати на непокритом бетонній підлозі. У

покарання часто відмовляли в їжі. Сам Зімбардо говорить про своєї зростаючої заглибленості в експеримент, яким він керував і в якому брав активну участь. На четвертий день, почувши про змову з метою втечі, він і охоронці спробували цілком перенести експеримент в справжній невикористаний тюремний корпус в місцевій поліції, як «надійний». Поліцейський департамент йому відмовив, посилаючись на міркування безпеки, і, як каже Зімбардо, він був злий і засмучений через відсутність співпраці між його і поліцейською системою виконання покарань.

В ході експерименту кілька охоронців все більше і більше перетворювалися в садистів – особливо вночі, коли їм здавалося, що камери вимкнені. Експериментатори стверджували, що приблизно кожен третій охоронець показує справжні садистські нахили. Багато охоронці засмутилися, коли експеримент був перерваний раніше часу.

Згодом укладеним запропонували «під чесне слово» вийти з в'язниці, якщо вони відмовляться від оплати, більшість погодилися на це. Зімбардо використовує цей факт, щоб показати, наскільки сильно учасники вжилися в роль. Але укладеним потім відмовили, і ніхто не покинув експеримент.

У одного з учасників розвинулася психосоматична висип по всьому тілу, коли він дізнався, що його прохання про вихід під чесне слово було відкинуто (Зімбардо його відкинув, бо думав, що той намагається зшахраювати і симулює хворобу). Сплутаність мислення і сльози стали звичайною справою для ув'язнених. Двоє з них зазнали такий сильний шок, що їх вивели з експерименту і замінили.

Один з ув'язнених, які прийшли на заміну, № 416, прийшов в жах від поведінки охоронців і оголосив голодування. Його на три години замкнули в тісній комірчині для одиночного ув'язнення. В цей час охоронці примушували його тримати в руках сосиски, які він відмовлявся їсти. Інші ув'язнені бачили в ньому хулігана. Щоб зіграти на цих почуттях, охоронці запропонували іншим ув'язненим вибір: або вони відмовляться від ковдр, або № 416 проведе в одиночному ув'язненні всю ніч. Укладені вважали за краще спати під ковдрами. Пізніше Зімбардо втрутився і випустив № 416.

На шостий день експерименту студентка магістратури Христина Маслач, не знайома перш з експериментом, яка брала інтерв'ю у «в'язнів» і «охоронців», була шокована побаченням. Вона висловила протест проти жахливих умов в'язниці. Зімбардо згадує, що з усіх п'ятдесяти свідків експерименту тільки вона поставила питання про його відповідність моралі. Хоча експеримент був розрахований на два тижні, через шість днів він був припинений.

Стенфордський тюремний експеримент – один із найважливіших і водночас найсуперечливіших експериментів у світі. Відповідно до чинного Етичного кодексу Американської психологічної асоціації, подібний експеримент повторити неможливо, тому що він суперечить багатьом нинішнім етичним принципам. Однак Зімбардо вдалося показати, як впливають на поведінку людей обставини, у яких вона опиняється. Висновки Зімбардо підтверджують чимало прикладів із реального життя, зокрема і знущання над в'язнями Абу-Грейб в Іраку.

Висновки. Результати експерименту використовувалися для того, щоб продемонструвати вразливість і покірність людей, коли присутня виправдовує ідеологія, підтримана суспільством і державою. Також їх використовували в якості ілюстрації до теорії когнітивного дисонансу та впливу влади авторитетів.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Вивчення ув'язнених і охоронців у симульованій в'язниці. Огляд морських досліджень, 9, 1–17. Вашингтон, округ Колумбія: Управління морських досліджень (англ.)
2. Психологія 101: факти, теорія, статистика, тести й таке інше! : Клуб Сімейного Дозвілля; Харків; 2016

*Олена Гапонюк,  
науковий керівник – Світлана Вдович*

### **А. Маслоу – засновник психології толерантності**

Американський психолог Абрахам Харольд Маслоу – один із засновників гуманістичної теорії, автор теорії мотивації та піраміди потреб. Він народився в Брукліні (Нью-Йорк) у 1908 р. Його батьки – українські євреї з Києва, які емігрували до Америки. У сім'ї було семеро дітей. Батьки дуже хотіли, щоб старший син Абрахам здобув освіту. Середню освіту він здобув у одній із безкоштовних шкіл Нью-Йорка, на догоду батькові вступив до юридичного коледжу, який дуже швидко покинув. Вищу освіту (ступені бакалавра і магістра) здобув у Медісонському Університеті (штат Вісконсин), а за кілька років (у 1934 р.) став доктором психології. Під час навчання він працював із Гаррі Харлоу – відомим психологом, який тоді організовував лабораторію приматів для вивчення поведінки макак-резусів. Докторська дисертація

А. Маслоу була присвячена дослідженню сексуальної й домінантної поведінки в колонії мавп.

Найважливішими подіями в житті, як зазначав А. Маслоу, були його шлюб із Берті Гудман і навчання в Університеті: «Життя фактично не починалося для мене, поки я не одружився й не виїхав у Вісконсин». Ставши доктором психології, він працював у Колумбійському університеті в Нью-Йорку з відомим теоретиком у сфері навчання Е. Л. Торндайком. 14 років пропрацював у Бруклінському коледжі та понад 10 років завідував кафедрою психології в Університеті Брандейс. Помер у віці 62 років у 1970 р.

На його думку, головною характеристикою особистості є потяг до самоактуалізації, самовираження, до творчості та любові, в основі яких лежить гуманістична потреба нести добро. Прийняття себе, прийняття інших, прийняття світу, соціальний інтерес, креативність, демократизм, метамотивованість – більшість із перелічених характеристик «особистості, яка самоактуалізується», за А. Маслоу, близькі толерантній особистості.

В останнє десятиліття в умовах гуманістичного виховання проблема толерантності набула особливого значення. Толерантність – це терпимість до чужих думок, вірувань, поведінки; це повага або визнання рівності інших, відмова від домінування чи насильства. Сутністю толерантності є визнання права людини, розумінням того, що світ і соціальне середовище є багатовимірними, а отже, і погляди на цей світ можуть бути різноманітними.

Толерантність є важливою моральною якістю особистості, завдяки якій спілкування між людьми стає виваженим, що сприяє знаходженню істини навіть у конфліктній ситуації. Це вміння жити в мирі й терпимості до різних людей, вірувань, позицій, здатність відстоювати свої права і свободи, та при цьому не порушувати права і свободи інших [1]. У психологічних джерелах проблема толерантності також характеризується як самоактуалізація і виявлення особистістю своїх сутнісних людських якостей (А. Маслоу).

У роботах А. Маслоу поняття «толерантність» розглядається як один із можливих шляхів самоактуалізованої особистості. Самоактуалізація, на його думку, – це можливість вибору, особистісного зростання, можливість приймати себе й інших людей, які поруч, такими, якими вони є, можливість налагоджувати з оточенням доброзичливі особисті стосунки. Як зазначає психолог-гуманіст, самоактуалізованим людям притаманна низка характеристик: ефективно сприйняття реальності (здатність неупереджено, адекватно, беземоційно ставитися до дійсності й людей, які нас

оточують); сприйняття себе, інших людей і людства в цілому; природність, безпосередність, простота поведінки незалежно від оточення і культури. Самоактуалізовані люди покладаються на власний потенціал, у них високо розвинуті самодисципліна, активність, відповідальність. Їхня внутрішня сила дозволяє не зважати на соціальні умовності, почесні, високий статус, популярність і престиж, оскільки найважливішим є саморозвиток і внутрішнє зростання [2].

Розглядаючи толерантність як характеристику самоактуалізованої особистості, ми виходили з такого визначення: «толерантність – це моральна якість людини, яка характеризується розумінням багатовимірності навколишньої дійсності, різноманітних форм і способів вираження її людьми, розумінням відповідності вірності суджень, думок, висловів, оцінок тощо; знанням і повагою прав і свободи кожної людини, прийняття її такою, якою вона є; терпимістю в стосунках будь-якої «інакшості», не виходячи за рамки норм і правил людства» [3, с. 103].

Таким чином, ґрунтуючись на зазначених вище характеристиках та особливостях самоактуалізованих людей, можна стверджувати, що їм властива така риса особистості, як толерантність. Адже вона виступає одним зі шляхів розуміння себе й інших такими, якими вони є, що сприяє побудові гармонійних і дружніх стосунків на основі доброзичливості.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Безюлева Г. В., Шеламова Г. М. Толерантность: взгляд, поиск, решение. Москва : Вербум-М, 2003. 120 с.
2. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. с англ. А. Тетлыбаевой. С.-Пб. : Евразия, 1999. 478 с.
3. Селюкова Е. А. Воспитание толерантных взаимоотношений в школе. Актуальные вопросы современной педагогики. Уфа, 2013. С. 103–105.

*Вікторія Гродська,  
науковий керівник – Роман Яремко*

### **Григорій Силович Костюк: біографія і дослідження у психології**

Костюк Г.С. український психолог, який свого часу зробив значний внесок в розвиток психології.

Видатний вчений народився у селянській сім'ї 23 листопада 1899 року в селі Могильне, Херсонської губернії, Російської імперії (нині Гайворонського району Кіровоградської області, Україна).

У 1915–1919 роках навчався у київській Колегії Павла Галагана. У 1919–1920 роках повернувся до рідного села, де викладав у школі. 1920 року поступив до філософсько-педагогічного факультету Київського вищого інституту народної освіти. Під час навчання також викладав математику у київській трудовій школі № 61 ім. І. Франка, яка була в той час експериментальною школою Наркомпросу України. Закінчив інститут 1923 року і тоді ж призначений директором цієї школи. Паралельно навчався в аспірантурі за спеціальністю «психологія». По закінченні аспірантури (1928) успішно захистив кандидатську дисертацію, у якій узагальнив спостереження за розумовим розвитком учнів.

Свою першу наукову роботу – статтю «Математика в трудовій школі (з досвіду київських трудшкіл за 1923–1924 рр.)» Костюк Г.С. опублікував у 1924 році. У ній він дослідив необхідні психологічні елементи для формування методики навчання математиці [1].

Також за ініціативи Г.С. Костюка 1 жовтня 1945 року було створено Український інститут психології, де більш детально почали вивчати така галузь науки як вікова психологія.

І ось що він досліджував:

- перехід від дослідження вікового розвитку окремих психічних процесів та властивостей людини до цілісного аналізу її психічного та особистісного розвитку. Психологія розвитку відображає спроби створення комплексної характеристики всього онтогенезу психіки;

- поєднання досліджень загально-вікових тенденцій психічного розвитку з вивченням його індивідуального варіанта зі з'ясуванням відхилень та аналогій;

- створення інтегральних концепцій вікового розвитку та поєднання зусиль дослідників різних сфер наукового знання для реалізації системного підходу до вивчення вікового розвитку людини;

- удосконалення методики і методів дослідження вікового розвитку.

Про те особливої уваги приділяв дитячій психології. Адже його цікавило те, як дитина пізнає і вивчає світ, вивчав її сприйняття і шукав особливий підхід для того, щоб покращити пізнавальні процеси дити.

А науковий поступ сучасної вітчизняної вікової психології відбувається завдяки діяльності лабораторій інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України, очолюваному нині академіком С.Д. Максименком, науково-дослідних інститутів та кафедр психології університетів. [2]

Також С.Д. Максименком була написана книга де він і інші автори описують галузі психології які досліджував Г.С. Костюк.

Популярним напрямком його досліджень була «генетична психологія». Предметом дослідження був процес створення образу при сприйнятті предмета в ускладнених умовах. Моделлю процесу стало зображення предмета, розташованого у темній камері, який раз у раз освітлювався спалахом електронно-імпульсивної лампи. Спочатку предмет для піддослідного вимальовувався не чітко, а згодом, коли до спалахів виробилися рефлексії, образ став чітким.

Ось, коротко, основні компоненти предмета діяльності експериментатора:

- перший – чутливість зорового аналізатора, який отримав енергію зовнішнього впливу і через малу її потужність не був здатен перетворити її у факт свідомості;

- другий – вимальовування предмета, що сприймається, виникнення його на сітківці ока і становлення його абрису з невизначеними межами та з порожнинами в його цілісному образі;

- третій – пізнавальні дії (сенсорні, перцептивні, репродуктивні, мислительні), що здійснюють зміни образу і фіксації відмінностей, перетворюючи енергію впливів у визначений образ;

- четвертий – рух наявної, але не досить повної інформації про предмет. Створюються гіпотези-образи, які замінюються більш правдоподібними;

- п'ятий – розвиток образу внаслідок відображення предмета і його об'єктивація шляхом виокремлення його ознак, структури, віднесення його до певної категорії, вербалізації і аж до впевненого розв'язання перцептивної задачі;

- шостий – творчість. Аналіз психологічних складових (характеристика психічного), який необхідний при переході людини від перцептивних задач до більш складних форм пізнавальної, духовної та продуктивної діяльності.

Отже за результатами описаного дослідження ми бачимо, що психічний розвиток не залежить тільки від навчання, а залежить більше від виховання і законів специфічної рушійної сили [3].

А загалом Костюк Г.С. був дуже мудрою і хорошою людиною, який цікавився розвитком дітей і також своїх учнів. Усі були захоплені його інтелектом і тим як він проводив свої дослідження. Його учні пізнавали його зовсім іншим адже він був для них не тільки видатним вченим, а й товаришем і завдяки цьому Костюк Г.С. до кожного знаходив підхід.[3] Він завжди був проти вульгаризації, догматизму, спрощеного тлумачення складних явищ, завжди прагнув гармонійного по-



єднання взаємодоповнювальних конструктивних засад, таких, скажімо, як високий теоретичний рівень досліджень і їх тісний зв'язок із запитами практики, оперуючись на вітчизняні традиції і врахування новітніх досягнень світової науки [4].

### ЛІТЕРАТУРА:

1. <http://old.dnpb.gov.ua/id/1006/>
2. [https://pidruchniki.com/14170120/psihologiya/osnovni\\_etapi\\_rozvitku\\_vikovoyi\\_psihologiyi](https://pidruchniki.com/14170120/psihologiya/osnovni_etapi_rozvitku_vikovoyi_psihologiyi)
3. Національна академія педагогічних наук України інститут психології імені Г.С. Костюка. «Г.С. Костюк – особистість, вчений, громадянин».
4. Балл Г. О. Григорій Костюк — видатний психолог України // Освіта і управління. — 1999. — № 3. — С. 218–224

*Крістіна Дячук,  
науковий керівник – Алла Неурова*

### Джон Боулбі – теорія прив'язаності

Джон Боулбі (1907–1990) відомий як видатний дослідник психічного розвитку дитини. Він отримав медичну освіту у Кембриджському університеті (спеціалізація – дитяча психіатрія). Вчений зацікавився проблемою дитячих травм у ранньому віці і роллю сім'ї у психічному розвитку дитини. Все життя Боулбі був прихильником психоаналізу, однак у своїх наукових дослідженнях використовував досягнення перш за все біології та етології.

Гіпотезу, яку перевіряв Боулбі, можна сформулювати таким чином: порушення у психічному розвитку зумовлені порушенням стосунків між батьками і дитиною. Він порівняв психологічні особливості малолітніх правопорушників з їхніми однолітками із благополучних сімей. У 1946 р. вийшла перша книга Боулбі, досить виразна назва якої підійшла б швидше для детективу, а не наукової праці – «Сорок чотири юних злодії».

Боулбі встановив, що найбільш суттєва відмінність між двома вибірками полягала у тому, що діти, які не мали схильності до правопорушень, виховувались в умовах батьківської турботи та мали позитивні стосунки зі своїми матерями впродовж всього життя. Між тим, серед 44 неповнолітніх правопорушників виявилось 17, які у віці до п'яти років були в розлуці зі своєю матір'ю не менше ніж півроку. Боулбі визначив, що це і є той чинник, який зумовив відхилення у психічному розвитку.

Боулбі проводив свої спостереження у лікувальних та виховних дитячих закладах, де перебували діти, покинуті своїми матерями. Результати досліджень він опублікував у відомій книзі «Материнська турбота і психічне здоров'я» (1951). Боулбі був першим дослідником, який встановив зв'язок між розвитком прихильності та адаптацією і виживанням дитини. Боулбі описав вплив розлуки з матір'ю на розвиток дитини і психопатологічних відхилень, а також психологічні реакції дитини: протест, гострий жаль, відчай і відчуження, тривогу і неспокій, амбівалентність, депресію.

Спираючись на свої спостереження і дані дослідників СпітцатаГолдфарба, Боулбі дійшов висновку: дитина в ранньому віці має виховуватись в умовах емоційної теплоти і розвинути стійкий емоційний зв'язок із матір'ю, що є основою благополуччя та рівноваги дитини. Якщо такі умови порушено (зруйновано емоційні стосунки прихильності), виникають серйозні розлади в психічному здоров'ї різної міри складності, у багатьох випадках незворотного характеру,

В умовах тривалої емоційної депривації формується особистість низького рівня розвитку (примітивна) в напрямі психопатичного характеру, який Боулбі називав «беземоційним». Такий характер спрямовує до неадекватної, а також до протиправної поведінки.

Праці Боулбі збудили інтерес в суспільстві і привернули увагу до проблеми, наскільки важливі умови розвитку та виховання в ранньому дитинстві. В той же час увага дослідників до цієї проблеми сприяла виявленню надзвичайно цікавого феномена «невразливих» дітей. Було встановлено, що деякі діти, які не отримують належного догляду і батьківської уваги, все ж таки невразливі до несприятливих умов і розвиваються цілком нормально. Цей феномен вразив дослідників, однак у чому полягає психологічна природа їхнього протистояння негативним умовам, досі залишається таємницею.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Едвард Джон Мостін Боулбі. Прихильність. К.: 2003. — 480 с. — (Psychologia universalis).
2. Психологія 101: факти, теорія, статистика, тести й таке інше!. Харків; 2016.

*Ірина Козел,  
науковий керівник – Ксенія Березяк*

## Сучасні підходи до корекції стосунків шлюбної пари

*«Справа не в тому, що світ поганий, а в тому, як часто ми бачимо його таким» (Аарон Бек).*

Сім'я є початковим і основним інститутом соціалізації особистості, від її гармонійного функціонування залежить психологічне та соціальне благополуччя кожного члена родини. На жаль, біля половини шлюбів розпадається. За даними відділу прес-служби Управління інформаційної політики Міністерства юстиції України кількість зареєстрованих розірвань шлюбів в Україні за 2018 рік становить 53 861. У той час, як за 2017 рік їх кількість становила 33 169 [1]. Отже, одним з важливим напрямком роботи психологів є профілактика розлучень і гармонізація стосунків шлюбної пари.

На даний час існує великий спектр психологічних підходів до корекції комунікації та відносин у шлюбній парі, профілактики порушень функціонування взаємодії шлюбних партнерів. Розглянемо основні з них.

У психодинамічному напрямку динаміку відносин у шлюбній парі обумовлює динаміка особистісних психічних процесів, невирішених внутрішньособистісних конфліктів дитячого віку та пов'язаних з цим очікувань від поведінки партнера. Ці очікування значною мірою мають неусвідомлений характер, відображають ранні суб'єкт – об'єктні стосунки, що розбудовувались на послідовних фазах психосексуального розвитку. Саме наявність ранніх фрустрацій у емоційно значимих відносинах ведуть до подальших дисгармоній у стосунках. Важливе значення має «модель брата або сестри». На підставі великих досліджень впливу сімейної констеляції (близько 3000 сімей) стверджується, що для стабільного шлюбу вирішальне значення має те, якою мірою в ньому повторюється положення, яке кожен з подружжя займав серед своїх братів і сестер (Tompa, 1976). Акцент у психокорекційній роботі зі шлюбною парою робиться на кількох аспектах:

1) усвідомленні зв'язку реальних переживань та дій в теперішньому з минулим досвідом, фантазіями й дитячо-батьківськими відносинами кожного з партнерів;

2) контролі над поведінкою через усвідомлення власних захисних механізмів;

3) пошук нових шляхів каналізації емоцій;

4) еволюційне зіставлення змін відносин.

Основним шляхом корекції стає усвідомлення та обговорення з шлюбним партнером власних очікувань, переживань, фантазій, формування узгодженого подружнього договору (Martin 1974, Sager 1976), пошук рішення, що задовольнить обидві сторони [2].

У біхевіоральному (поведінковому) підході партнери будують відносини на умовно-рефлекторному рівні, тобто поведінка є результатом соціального навчання в процесі виховання та впливу соціального оточення. Корекційна робота спрямована на вирішення наступних задач: управління бажаною поведінкою у подружжя відносно одне одного; набуття необхідних соціальних знань та навичок розв'язання спільних проблем, стратегії побудови комунікації; вироблення та реалізація угоди про зміну поведінкових сценаріїв у обох партнерів. Підкріплюється поведінка, спрямована на підтримку конструктивних, підтримуючих стосунків. В процесі виконання вправ підвищується рівень адаптації партнерів у стосунках, формуються навички вирішення та обговорення конфліктів, проблемних ситуацій (Дж. Янг, А. Бек, 1984). Азрін, Настер і Джонс (1973) виявили кілька причин, що обумовлюють подружні дисгармонії:

- 1) подружжя отримують мало підкріплень в шлюбі;
- 2) занадто мало потреб задовольняється в стосунках
- 3) підкріплення в шлюбі не приносить задоволення;
- 4) нова поведінка не отримує підкріплення;
- 5) нерівноцінність підкріплення, один з партнерів дає більше підкріплення, ніж отримує;
- 6) позашлюбні джерела задоволення конкурують зі шлюбними;
- 7) інформація про потенційні джерела задоволення неадекватна;
- 8) аверсивний (викликає неприємні почуття, огиду) контроль переважає над позитивним підкріпленням.

Аверсивний контроль найчастіше проявляється лайкою або мовчаням і є невдалою спробою домогтися згуртування в дисфункціональних сім'ях [3].

У гуманістичному підході шлюб розглядається як постійно безперервний процес партнерства. Подружні стосунки К.Роджерс відносить до розряду тривалих, значущих інтимних відносин. В ідеальному варіанті шлюбні відносини роблять цілющий вплив на особистісний ріст кожного з подружжя. Благополучне подружжя можливо між конгруентними людьми, оскільки вони менш інших обтяжені «умовами цінності» і здатні на справжнє прийняття іншого.

Коли в основі шлюбного вибору лежить мотив підтримки неконгруентності або підкріплення існуючої захисної поведінки, тоді подружжя менш задоволені своїми відносинами, їх шлюб нестабільний.

К. Роджерс виділив чотири елементи, які обумовлюють процес успішного розвитку подружніх відносин:

- 1) подружжя є постійно підтримуваним процесом взаємин;
- 2) основним процесом в шлюбі є відкрите спілкування на рівні глибоких внутрішніх почуттів;
- 3) відмова від побудови подружніх відносин відповідно до соціальних ролей;
- 4) у шлюбі кожен із подружжя може бути собою, розкрити свою справжню, неповторну особистість.

Подружжя – це постійно триваючий процес партнерства, це процес вибудовування відносин. Основною метою корекції стає досягнення конгруентності обома партнерами, навчання вмінню емпатійного сприйняття партнера та комунікації з ним.

Прихильники системного підходу вбачають у подружніх проблемах і конфліктах велику роль нерозумного ставлення до шлюбу й життя, незнання закономірностей подружнього союзу, заснованого на «сімейних міфах» (сформованих нереалістичних уявленнях). У корекційній роботі зі шлюбною парою в руслі системного підходу передбачається відновлення раціонального погляду, тверезої оцінки ситуації та практичне розв'язання проблем за принципом підтримки гомеостазу сім'ї як системи, зниження напруження, інформування партнерів про закономірності розвитку сімейних і подружніх відносин.

Д. Валлерстайн вважав найбільш значущим для розвитку успішних шлюбних відносин дифузне почуття «золотої середини», збалансованості індивідуальних потреб, бажань і очікувань, що розділяється обома шлюбними партнерами. Воно формується в процесі динамічної взаємодії, виникає при узгодженні загальних цінностей, високій значущості подружніх відносин, збізі образу очікуваного шлюбу з реальним, позитивному досвіді дитячих років і отрочтва. «Золота середина» підтримується внаслідок емоційної зрілості, особистісного зростання, рівня емпатії кожного з подружжя.

Ми розглянули лише основні підходи щодо корекції стосунків шлюбної пари. Найбільш ефективним для цього напрямку діяльності психолога буде синтетичний підхід, що враховуватиме емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти взаємодії партнерів у подружжі.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. В Україні зросла кількість розлучень [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.unn.com.ua/uk/news/1788908-v-ukrayini-zrosla-kilkist-rozluchen>
2. Кратохвил С. Психотерапия семейно-сексуальных дисгармоний. – Пер. с чешск. — М.: Медицина, 1991. — 336 с.
3. Холлис Дж. Грезы об Эдеме: В поисках доброго волшебника / Дж. Холлис. – Пер. с англ. В. В. Мершавки. – Под ред. В.И. Белопольского. – М.: Когито-Центр, 2011. – 222 с.
4. Роджерс К. Психология супружеских отношений. Возможные альтернативы / Пер. с англ. В. Гаврилова. – М.: Эксмо, 2002. — 288 с.
5. Фон Шліппе А. Системна психотерапія та консультування / А. фон Шліппе, Й. Швайцер. – Пер. з нім. О. Фільц. – Львів : ВНТЛ. – Класика, 2004. – 320 с.

*Юлія Коструліна,  
науковий керівник – Ксенія Березяк*

### **Пол Екман – дослідник психології емоцій**

Американський психолог, спеціаліст у сфері психології емоцій, міжособистісного спілкування та психології «розпізнавання брехні». Він присвятив понад 30 років вивченню теорії брехні й є одним з найкращих професіоналів у цьому напрямку. Його послугами користуються не тільки провідні політики, підприємці, керівники, але й міністерства та агентства федерального керівництва США. Особистість, яку журнал «Time», у 2009 році, включив у список 100 найвпливовіших людей світу. Науковець, про якого йде мова – Пол Екман [3].

Він народився 15 лютого 1934 року у Вашингтоні, США. Освіту отримав в Університеті Чикаго та Нью-Йоркському університеті. У 1958 році отримав ступінь Доктора філософії, в області клінічної психології, в Університеті Адельфі. Після цього почав працювати в Нейропсихіатричному інституті імені Ленглі Портера. С 1958 по 1960 рік служив у армії США, у чині офіцера. У 1960 році повернувся в інститут, де практикував до 2004 року. Екман понад тридцять років оприлюднює результати своїх досліджень для широкої аудиторії, а також зараз очолює «Paul Ekman Group», невелику компанію, що займається розробкою пристроїв для тренувань здібностей до визначення емоцій і мікроекспресій [3, 4].

Міміку та мову тіла Екман почав досліджувати у 1954 році. Це стало предметом його наукової практики та першої публікації. Протягом насту-

пних 10 років основним напрямком роботи науковця була соціальна психологія. Водночас він проводить дослідження людських емоцій та мімічних виразів, а також вивчає феномен брехні на основі клінічних випадків, коли пацієнти, що потрапили в стаціонар через спроби самогубства, стверджували, що їм стало набагато краще. Відеозапис у сповільненому фільмуванні дав змогу побачити приховані негативні емоції в «мікровиразах». Наслідок цього дослідження – створення «теорії брехні» [3, 4].

До середини ХХ століття більшість психологів з упевненістю доводили свої думки про те, що емоційні стани у різних людей і тим більше у представників різних народностей сильно відрізняються. У 1965 році, коли Пол Екман почав вивчати вирази обличчя, цю сферу навіть не розглядали, називаючи повністю дослідженою. За його словами: «Обличчя вважалося скупим джерелом найбільш неточної, культурно обумовленої, стереотипної інформації. Те, що це суперечило знанням кожної людини, робило це питання ще більш привабливим. Психологія виявила неспроможність народних повір'їв, зробила відкриття, що спростовують інтуїцію» [1, 5].

Цікаво, що однакове дослідження, незалежно один від одного проводили Пол Екман та Керролл Ізард. Це дає підстави вважати отримані результати надійними. Науковці виявили, що представники різних східних та західних культур практично не мають розбіжностей у виборі назв емоцій, які відповідають виразу обличчя. Ізард провів дослідження, яке показувало, що представники різних культур одноголосно характеризували більшість емоцій, якщо їм дозволялось самим обирати слова для опису відчуттів, що відбивалися на обличчі. Еман та його напарник у дослідженні – Фрайзен, розширили це відкриття на культуру Нової Гвінеї, жителі якої не могли знати загальноприйнятого значення виразів обличчя, тому що не відчували на собі вплив засобів масово інформації.

Згодом Екман та Фрайзен розширив дослідження інтерпретації виразів обличчя до вивчення того як і коли люди демонструють ці вирази. Вони доказали універсальність виразів спонтанних та навмисних. Досі немає доказів про розбіжність думок у представників різних культур при інтерпретації виразів страху, гніву, смутку чи радості [1, 5].

Їхнє припущення про існування універсальї викликало необхідність проведення майже десятирічної роботи для створення методів вимірювання рухів обличчя. У 1970 році, на основі тривалої роботи П. Екман та У. Фрізен, що була спрямована на диференціацію напружень лицьових м'язів, з яких складається прояв кожної емоції, створено Систему

кодування рухів обличчя (FACS. Face action coding system), що розділяє прояв кожної емоції на окремі елементи. FACS до сих пір залишається єдиною чіткою і зрозумілою системою оцінки всіх, візуально помітних, виразів обличчя [1, 2, 5].

Підтвердження універсальності емоцій та дослідження виразів обличчя стали основою для нових відкриттів:

1. Вивчення емоцій. Доказ існування універсалій в виразах обличчя найбільш сильно вплинув на інтерес до емоцій, який знову почав прокидатися. Забуті на багато років дослідження емоцій почали швидко розвиватися в клінічній, фізіологічній та соціальній психології, а також в психології особистості та психології розвитку.

2. Пошук фізіології, обумовленої емоціями. Теорія існування універсалій у виразах обличчя йшла всупереч з панівною в той час думкою, що, тільки наші очікування того, що ми повинні відчувати, відрізняють одну емоцію від іншої. Але визнання залежності виразу обличчя від конкретної емоції призвело до переосмислення питання про існування також і фізіологічних змін, специфічних для різних емоцій. Нове покоління дослідників знову почало розглядати можливість того, що діяльність вегетативної та центральної нервової системи обумовлена конкретною емоцією.

3. Визначення подій, що передують виникненню емоції. Найбільш суперечливим в дослідженні фізіологічної активності, зумовленої емоціями, було те відкриття, що будь-який універсальний вираз обличчя, зроблений навмисно, може викликати фізіологічні прояви та суб'єктивні переживання, пов'язані з цією емоцією. Звичайно, емоції виникають у відповідь на подію, а не тому, що людина робить відповідний вираз обличчя. Існують міжкультурні дані про те, які події люди вважають причиною конкретних емоцій. Не кожна подія викликає емоцію, так само як одна й та ж подія не викликає одну й ту ж емоцію у різних людей, проте деякі загальні риси все ж існують.

4. Вивчення онтогенезу. Звертаючи увагу на вплив еволюції на розвиток універсалій в виразах обличчя, було логічно припустити, що емоції можуть виникати в більш ранньому віці, ніж вважалося раніше. Методи вимірювання рухів обличчя дозволили визначити, коли можуть виникати емоції або, принаймні, їх мімічні прояви. Це ще одна область досліджень, яка почала дуже швидко розвиватися, хоча до сих пір ведуться суперечки про те, коли вперше проявляється кожна емоція.

5. Прийняття до уваги не тільки вербальної поведінки. Необхідність оцінювати вираз обличчя очевидна у ранньому дитинстві, коли дитина ще



не говорить. Однак зі старшими дітьми й дорослими, також не можна покладатися виключно на опис емоцій по пам'яті і навіть на те, що люди говорять безпосередньо під час емоційної події, оскільки їх слова не завжди показують їх реальні почуття або думки. Дослідження брехні, проведене Полом Екманом, показало, як переконливо люди можуть фальсифікувати в мові емоції, які вони відчують. І хоча часто вираз обличчя також використовуються для обману, іноді саме через нього і через зміну голосу відбувається так званий витік інформації про приховувані почуття.

6. Сім'ї емоцій. У дослідженні 1978 року, Екман та Фрайзен виявили, що для кожної емоції існує не один вислів, а цілий ряд пов'язаних між собою, але різних на перший погляд виразів, які вони об'єднали у «сім'ї». Відмінності між виразами обличчя в межах сім'ї відбивають інтенсивність емоції, її правдивість і спонтанність, а також особливості події, що викликали цю емоцію [1, 5].

Зі слів науковця, коли він починав своє дослідження виразів обличчя, то шукав відповідь тільки на одне питання: універсальні вони або обумовленні культурою? Результат був неочікуваним: різні аспекти виразу обличчя можуть бути як універсальними, так і культурно обумовленими. «І, що більш важливо». – Запевняє Пол Екман. – «Пошук відповіді на це єдине питання привів до виникнення багатьох нових і цікавих питань, що стосуються виразу обличчя й емоцій, питань, які я та уявити собі не міг 27 років тому. В цьому відношенні дослідження особи й емоцій тільки почалося» [1, 5].

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Выражение лица и эмоций. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.mental-engineering.com/2013/03/blog-post\\_2186.html](http://www.mental-engineering.com/2013/03/blog-post_2186.html)
2. Мімічна невербальна комунікація: система кодування лицьових рухів. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [file:///C:/Users/User/Downloads/VKhnpu\\_psychol\\_2011\\_39\\_20.pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/VKhnpu_psychol_2011_39_20.pdf)
3. Пол Екман. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://www.peoples.ru/science/psihology/paul\\_ekman/](https://www.peoples.ru/science/psihology/paul_ekman/)
4. Экман, Пол. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://ru.wikipedia.org/wiki/Экман,\\_Пол#Научная\\_деятельность](https://ru.wikipedia.org/wiki/Экман,_Пол#Научная_деятельность)
5. Ekman P., Facial expression and emotion. *American Psychologist* (1993), 48, 384—392.

## **Вільям Джеймс – перший дослідник феномена «Я» в психології**

Джеймс Вільям (1842–1910) – відомий американський психолог, один із засновників прагматизму і функціональної психології. Здобув медичну і природничо-наукову освіту в Гарвардському університеті США і в Німеччині. Професор філософії і психології в Гарвардському університеті. Організував першу в США лабораторію прикладної психології (1892). Розвинув уявлення про свідомість як про «потік» безперервних та таких, що змінюють один одного цілісних індивідуальних психічних станів, які забезпечують пристосування індивіда до середовища. Створив теорію особистості, що зробила вирішальний вплив на формування американської персонології та теорію емоцій [3].

Вільям Джеймс є першим, хто почав детально займатися проблематикою «Я-концепції», оскільки описав виникнення феномену «Я» у своїй теорії особистості [2].

Основні положення цієї теорії такі:

I. У самосвідомості особистості можна виділити два аспекти – «емпіричне Я» і «чисте Я», або відповідно об'єкт і суб'єкт, тобто те, що пізнається, і те, що пізнає.

II Під емпіричним «Я» дослідник розуміє сукупність всього того, що людина може назвати своїм та поділяє його на три частини:

Перша частина включає такі складові елементи особистості:

1. Фізичне «Я» – це сума всього, що людина може назвати своїм: не тільки її тіло та її психіка, але також її одяг та житло, родина, друзі, репутація і те, чим вона займається: земля, коні, яхта і рахунок у банку. Все це викликає у людини приблизно однакові емоції. Наскільки людина ідентифікує себе з іншою людиною або предметом, настільки вони є частиною її «Я» [1].

2. Соціальне «Я» – визначається належністю людини до людського роду і визнанням цього іншими людьми. Одна й та сама людина може мати декілька соціальних «Я». Вони можуть бути постійними, але можуть і змінюватись, і ми ідентифікуємо себе з кожним із них у відповідних обставинах і відповідному оточенні. В. Джеймс розглядав соціальне «Я» як щось м'яке, нестійке та поверхневе, нерідко це «Я» є лише щось більше, ніж набір «масок», які людина змінює, щоб відповідати різному оточенню. При цьому він не ставив під сумнів потребу в своєрідній оболонці соціальних навичок, оскільки вони створюють

життєвий порядок, надаючи відносинам між людьми надійності та передбачуваності [1].

3. Духовне «Я» – сукупність психічних особливостей, нахилів та здібностей. Це найбільш стійка та інтимна частина «Я». Саме вона впливає на наші відчуття, оскільки в ній джерело наших життєвих зусиль, уваги і волі.

В. Джеймс намагається пояснити дивне відчуття, притаманне всім людям – кожен із нас відчуває себе чимось більшим, ніж окрема особистість, і більшим, ніж сума предметів, які ми вважаємо своїми. Наше духовне «Я» має інший порядок почуттів. Одним із виявів духовного «Я» є релігійні переживання [1].

Друга частина включає в себе почуття та емоції, викликані перерахованими вище складовими елементами та самооцінку, яка виражається у задоволенні та незадоволенні собою.

Третя частина емпіричного «Я» – це вчинки людини, які орієнтовані на турботу про саму себе і самозбереження.

III. «Чисте Я», або те, що пізнає, – це мислячий суб'єкт, душа, дух, мислення, трансцендентальне Я, а врешті-решт – самі думки.

Дослідник стверджує, що кожна думка є частиною особистої свідомості, а зовсім однакова думка ніколи не з'являється двічі. Будь-яка думка народжується з потоку свідомості, беручи частину сили, змісту, сфокусованості й напрям від попередніх думок [2].

Отже, першим дослідником феномена «Я» в психології є В. Джеймс, який виділив у самосвідомості людини два аспекти – «емпіричне Я» і «чисте Я» та детально описав їх у своїй теорії особистості. Це стало поштовхом для подальшого дослідження цього феномену в психології та виникнення поняття «Я-концепції» – динамічної системи уявлень людини про саму себе, що включає усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних природних властивостей та самооцінку.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. James W. The Principles of Psychology. Vol. 1–2 [Електронний ресурс] / William James. – New York: Dover, 1950. – Режим доступу: <http://psychclassics.yorku.ca/James/Principles/index.htm>
2. Джеймс В. Психологія. – М.: Педагогіка, 1991. – 368 с.
3. Джеймс У. / А. Ф. Грязнов // Новая философская энциклопедия : в 4 т. / пред. науч.-ред. совета В. С. Стёпин. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Мысль, 2010. – 2816 с.

*Вікторія Мутенко,  
науковий керівник – Наталія Мудрик*

### **Екзистенційне консультування Ірвіна Девіда Ялома**

Ірвін Ялом є живою легендою психоаналізу, одним із засновників екзистенціальної психології, лауреат наукових премій та відзнак, доктор медицини і професор Стенфордського університету, за підручниками якого навчаються тисячі майбутніх лікарів у всьому світі. Ірвін народився у Вашингтоні в родині вихідців із СРСР (нині Білорусь), які емігрували в США за 15 років до його народження.

Ялом провів своє дитинство, читаючи книги в місцевій бібліотеці або в сімейному будинку над магазином, власниками якого були його батьки. Книги стали для хлопчика тим місцем, куди можна прийти і насолодитися світом казкових історій. Любов до літератури появилася у Ялома ще в ранньому дитинстві. Подорослішавши, манеру красивої і оригінальної стилістики дитячих книг він запозичив для побудови ділової розмови і створення серйозних наукових публікацій.

Доктор Ялом створив новий жанр навчальної оповіді, у якій зі щирістю й дотепністю розповідає про випадки зі своєї психіатричної практики. Найскладніші наукові терміни і важкі теорії письменник перетворює в надзвичайно легкий, надихаючий та інтригуючий матеріал.

На становлення письменницької майстерності психотерапевта значний вплив мала його дружина Мерилін Ялом, яка теж є письменницею, оскільки, як стверджує сам Ірвін, він із своєю дружиною пише одну і ту ж книгу, але з різних кінців. Вони одружені понад 60 років і мають 4 дорослих дітей.

Всесвітню славу психотерапевту і водночас письменнику принесли його художні твори: «Ліки від кохання», «Брехуни на кушетці», «Шопенгауер як ліки», «Мамуся і сенс життя», «Дар психотерапії», «Коли Ніцше плакав», «Як я став собою», «Шлях до гармонії», «Вдивляючись у сонце», в яких автор акуратно, тактовно і непомітно підводить читача до розуміння самої суті дуже складних терапевтичних прийомів. Дозволяє відчувати суть екзистенціальної психології навіть людині, далекій від психотерапії та медицини. Відкриває перед читачем загадковий і не завжди привабливий зворотний бік психотерапії. А також ставить важливе питання «хто такий терапевт: бог чи людина зі своїми хибами та слабкостями?».

Роботи автора можуть бути дієвим інструментом боротьби з болісними страхами, адже в них часто розглядаються екзистенційні проблеми героїв. Його книги вчать зрозуміти і прийняти умови людського існування і сповна насолоджуватися кожною хвилиною життя.

Літературні критики називають його автором, твори якого перетворюють «читача в слухача». Так, всі книги Ірвіна Ялома міняють місцями читача і оповідача, доктора і пацієнта. Майстерно граючи з уявою, він призводить до розуміння суті психології особистості. Людину виліковує не «магічна сила психотерапії», а щирі взаємини з терапевтом. Він вважає, що рівність у роботі є дуже важливим, ніхто: ні психотерапевт, ні пацієнт не повинен себе ставити вище чи нижче. Він каже, що набагато краще проходить терапія тоді, коли є спонтанність, коли психотерапевт і пацієнт роблять вклад у вирішення проблеми. Всім відомо, що за правилами психотерапевт не повинен розкриватись та обговорювати власні почуття, проте Ялом вважає, що самовідкриття терапевта є важливим аспектом і він би хотів більше залучати свої почуття у роботі з пацієнтом.

Психотерапевт є зятим противником бюрократичного, формального підходу в психотерапії. Особливо різко виступав проти «короткострокової діагноз-орієнтованої терапії». «Короткострокова терапія», на думку Ялома, керується економічними силами, ґрунтується на вузьких, формальних діагнозах, одностороння, керована протоколом, «терапія для всіх», без урахування індивідуальності.

Працюючи над екзистенційними проблемами самотності та ізоляції, Ялом казав, що дитина народжуючись, відчуває потребу в прихильності до батьків – це найважливіша для розвитку потреба. Так само і для духовного становлення людини потрібен значимий інший, ним може стати Учитель. Значимі інші складають наш особистісний простір, він без них неможливий. Але чи може людина бути завжди «на зв'язку», чи достатньо цієї присутності інших в його житті? У якийсь момент життя підліток чи молода людина розуміє, що присутність інших людей в його житті не може задовольнити потребу в переживанні зв'язку, з'єднуваності з іншими людьми.

У своїх творах він також часто розглядав екзистенційні проблеми, як наприклад у праці «Ліки від кохання» спираючись на думку східних філософів, казав, що людина народжується на самоті і помирає на самоті. Переживання власної самотності – важливе екзистенціальне переживання. Але не всі люди готові зустрітися з цим переживанням. «Я існую тільки як частина іншої людини – без неї не бачу сенсу» або «Мені ніхто не потрібен, люди погані – їм не можна довіряти, краще бути одному» – є типовими ілюстративними висловлюваннями людей, які уникають самотності. Самотність потрібно прийняти як даність життя, на думку екзистенціальних психологів.

На думку Ялома, людина самотня в тій мірі, в якій вона відповідає за власне життя. Під поняттям «відповідальність» має на увазі авторство, тобто усвідомлювати своє авторство означає відмовитися від віри, що є інший, хто створює і охороняє тебе.

Ще однією важливою проблемою екзистенціальної психології та психотерапії, над якою працював психотерапевт, виступає проблема вибору і відповідальності за свій вибір. Адже вибір завжди супроводжується аналізом плюсів і мінусів альтернатив. Вибором однієї з безлічі альтернатив – завжди прийняття її негативних наслідків і відмова від позитивних сторін інших варіантів. На думку Ялома, зробити самостійний вибір, наприклад професії, супутника життя чи навіть одягу, – означає взяти на себе відповідальність за його негативні наслідки. Нікого не можна звинувачувати, ні на кого не потрібно перекладати відповідальність за власні помилки. Можливість самостійно, але відповідально здійснювати вибори, за допомогою яких людина стає автором свого життя, веде до стану і переживання справжньої свободи.

Питання «свобода» автор розглядає, як можливість творчо реалізувати задум свого життя, з огляду на все, що перешкоджають обставини. Також Ялом в своїх працях наголошує на тому, що свобода тягне за собою і небезпеку – відповідальності за негативні наслідки.

З його точки зору, позитивна свобода людини може бути досягнута завдяки любові, коли люди об'єднуються з іншими, не жертвуючи відчуттям індивідуальності або цілісності.

Отже, психотерапевт, працюючи у екзистенційному напрямку, розглядає безліч життєвих питань і знаходить, на них дуже логічні і обґрунтовані відповіді. У своїх працях часто висловлює свої позиції щодо смерті, свободи, любові, самостійності, що дозволяє читачам його творів знайти відповіді на безліч запитань психологічного характеру.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Yalom I.D. *Lying on the Couch : A Novel* / Irvin D. Yalom. – New York : Harper Perennial, 1997. – 384 p.
2. Yalom I.D. *Love's Executioner And Other Tales of Psychotherapy* / Irvin D. Yalom. – New York : Basic Books, 2012 – 288 p.
3. Джугастрянська Ю. В. Психотерапевтичний роман: специфіка авторського метажанру // Питання літературознавства. – 2013. – № 87. – С. 322–337.
4. Ялом І. Д. Лікування від любові та інші психотерапевтичні новели / пер. з англ. А. Б. Фенько. М.: Незалежна фірма «Клас», 1997.

*Олена Олійник,  
науковий керівник – Андрій Цюприк*

### **Вільгельм Вундт – психолог-педагог**

Вільгельм Максиміліан Вундт (1832–1920) відомий нащадкам як «батько експериментальної психології» і засновник першої психологічної лабораторії [1] звідки він зробив величезний вплив на розвиток психології як дисципліни, особливо в Сполучених Штатах. Вундт агресивно домінував у своїх обраних аренах, лекційному залі і сторінках книг. Обсяг його надбань був величезний, його твори, загальною кількістю 53000 сторінок, включають: статті про фізіологію тварин і людини, отрути, спиритизм, гіпнотизм, історію та політику; праці та довідники «медичної фізики» та фізіології людини; енциклопедичні томи з питань лінгвістики, логіки, етики, релігії, «системи філософії», не кажучи вже про його працю «Grundzüge der physiologischen Psychologie» (в десяти томах).

Вільгельм Максиміліан Вундт народився в 1832 році в Німеччині. Сім'я жила в маленьких містах округу Мангейма. У дитинстві Вільгельм відчував себе самотнім і мріяв стати знаменитим письменником. Батько його був пастором, і, хоча їхня сім'я вважалася дружною, дитячі спогади про батька були не найприємнішими. Що стосується освіти і сім'ї Вундта існували міцні традиції – його предки прославили своє ім'я досягненнями практично у всіх областях науки. З другого класу освітою Вундта займався помічник батька, до якого Вундт дуже прикипів. У гімназії він відставав від однокласників і вчителя посміювалися над ним. Але він розвинув свої інтелектуальні інтереси і здібності і до 19 років, закінчивши школу, був готовий до вступу в університет.

У 1851 році Вундт вступив до Тюбінгенського університету. Через рік він перейшов до Гейдельберзького університету, де спеціалізувався в галузі медицини. Його третій рік, його інтенсивна робоча етика дала свою першу публікацію. Тим не менш, докторантура не була покликанням Вундта, і він повернувся до фізіології, яку він вивчав протягом семестру під Йоханнесом Мюллером («батьком експериментальної фізіології») у Берліні. У 1856 році, у віці 24 років, Вундт здобув ступінь доктора медицини в Гейдельберзі, і хабілітовано як доцент у фізіології. Через два роки фізик, фізіолог і психолог Герман фон Гельмгольц [2] отримав заклик до Гейдельберга як професора фізіології, це був вирішальний момент для кар'єри Вундта, він працював помічником Гельмгольца з 1858 до 1865.

Коли Гельмгольц переїхав до Берліна в 1871 році, Вундт прийшов на заміну Гельмгольца. Через три роки він одержав ступінь в галузі «індуктивної філософії» в Цюріхському університеті. Він залишився в Цюриху всього за один рік до того, як отримав призначення на “першокласну кафедру філософії в Лейпцигу в 1875 році” (Бен-Девід і Коллінз 1966). Відділ філософії Лейпцига, забезпечував ідеальне середовище для його інтелектуального розквіту, ґрунт був підготовлений Фехнером, Вебером і Лоце (Littman 1979: 74). Вундт прославився в Лейпцигу. Саме тут, в 1879 році, університет офіційно визнав його лабораторію, першу в світі, присвячену психології [7]. Студенти стікалися до Вундта [2], і хоча він встановлював тон і напрям досліджень, в основному вони проводили експерименти і публікували результати.

Запис на його курси подвоювався приблизно кожні 15 років, досягнувши піку 620 студентів влітку 1912 року. Вундт виступив науковим керівником у 186 студентів, які захистили докторські дисертації з різних наукових дисциплін, близько третини з яких, очевидно, займалися чисто філософськими темами (Tinker, 1932).

До Лейпцига приїхали студенти з ряду країн для навчання у Вільгельма Вундта, у тому числі 16 американців, для яких Вундт був керівним професором (Бенджамін та ін., 1992). Багато з цих американців описали Вундта як відмінного наставника і талановитого викладача. Розглянемо наступний уривок.

Одягнений у звичайне чорне пальто і чорні штани, він [Wundt] прокрався в велику лекційну залу, в якій брав участь його помічник, ніби він хотів уникнути зайвої уваги. Як тільки з'явилася його всім знайома постать, пролунали оплески з боку сотень його студентів які вітали його... Абсолютно непохитно, ніби він не почув нас, Вундт спокійно підійшов на своє місце на помості, прийняв своє звичне положення, зафіксувавши очі на своїх записах і почав свій дискурс. Не може бути кращого наукового викладача. Безупину, він говорив би три чверті години так ясно, лаконічно і до того, що, слухаючи його, можна було б уявити, що хтось читає добре написану книгу, в якій абзаци, важливий текст, сторінки, дрібний шрифт, і виноски були чітко позначені. Вундт не розповідав жодних історій, давав декілька ілюстрацій, зневажаючи будь-яку спробу популярності. Він мав на меті тільки розглянути тему дня, ретельно і вичерпно, впродовж всього часу. Сто студентів, якщо лекція була надзвичайною, проводили його бурхливими оплесками. Будучи спокійним і незворушним, як і на початку, Вундт йшов із залу. Ще один великий і незабутній досвід життя закінчився. (Worcester, 1932, p. 90) [3].



Спогади сучасників Вундта є важливою ланкою дослідження такої важливої постаті в історії психологічної науки. Спостерігаючи досвід науковців які створили наше уявлення про сучасну психологію, дозволяє нам наблизитись до глибшого вивчення психології людини. Вундт, безперечно, є видатним психологом, його слава як особистості і засновника психологічного експериментування не згасла. Більшість перших психологів Америки вчилася у Вундта, в його лабораторії. Учні та послідовники засвоювали не тільки погляди Вундта, але і його манеру поводитися як незаперечний авторитет, деспотичні манери, прийоми читання лекцій і навіть зовнішній вигляд.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. История современной психологии / Пер. с англ. А.В. Говорунов, В.И. Кузин, Л.Л.Царук / Под ред. А.Д. Наследова. – СПб.: Изд-во «Евразия», 2002.- 532с.
2. Копець Л. Класичні експерименти в психології : Навч. посібник / Л. Копець. – К. : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2010. – 283 с.
3. Роменець В. А. Історія психології ХІХ – початку ХХ століття : Навч. посіб. / В. А. Роменець. – К. : Вища школа, 1995. – 614 с.

***В'ячеслав Павлюк,  
науковий керівник – Алла Неурова***

### **Алан Піз – «містер мови тіла»**

Відомий австрійський письменник і психолог, оратор, мотиватор, визнаний фахівець у сфері комунікацій, дослідник мови рухів тіла. Автор багатьох всесвітньо відомих бестселерів навчає читати думки, а отже, передбачати наміри оточуючих по їхнім жестах, міміці та позах.. Всі книги Алана відносяться до області цікавої і практично корисної психології. В останньому пункті полягає одне з головних переваг творів автора, адже закладені в них знання читач може реалізувати відразу після прочитання. Купити книги Алана варто, якщо ви захоплюєтеся сучасною психологією і хочете навчитися краще розуміти людей, їх приховані думки та наміри.

Його неймовірну популярність у багатьох куточках земної кулі ніхто не ставить під сумнів. Книги розходяться по світу десятками мільйонів примірників. Сьогодні Піз – автор 15 бестселерів.

У письменника вчать не тільки підприємці, а й прем'єр-міністри, а також телеведучі і рок-зірки. Знайдеться не одна мультинаціональна

корпорація, яка зобов'язана своїм зростанням його уроків. У багатьох країнах проходять семінари, виступи та консультації. Мільйонам шанувальників знайомі програми, телевізійні шоу з участю автора. Він навіть отримав прізвисько «Містер мову рухів». Бестселер «Мова рухи» Алан Піз створив в першу чергу для себе, що б зафіксувати спостереження за людською природою. Проте, роман неодноразово перевидається з 1980 року і приносить користь всім, хто хоче змінити своє життя.

Трудову діяльність Алан почав хлопчиськом і в 10 років був визнаний кращим продавцем-тінейджером.

Він рано зрозумів, що в діловому світі діють певні правила, дотримуючись яких, можна домогтися успіху. Юний продавець засвоїв одне важливе правило, «потрібно зустрічатися з великою кількістю людей», і неухильно йому слідував. Це принесло перемогу в конкурсі продажів серед підлітків. Він став кращим. Зміг заробити набагато більше інших, переходячи від одного покупця до іншого, не витрачаючи час на вмовляння, а витрачаючи його на пошук нових покупців.

Піз набирался досвіду, успішно займаючись прямими продажами, заробляючи більше своїх колег, і знову визнавався кращим. І це в 18 років. А продажу страхових полісів принесли Алану перший мільйон. Австралія не знала раніше такої молодого людини, який продав поліси страхування на суму понад мільйон.

Його ораторський талант не піддавався сумніву. Своїм досвідом ця велика людина ділився з колегами, проводив для них семінари, різноманітні тренінги. Тепер вже учні, користуючись його знаннями і досвідом, досягали успіху. Наступні тридцять років свої семінари Алан організовує по всьому світу.

Алан зустрів Барбару на початку 1990 року. Через три роки ця жінка стала його дружиною, справжньою музою і підтримкою, а також спів-автором деяких його книг.

Цим прикладом Алан довів всьому світу, що силою волі і цілеспрямованістю особистість може впливати на свою долю навіть у найважчих і трагічних ситуаціях.

Алан і Барбара Піз створили своє видавництво Pease. І сьогодні ця пара – найбільш успішна видавнича група Австралії.

Алан Піз в усьому світі визнається одним з найбільш великих фахівців з психології спілкування. Він володіє даром буквально зчитувати інформацію про співрозмовника. А також допомагає іншим в оволодінні цим мистецтвом.

«Відповіді в питаннях» навчить отримувати від співрозмовника потрібну відповідь, по-перше, за допомогою правильно поставлених запитань, а по-друге, правильно прочитавши знаки рухів тіла.

«Мова письма» може стати незамінною книжкою для того, хто за родом своєї діяльності займається викладом думок на папері або на клавіатурі комп'ютера.

«Мова розмови» буде корисною і навчить правильно трактувати думки партнера, відокремлювати елементарну ввічливість, розуміти невербальні сигнали, уважно слухати, що допоможе стати вам «майстром розмови».

«Як писати так, щоб було зрозуміло всім!» Дозволить досягти висот у мистецтві листування, і ділової, і особистої. Навчить ясному викладу думок, щоб вони були зрозумілі тому, хто їх читає.

Барбара допомогла у створенні деяких книг. Серед них бестселер №1 (автори Барбара і Алан Піз) «Мова взаємовідносин. Чоловік і жінка».

У своїй книзі Алан Піз («Мова рухів тіла») вчить довіряти тільки жестам. А він знає, про що говорить. Рухи тіла говорять про людину багато, навіть те, що ретельно приховує співрозмовник. Видасть агресію, невпевненість, бажання обдурити. Рекомендації автора допоможуть вам зрозуміти мову тіла іншої людини, стати справжнім майстром спілкування. Але книга навчить розуміти і мову свого власного тіла.

Мова тіла – нова мова. Вивчивши його, людина пізнає незвідане, стане по-новому сприймати людей. Про думках і почуттях співрозмовника йому можуть розповісти поза, міміка і жести. Це знання дозволить впевнено себе почувати навіть в незнайомій обстановці, а серед знайомих і близьких розуміти, що вони реально відчують і думають.

Знаючи і розуміючи мову жестів, людина може побачити багато нюансів свого сімейного життя. Важко обдурити жінку, яка читає по очах, дізнаючись ретельно зберігаються чоловічі таємниці. І такою здатністю розуміти невербальні сигнали вона наділена від народження.

У своїй книзі Алан Піз про чоловіків і жінок говорить багато, особливо про взаємини між ними. Він абсолютно чітко позначає характер взаємин пари, тільки спостерігаючи за тим, як вони цілуються, коханці це або сторонні люди, які таким чином вітають один одного зі святом.

Він змушує читача замислитися, висловлюючи абсолютно неймовірну думку про усмішку, як символі загрози, і про те, що тільки доброзичливі жести надають усмішці доброзичливість.

Пізніше на основі цієї суперпопулярної книги Алан з Барбарою видали «Нова мова рухів тіла». Як «навчальних посібників» тут були використані фотографії знаменитостей і розшифровані всі їх жести.

Це видання стало бестселером, що розійшлися по світу тиражем, що перевищує 20 мільйонів примірників.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Алан і Барбара Піз. Мова жестів. – К., 2009, 320 с.
2. Іржі Томан. Мистецтво говорити. – К., 2000, 190 с.

*Христина Свинар,  
науковий керівник – Алла Неурова*

### **Пол Екман та «Теорія брехні»**

Пол Екман (англ. Paul Ekman; народився 15 лютого 1934 року) — американський психолог, професор Каліфорнійського університету у Сан-Франциско, визнаний спеціаліст у сфері психології емоцій, міжособистісного спілкування, психології та розпізнавання брехні.

Відомий американський письменник і психолог, визнаний фахівець у сфері розпізнавання брехні. Ця людина стала натхненником і консультантом серіалу «Обдури мене». Всі книги Пола Екмана відносяться до області цікавої і практично корисної психології. В останньому пункті полягає одне з головних переваг творів автора, адже закладені в них знання читач може реалізувати відразу після прочитання. Купити книги Пола Екмана варто, якщо ви захоплюєтеся сучасною психологією і хочете навчитися краще розуміти людей, їх приховані думки та наміри.

Під час дослідження, що проводилось Екманом у племені Фор в Папуа Новій Гвінеї, запропонував список базових емоцій. Він помітив, що представники цієї ізольованої культури можуть точно визначити емоції людей, що належать до незнайомої культури, зображених на світлинах. Можна зв'язати емоції обличчя з навколишньою ситуацією. Узагальнюючи результати досліджень, Екман зробив висновок, що базові емоції універсальні для всіх людей. Список базових емоцій, які запропонував Екман (1972): гнів, огида, страх, щастя, журба, здивування.

Проте в 1990 Екман розширив список базових емоцій, ступенів позитивності та негативності емоцій. Не всі ці емоції висловлюються лицьовими м'язами. Оновлений список емоцій: забава, зневага, вдовolenня, збентеження, хвилювання, провинність, гордість за досягнення, полегшення, задоволення, сенсорне задоволення, сором.

Як дослідник, Доктор Екман твердо ввів правило, за яким він і його співробітники не будуть коментувати державних службовців, займати державні посади, брати участь у судових процесах.

Майбутній професор Каліфорнійського університету народився в 1934 році в США, вчився в Чикаго і Нью-Йорку. Найбільшу популярність йому принесли дослідження в області невербального спілкування і поведінки людини, в рамках яких автор вивчав і класифікував жести і міміку в певних емоційних станах. Завдяки цьому він вважається одним з найвпливовіших психологів в світі, а також входить до списку 100 найбільш впливових людей за версією популярного журналу Time.

Своє вивчення мікрорухів людини при певних почуттях і емоціях психолог почав в 1950-х роках, головним чином концентруючи увагу на жестах. У 1965 році автор отримав грант від уряду США, завдяки чому почав вивчати ще й різні вирази обличчя. Для підтвердження даних він вивчав сучасних людей різних професій і національностей, а також представників ізольованих племен. Дослідник підтвердив старе припущення Дарвіна про те, що за певних емоційних станів вираз обличчя у всіх людей однаковий, незалежно від їх культурної приналежності.

До вивчення брехні Пол Екман прийшов в 1967 році. Об'єктами послужили пацієнти психіатричних закладів, спрямовані на лікування в зв'язку зі спробами самогубства. А предметом – визначення брехні, коли ті говорили, що дуже шкодують про скоєне і ніколи більше не збираються повторити це.

Ймовірно, багато хто бачив американський серіал «Lietome». Серіал розповідає про команду суперпрофесійних психологів, що займаються розслідуваннями самого різного роду: від шлюбних справ до упіймання маніяка-вбивці. Об'єднує ці розслідування тільки одне: завжди потрібно виявити брехуна, дізнатися в чому він бреше, що приховує – і тим самим вирішити справу. Саме розпізнавання брехні – професійна область героїв серіалу, саме для вирішення цього завдання їх наймає ФБР, поліція, пожежники і багато інших.

Однак, мало хто бачили серіал знають, що у доктора КелаЛайтмана, головного героя, блискуче виконаного Тімом Ротом, є цілком реальний прототип – видатний психолог, професор Каліфорнійського Університету Пол Екман. Маніпуляції, мікровирази, техніки виявлення брехні, настільки яскраво демонструються в кожному епізоді, стали відомі саме завдяки багаторічним дослідженням доктора Екмана і його колег.

Коли з'явився серіал «Теорія брехні» його тут же почали порівнювати з «Доктором Хаусом». Порівняння це, на мій погляд, не зовсім коректно: так, теми-слогани близькі, але якщо в «Хаусі» привабливий насамперед сам Хаус, то в «Теорії брехні» привертає перш за все інформація про виявлення брехні. Адже кожен хоче залишитися нерозкритим при обмані і водночас не стати жертвою самому. І серіал пропонує можливість навчитися цьому. Можливість ця, зрозуміло, ілюзорна. Так само як по «Хаусу» неможливо навчитися медицині, так і навчитися виявлення брехні не можна по «Lietome». Але і по книзі Екмана теж навряд чи, хоча вона і написана перш за все для верифікаторів, «ловців брехні».

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Екман П. Теорія брехні — Країна мрій, 2012—320 с.
2. Психологія 101: факти, теорія, статистика, тести й таке інше! : Клуб Сімейного Дозвілля; Харків; 2016.

*Віктор Сіткар*

### **Біографічний нарис про автора першої і поки єдиної в Україні психологічної енциклопедії**



Олександр Максимович Степанов

Олександр Степанов народився 6.10.1937 в с.мт. Комишня Миргородського району на Полтавщині в сім'ї службовців. Після звільнення Полтавщини від фашистів в 1944 році поступив у 1-й клас Комишнянської початкової школи і в 1954 році закінчив 10-й клас Комишнянської середньої школи №1. 1954 року вступив на фізико-математичний факультет Полтавського педагогічного інституту імені В.Г. Короленка, який у 1959 році закінчив з відзнакою.

Після закінчення інституту одержавши кваліфікацію учителя математики і фізики середньої школи був направлений на роботу в середню школу №3 м. Миргорода Полтавської області, де працював з 15 серпня 1959 року по 01 жовтня 1959 року. З жовтня 1959 року по серпень 1961 року перебував на дійсній службі в Радянській армії (м. Кандалакша, Мурманської області). Мав військове звання старший лейтенант запасу.

Після демобілізації з вересня 1961 року по серпень 1963 року працював вчителем математики IX–XI класів в Опішнянській СШ РМ Полтавської області. З 1963 року одружений. Має дочку Людмилу 1965 року народження, яка нині працює та проживає у м. Києві. З серпня 1963 по липень 1969 року працював спочатку асистентом, а потім викладачем кафедри математики Кременецького педагогічного інституту, що на Тернопільщині, а після переїзду інституту в м. Тернопіль продовжував працювати на тій же посаді в Тернопільському педагогічному інституті до листопада 1971 року.

З 1 листопада 1971 року був зарахований аспірантом Науково-дослідного інституту психології УРСР, де і навчався до листопада 1974 року. Після закінчення аспірантури одержав призначення на кафедру педагогіки і психології Тернопільського державного педагогічного інституту У 1975 році захистив кандидатську дисертацію і працював на кафедрі педагогіки і психології спочатку старшим викладачем, а потім доцентом кафедри [2].

У 1983 році вперше організував кафедру психології, якою завідував до листопада 1988 року. З тих пір й до 2010 року – доцент кафедри психології. Проте, доля його ніколи не розводила з фізико-математичним факультетом, бо незмінно працював на цьому факультеті ТНПУ ім. Володимира Гнатюка. Викладав спочатку дисципліни математичний аналіз, а пізніше загальну психологію, вікову та педагогічну психологію. До того ж викладав методи математичної статистики, методологічні проблеми психології для спеціальності «Психологія», «Практична психологія» для студентів психолого-педагогічного факультету (з 2009 року це психолого-педагогічне відділення факультету педагогіки і психології ТНПУ ім. Володимира Гнатюка). Має понад 70 наукових та науково-методичних публікацій.

Є автором ряду навчальних посібників з психології для педагогічних університетів. Олександр Максимович – автор першої і поки єдиної психологічної енциклопедії в Україні (206 рік). Основні його праці:

1. Основи психології і педагогіки (у співавторстві з М.М. Фіцулою) витримала три видання – 2003 рік (2006, 2007 рік).

2. Психологічна енциклопедія – 2006 рік.
3. Методологічні й теоретичні проблеми психології – 2007 рік.
4. Педагогічні психологія – 2010 рік.

12 січня 2019 року на Фейсбук-сторінці Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка є допис, що на 82 році життя помер колишній викладач ТНПУ Олександр Степанов. «З сумом повідомляємо про смерть Олександра Максимовича Степанова – нашого колеги, науковця, викладача, доброго друга та наставника, чиє життя з 1963 р. було тісно пов'язане з нашим університетом...», – йдеться у повідомленні.

Ця звістка приголомшила та засмутила тих, хто знав пана Олександра. У коментарях його колишні студенти залишили чимало добрих слів про цю людину:

Анна Ф.: «Вічна йому пам'ять! Дуже гарний викладач був. Завжди любила його пари...».

Ірина П.: «Вічна пам'ять! Викладач з енциклопедичними знаннями, пам'ятаю лекції Олександра Максимовича, які я встигала конспектувати з великою швидкістю (вони схожі на кардіограму серця), а розв'язувати задачі з математичної статистики на першість було дуже цікаво! Приємні спогади... Нехай з Богом спочиває!» [1].

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Відійшли у вічність двоє колишніх викладачів тернопільського педагогічного університету [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ternopoliany.te.ua/zhittya/32553-vidiishly-u-vichnist-dvoie-kolyshnykh-vykladachiv-ternopilskoho-pedahohichnoho-universytetu>
2. Психологія у наших серцях. Кафедра практичної психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка: 20 років становлення (1998–2018 рр.). Автори –упорядники Г.К Радчук, З.М. Адамська, І.П. Андрійчук, О.М. Воронкевич, С.В. Чопик, М.М. Шпак. – Тернопіль: ТНПУ, 2018. – С.121.

*Іван Сорич,  
науковий керівник – Лариса Руденко*

### **Проблема формування самооцінки особистості в теорії У. Джемса**

Американський психолог У. Джеймс (1842-1910) вважав, що самооцінка людини виявляється у самовдоволення і невдоволенні собою. Самолюбство психолог відносив до вчинків, до яких переважно відносять



відому групу дій, а не відчуттів. Обидва види самооцінки мають, на його думку, достатній запас синонімів у мові. Так, з одного боку, це гордість, самовдоволення, зарозумілість, метушливість, самопізнання, марнославство; з іншого – скромність, приниженість, ніяковість, невпевненість, сором, розкаяння, усвідомлення власної ганьби і відчай.

Зазначені два протилежні класи почуттів є безпосередніми, первинними дарами нашої природи. Представники асоціанізму скажуть, що це вторинні, похідні явища, що виникають внаслідок швидкого усвідомлення почуттів задоволення і невдоволення, до яких ведуть сприятливі або несприятливі для людини душевні стани. Причому сума приємних уявлень дає самовдоволення, а сума неприємних – протилежне почуття. Без сумніву, під час почуття задоволеності собою ми охоче перебираємо в думках усі можливі винагороди за наші заслуги, натомість, зневірившись у собі – передчуваємо нещастя. Але просте очікування нагороди ще не є самовдоволенням, а передбачення нещастя не є відчаєм, бо в кожного з нас є ще певний постійний середній тон самопочуття, який абсолютно не залежить від наших об'єктивних підстав бути задоволеними або незадоволеними.

Отже, людина, що живе в несприятливих умовах, може перебувати в незворушному самовдоволенні, а людина, яка викликає загальну повагу та є успішною й забезпеченою, може до кінця життя відчувати зневіреність у своїх силах.

Із цього приводу У. Джеймс писав, що нормальним збудником самопочуття є для людини її сприятливе чи несприятливе становище у світі – її успішність чи навпаки. Людина, що завдяки власним силам завжди досягала успіху, особистість з високим суспільним статусом, забезпечена матеріально, оточена друзями, користується славою, може буди схильна до грізних сумнівів, або буде ставитися до власних сил з недовірою. Натомість, особа, що потерпіла кілька невдач поспіль, занепадає духом на половині життєвого шляху, надто переймається невпевненістю в собі та відступає перед спробами, які не витримують її сили [2, с. 48].

Почуття самовдоволення і приниження належать до одного роду – їх можна вважати первинними видами емоцій поряд, наприклад, із гнівом і болем. Кожне з них своєрідно відбивається на нашій фізіогномії. При самовдоволенні іннервуються розслабляючі м'язи, очі набувають впевненого виразу, хода стає бадьорою і трошки похитуваною, ніздрі розширюються, і своєрідна усмішка сяє на губах.

Уся сукупність зовнішніх тілесних виразів, за Джеймсом, у найбільш крайньому прояві спостерігається у мешканців будинків божевільних, де завжди можна знайти осіб, буквально схиблених на власній величі; їхня самовдоволеність зовнішність і хода становлять сумний контраст із повною відсутністю всіляких особистих людських переваг. У цих же «замках відчаю» зустрічається яскравий зразок протилежного типу – добряка, який уявляє, що скоїв смертний гріх і навіки занепасив свою душу. Це тип приниженого, що ухиляється від сторонніх спостережень, не сміє голосно говорити і дивитися прямо в очі. Протилежні почуття, подібні до страху і гніву, при аналогічних патологічних умовах можуть виникати без будь-якої зовнішньої причини. Із щоденного досвіду відомо, якою мірою барометр нашої самооцінки і довіри до себе піднімається і падає залежно від чисто органічних, а не від раціональних причин. Причому ці зміни в наших суб'єктивних свідченнях нітрохи не відповідають змінам в оцінюванні нашої особистості з боку друзів [3, с. 79], – писав У. Джеймс.

У. Джеймс відомий в психології як творець однієї з перших теорій особистості. Одним із її ключових положень є виокремлення в структурі особистості такого важливого феномена, як самооцінка. За Джеймсом, вона складається із самоповаги особистості, її домагань і зовнішнього впливу, а саме успішності у здійсненні домагань [4, с. 315].

Історичне значення розуміння У. Джеймсом особистості людини полягає в тому, що, він створив одну із перших в історії психології теорію особистості, яку розглядав з точки зору її духовної сутності, джерела власного саморозвитку. Теорія особистості У. Джемса мала серйозний вплив на погляди прихильників екзистенціалізму і відповідно на створення ними своїх екзистенційних теорій особистості [5, с. 14].

Зважаючи на викладене, самооцінка людини безпосередньо залежить від її емоційного стану, актуального в тій чи іншій життєвій ситуації. Структура самооцінки за Джеймсом є досить простою, і водночас змістовною. Вважаємо, що самооцінку людини формують не лише якісь великі досягнення, але й дрібниці, які безпосередньо приносять нам задоволення.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Галустова О. В. Шпаргалка по історії психології: навч. посіб. Київ: ТК Велби, 2005. 48 с.
2. Гевин У.В. Понятие «смутности» в философии У. Джемса, Запоріжжя: Вопросы философии, 1996. 79–91с.
3. Джеймс У. Первоосновы психологии. 1981. – С. 14
4. Джемс У. Поток сознания // Психология. – М.: Педагогика, 1991. 56–80 с.

5. Озадовська Л. В., Поліщук Н. П., Шинкарук В. І., Покаржевська О. І Філософський енциклопедичний словник : навч. посіб. Київ : Абрис, 2002. — 742 с.
6. Рассел Б.А Введение в философию, навч. метод. посібник Київ: Талком, 2000. 315 с.

*Світлана Тимінська,  
науковий керівник – Андрій Цюприк*

### **Психічне здоров'я й особистісні особливості розвитку дитини у працях Джона Боулбі**

Англійський психолог Джон Боулбі здобув популярність в нашій країні лише в останні роки завдяки виходу його тритомника «Прихильність і втрата», а також публікації його знаменитої роботи «Створення та руйнування емоційних зв'язків». Ці класичні праці англійського психолога були написані багато років тому і мали великий вплив на становлення сучасної психології розвитку. Сьогодні, коли його ідеї і відкриття стали доступні і нам, настав час детальніше ознайомитися з історією життя цієї людини і його внеском в психологічну науку.

Едвард Джон Мостін Боулбі народився в Лондоні 26 лютого 1907 року. Слідуючи по стопах батька, він почав свою професійну освіту з вивчення медицини в Кембриджському університеті, проте вже на третьому курсі змінив спеціалізацію, відчувши інтерес до психології. Після закінчення університету в 1928 р Боулбі почав працювати в школах закритого типу для дітей з різного роду емоційними і поведінковими порушеннями. Отриманий в цей період досвід роботи з важкими дітьми справив на Боулбі сильне враження і остаточно визначив головний напрямок його наукових інтересів – вплив ранніх років життя дитини на його подальший розвиток, психічне здоров'я і особистісні особливості. Поступово він прийшов до висновку, що, приділяючи основну увагу дитячим фантазіям, які нібито виражають лібідозні і агресивні спонукання, психоаналіз недооцінює, а то і зовсім ігнорує вплив на дитину подій реального життя.

Виходячи з гіпотези про те, що порушення в поведінці дитини виникають в значній мірі під впливом порушень батьківсько-дитячих відносин, Боулбі звернувся до вивчення особистості малолітніх злочинців. Уже в своїх ранніх дослідженнях він знайшов переконливі підтвердження даної гіпотези.

Боулбі порівнював неповнолітніх злодіїв з їх благополучними однолітками. Зіставляючи ці вибірки, Боулбі знайшов між ними одну принципово

значущу відмінність. Виявилося, що діти, які не схильні до правопорушень, з народження були оточені батьківською турботою і мали безперервні позитивні емоційні контакти з матір'ю. На думку Боулбі, цей фактор (або його відсутність) виявився вирішальним у особистісному розвитку.

У 1951 р. побачила світ найвідоміша книга Боулбі – «Материнська турбота і психічне здоров'я», в якій зібрані результати проведених досліджень. Спираючись на дані своїх спостережень, а також на дослідження Спітца, Голдфарба і інших, Боулбі зробив висновок: дитина в ранньому віці має виховуватись в атмосфері емоційної теплоти і стійких емоційних зв'язків, які для обох представляють джерело задоволення і радості. Ситуація, при якій дитина страждає від порушення такого емоційного зв'язку, серйозно підриває психічне здоров'я. Спотворення психічного розвитку можуть бути різною мірою важкими, а часом і непоправними.

Отже, Боулбі протиставив психоаналітичним концепціям своє розуміння прихильності і етологічний підхід, який доводить, що вже у тварин є безліч реакцій, які з моменту своєї появи незалежні від органічних потреб, – їх функція полягає в здійсненні соціальної взаємодії з батьками чи іншими представниками свого виду. Підхоплюючи і переносячи цю думку на розвиток немовляти, Боулбі надавав визначальне значення тим спостереженням, які показували особливий характер реакцій дитини на людське обличчя, голос, фізичний контакт, ласку та інші форми соціальної взаємодії. Боулбі підкреслював їх самостійний характер, що ніяк не пов'язаний із задоволенням фізіологічних потреб.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Э. Д. М. Боулби // Психология: Биографический библиографический словарь / Под ред. Н. Шихи, Э. Дж. Чепмана, У. А. Конроя. СПб.: Евразия, 1999.
2. Крейн У. Боулби и Эйнсуорт о человеческой привязанности // Журнал практической психологии и психоанализа 2002. № 1.
3. Бурменская Г. Б. Проблемы онто- и филогенеза привязанности к матери в теории Джона Боулби // Журнал практической психологии и психоанализа 2003. № 1.

*Андрій Цюприк*

### **М. О. Максимович про вираження душі та повноту людського існування**

Розвиток психологічної думки в Україні в ХІХ – на початку ХХ століть має дві очевидні особливості: перша – що даний період співпадає

з оформленням психології як самостійної науки, її становленням; друге – всі вчені, про яких буде мова в цьому параграфі, одночасно є і українськими і російськими вченими.

Максимович М.О. (1804-1873 рр.). Вчений, педагог, просвітник. Максимович – перший ректор Київського університету св. Володимира, вчений універсального поклику, що бачив людину і світ насамперед через мову і цим підійшов до побудови наукового і водночас поетичного світогляду, в якому переважають психологічні мотиви.

Він походить зі старовинного українського дворянського роду, багато представників якого, брали активну участь у громадському, політичному й культурному житті України. Максимович здобув багатогранну університетську освіту). З величезного доробку вченого відібрано матеріали для тритомного видання. Крім природничих наук, Максимович приділяв увагу проблемам етнографії (з етнопсихологією). Він виступав захопленим, глибокодумним психологом.

Вчений говорив, що людину піднесено над усіма земними істотами завдяки її безсмертній душі, нею вона відрізняється і тому далека від тварин, як небо від землі. Адже у тварин душа тільки жива – чуттєва й земноводна; в людині ж самим Богом натхненна, вона є сам образ Божий. Маючи таке високе походження і подібність, душа наша успадкувала й вільну, творчу діяльність. Тому душа з необхідністю потребує виражати себе, виявляти своє внутрішнє життя. Адже і будь-яке життя в світі прагне виявити себе.

Людська душа наділяється трьома основними способами виражати своє внутрішнє, особисте життя. По-перше, вона виражає себе в образах, що мають просторове визначення. Ці образи є двох видів: або вони тілесні (пластичні), що наповнюють простір речовиною своєю, що визначаються опуклостями і западинами, відчутними для зору та дотику; такими є твори мистецтва, що називаються різьбярство (скульптура), будівництво (архітектура); або ж образи бувають безтілесні (оптичні), тільки видимі в просторі, в яких замість речовинної маси – світло, тіні та кольори, це є картинні твори живопису.

Другий спосіб виражати душу більш таємничий, відбувається в просторі і часі тільки невидимим рухом повітря і відчувається слухом – це звуки, якими володіє музика.

Кожним з цих способів людина вже виразила багато таємниць душі своєї, однак ці способи однобічні й не можуть служити для вираження душі сповна. Тут ключ до пафосу наукових досліджень Максимовича – повнота людського існування. Так, музика своїми звуками приводить у

рух найпотаємніші глибини серця, звуками, яких одних тільки й хоче душа в якісь хвилини, адже часто одні лише звуки – летючі, безмежні, невидимі – можуть заспокоїть душу в сумі земного буття. Незважаючи на це, музика майже нічого не говорить нашій уяві навіть присилує її. Навпаки, живопис, різьбярство дуже впливають на уяву своїми образами, хоча залишають майже недоторканими музичні струни людської душі.

Слово є третій – найповніший, власний і найближчий душі спосіб її вираження, в якому немає однобічності ні образу, ні звуку, але в якому обидва злиті в досконалі природні єдність і цілісність.

Слово є звук: так само чується, як звук музичний, але воно не полягає тільки в простій зміні тонів: це властиве тільки музичності слова. Воно є звук органічний, членоскладний, або членороздільний. Через таку визначеність голосних і приголосних, їх чергування слово набуває дивної зображувальності. Воно, діючи на душу, як звук музичний, водночас уявляється їй як певний образ. У зв'язку з цим Максимович зауважує, що слово малює звуками.

Злиття звуку та образу в слові він уподібнює злиттю світла і тепла у вогні. І як вогонь гріє і світить, так слово здатне виражати почуття й світло думки, збуджувати їх в іншій людині і, таким чином, бути істинним полум'ям переконання. І як у світлі фізичному є стихія визначальна й первородна, з якої все утворилося і в яку все тлінне повертається, так за допомогою слова зберігається просвіта людства, підтримується порядок держави, приватне життя суспільства. Через слово ми піднімаємося до того, хто дав нам слово разом з життям і світлом. Із чистого, всемогутнього первородного й було породжено світ з його образами і звуками.

Полум'я є символ слова: і дар вищого пророчого слова сховався з небес на Апостолів у вигляді полум'яних язиків. Вся наша природа є велика майстерня, де безліч видів життя. Те саме Максимович говорить про звуки, які можуть бути одушевлені. З усіх істот на землі Бог обдарував словом тільки людину як образ і подобу свою, як істоту, котрій даровано душу безсмертну й розумну. Душа й слово живуть разом, складаючи в людині божественні властивості.

Таким чином, Михайло Олександрович Максимович – український природознавець, філософ, педагог, психолог, історик. Йому належить ідея індивідуальної творчості як неповторного вираження психіки людини, що підносить “душу” і “слово” до божественних рис.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Максимович М.О. У пошуках омріяної України : Вибрані українознавчі твори. К., 2003.
2. Максимович М.О. Вибрані твори. / Упоряд., вступ. ст. В.Короткого. К., 2004.
3. "Я син свого народу". Наукова спадщина Михайла Максимовича (До 200-річчя з дня народження вченого): Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. [14-15 жовтня 2004 р., Переяслав-Хмельницький]. К., 2005.



## Розділ 2

### Провідні напрями психології, їх сучасний стан і перспективи

*Інна Бондар,  
науковий керівник – Ольга Баклицька*

#### Агресивність у структурі особистості студента закладу вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю

Предметом дослідження є агресивність у структурі особистості студентів вищих навчальних закладів фізкультурно-спортивного профілю. Завдання дослідження: проаналізувати літературні джерела з проблеми агресивності, як властивості особистості; експериментально дослідити рівень сформованої агресивності у студентів факультету фізичної культури і спорту та розробити методи її психокорекції.

Порівняно з іншими видами діяльності, у спорті принципово присутня висока психічна напруга, без якої неможливі високі спортивні результати. Психічна напруга, як правило, пов'язана з поняттям агресивності, як властивістю особистості та її акцентуацією. У зв'язку з чим при діагностиці індивідуально-психологічних якостей особистості, велику увагу потрібно приділяти дослідженню агресивності, як риси індивіда, від якої залежить успіх спортивної діяльності та професійна придатність, що і явилось метою нашої роботи.

У сучасний період досліджується природа агресії, чинники, що впливають на її прояв, зв'язок з потребами, пізнавальними та емоційними процесами, соціальними умовами. [1; 2; 3; 4].

У нашому дослідженні діагностика агресивності здійснювалася за допомогою методики А. Басса та А. Дарки [5]. Визначались показники фізичної, вербальної, непрямой агресії, негативізм, роздратування, підозрілість, образа та почуття провини.

В експерименті брали участь студенти другого курсу факультету фізичної культури і спорту ЛДУФК, загальною кількістю – 54 особи.

Серед обстежуваних – 53.6% жінок та 44.4% чоловіків. Психодіагностиці підлягали представники таких видів спорту: хореографії (24% від вибірки в цілому), футболу (24%), легкої атлетики (10%), фехту-



вання (10%), волейболу (7%), боксу (8%), важкої атлетики (5%). У меншій кількості були обстежені дзюдоїсти та каратисти. Серед респондентів є МС. КМС, та студенти, що мають розряди.

Аналіз отриманих даних свідчить, що в структурі особистості студента діагностовано всі види агресивності. Так по вибірці в цілому високий рівень агресії встановлено у 37% обстежених, середній у – 45% респондентів, низький у – 18%. При цьому більшу фізичну агресію проявляють чоловіки, ніж жінки. Так високий рівень агресивності у 2 рази частіше фіксуються у чоловіків, низька фізична агресія частіше проявляється у дівчат. Встановлена також різниця у рівнях агресивності спортсменів, що займаються різними видами спорту. Так найбільш високий рівень агресивності за сумарним показником зафіксовано у футболістів.

Агресивність, як властивість нервової системи, є вродженою, стійкою, консервативною ознакою індивідуальності. Вона займає одне з основних місць у структурі особистості, що впливає на успішність спортивної діяльності.

Високий рівень агресивності визначає працездатність спортсмена, його психічний стан, що дозволяє досягнути значної ефективності виступу на змаганнях, навіть при дії стресогенних факторів. У таких спортсменів є схильність до локалізації контролю, приписування своїх дій і вчинків зовнішнім обставинам, незалежність, невміння адаптуватися до колективу, висока конфліктність та неврівноваженість. Фізична агресія, спрямована проти іншого суб'єкта, або об'єкта, як правило, передбачає використання сили, в тому числі у видах спортивної діяльності, де існує прямий жорсткий контакт, ця форма агресивності необхідна.

Рівень агресивності впливає на індивідуальну манеру поведінки людини. Так спортсмени, у яких домінує високий рівень агресивності надають перевагу атакуючому стилю поведінки, мають низьку тривожність, наполегливістю в досягненні поставленої мети, прагненням до суперництва, добре розвинутими вольовими якостями.

Індивідуальна манера поведінки низькоагресивних спортсменів характеризується невпевненістю, більш високою тривожністю, недостатньою активністю у досягненні цілей, частішими захисними реакціями, контратакуючими діями, домінуванням мотиву уникнення невдачі.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Психология. Словарь/ Под. общ. ред. А. В. Петровського, М. Г. Ярошевського. – 2-е. узд. исп. и доп. – М.:, 1990. – 494с.

2. Слободенюк Л. І. Психологічний супровід у школі: мета, завдання, функції/ Л. І. Слободенюк // Шкільному психологу. Усе для роботи, – 2009. – №10(10). – С. 2-5
3. Словарь психолога-практика (Сост. С. Ю. Головин. – 2-е изд. перераб. и доп. – Мн.: Харвест, 2005. – 976с. – Библиотека практической психологии).
4. Слюсарев Ю. В. Психологическое сопровождение как фактор активизации саморазвития личности: Автореф. дис. канд.. психол. наук: 19.00.01. / Ю. В. Слюсарев. Санкт- Петербург. гос. ун-т. С. Пб., 1992. – 16с.
5. Баклицька О. П. Психодіагностика. Психологічний практикум [Текст]: навч. посібн. / Баклицька О. П., Баклицький І. О., Сірко Р. І., Слободяник В. І. – Львів: СПОЛОМ, 2015.- 464 с.: іл., табл.

*Лілія Годій,  
науковий керівник – Роксолана Сірко*

### **Особливості макіавеллістичних тенденцій у майбутніх психологів**

У зв'язку із стрімкими тенденціями розвитку сучасного суспільства все частіше виникає інтерес багатьох науковців до такого психологічного поняття як макіавеллізм. Актуальність аналізу цього феномену полягає в дослідженні передумов формування, факторів розвитку, профілактики та методів психокорекції особливо на етапі професійної підготовки майбутніх фахівців, що працюватимуть у системі «людина – людина». Популярні тенденції щодо схвалення та повного прийняття маніпулятивної поведінки, надмірний прояв агресивності, жорстока конкуренція сприяють реалізації та прояву свого маніпулятивного потенціалу в міжособистісній взаємодії, а згодом і в професійній діяльності.

На думку дослідників [3, с. 16], макіавеллізм – це особистісна риса, що характеризується маніпулятивністю та використанням інших людей задля власної мети, цинічним поглядом на людську природу та відсутністю емпатії. Вивченню даного явища завдячують працям італійського політичного мислителя, історика, письменника Ніколло Макіавеллі.

Професія психолога характеризується постійною взаємодією з іншими та має на меті надання необхідної допомоги щодо актуальних переживань клієнта та його запиту. Для того щоб сумісна праця між психологом і клієнтом була конструктивною, на Першому Установчому з'їзді Товариства психологів 20 грудня 1990 року в м. Києві було прийнято Етичний кодекс психолога. Цей нормативний акт є гарантом високопрофесійної, гуманної, високоморальної діяльності психологів України та містить сукупність

етичних норм, правил поведінки, що склалися у психологічному співтоваристві й регулюють його життєдіяльність [2]. У цьому документі чітко наголошується, що психологи не повинні пригнічувати особистість клієнта та маніпулювати ним, а тим більше застосовувати маніпулятивні методи задля отримання прихильності і прибутку.

Комітет США з підготовки майбутнього психолога-консультанта виділили такі професійно важливі характеристики, як чуттєвість, об'єктивність, гнучкість, емпатійність, відсутність власних серйозних проблем. Відповідно перешкоджаючими рисами особистості є авторитарність, пасивність, залежність, схильність використовувати клієнта для задоволення власних потреб, нетерпимість до клієнта, орієнтація виключно на матеріальне забезпечення. Звідси, дослідження такої особистісної характеристики як макіавеллізм у майбутніх психологів є дуже важливим, а особливов юнацькому віці, що припадає якраз на період навчання та інтенсивне опановування професії. Саме в юнацькому віці завершується формування базової системи цінності особистості, тому такі передумови розвитку до макіавеллізму, як несформованість рефлексії, несамотійність, незавершений розвиток «Я-концепції», підвищена емоційність, некритичність мислення, тривожність, проблеми із самооцінкою, егоцентризм, перекладання своєї вини на інших слід враховувати на етапах професійного становлення.

С. Братченко стверджував, що маніпулятивна тенденція в майбутніх психологів починає формуватися протягом навчання, коли вони вивчають деякі маніпуляційні техніки поведінкою людини [1]. Звідси, існує висока ймовірність, що така стратегія може стати з часом найбільш сприйнятливою та перетвориться на звичайну форму поведінки. Також було виявлено, що студенти з високим рівнем макіавеллізму демонструють нижчі знання та недостатню фахову підготовку [4]. У подальшому, коли молодий спеціаліст розпочинатиме професійне життя, висока схильність до маніпулювання негативно впливатиме на ефективність роботи організації, може призвести до невдоволеності працівника своєю професійною діяльністю.

В. Шейнов [6] виявив, що схильні до маніпулювання студенти гірше вчаться, відповідно входять у професійне життя недостатньо хорошими спеціалістами, поширюють «дух макіавеллізму» у фахове середовище, що може негативно вплинути на ефективність їхньої продуктивності та роботи. Окрім того, як зауважила О. Прокоф'єва [4], маніпулятивні взаємини, розбудовані схильними до маніпулювання студентами, небез-

печні для розвитку їхньої особистості загалом, адже вони здатні обмежувати особистісне зростання, спричиняти відчуженість до оточення, що в майбутньому продукує певну низку наслідків. Отже, стійке прагнення до маніпулювання іншими людьми може забезпечити маніпулятору отримання бажаного результату, але разом з цим у подальшому призводить до численних особистісних та соціальних проблем.

Дослідниця О.Сидоренко зазначає, що більшість людей свідомо розвивають в собі схильність до маніпулювання, так як через отриманий негативний досвід в отриманні успіху конструктивними методами, втратили надію ще в дитинстві. Відповідно, коли в людини вийде досягнути своєї мети за допомогою маніпуляції, то вона отримавши бажаний результат, повторюватиме таку модель поведінки й надалі [5].

З метою визначення рівня макіавеллізму в майбутніх психологів, ми провели експериментальне дослідження, у якому взяли участь студенти спеціальності 035 «Психологія», що на даному етапі свого професійного становлення планують працювати за своїм фахом. В експерименті взяли участь 60 студентів Львівського державного університету безпеки життєдіяльності (27 осіб з другого та 33 особи з третього курсів). Для виявлення загального рівня схильності до маніпулювання ми використали методику «Опитувальник дослідження макіавеллізму особистості» Р. Крісті та Ф. Гейз, в адаптації В. Знакова. Відповідно до одержаних результатів високий рівень макіавеллізму характерний для 20 респондентів, що становить 33,3% вибірки, відповідно низький притаманний 40 особам, тобто 66,7%.

Особа із високим рівнем макіавеллізму характеризується, як егоїстичні, амбіційні, направлені на досягання цілей, а не на взаємодію з іншими. Вони здатні визначати слабкі місця інших людей та користуватись цим, обрати необхідну лінію поведінки для здійснення успішної маніпуляції. Осіб з низьким рівнем макіавеллізму описують, як сентиментальних, нерішучих, боязливих та піддатливих до зовнішнього впливу. Отже, на нашу думку, наявність 33,3% респондентів, схильних до маніпулювання, а саме майбутніх психологів потребує певних психокорекційних заходів, якщо вони планують працювати за спеціальністю.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Братченко С.Л. Экзистенциальная психология глубинного общения М.: Смысл, 2001. 197 с.
2. Етичний кодекс психолога [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [https://upsihologa.com.ua/etychnyi\\_kodeks\\_psyhologa.html](https://upsihologa.com.ua/etychnyi_kodeks_psyhologa.html)

3. Знаков В.В. Макиавеллизм: психологическое свойство личности и методика его исследования / В. В. Знаков // Психологический журнал. – 2000. – № 5. – С.16–22
4. Прокоф'єва О.О. Психологічні умови запобігання маніпулятивним міжособистісним стосункам у юнацькому віці: автореф. дис. ...канд. психол. наук : спец. 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія» / О.О. Прокоф'єва. – Київ, 2010. – 20с.
5. Сидоренко Е.В. Личностное влияние и противостояние чужому влиянию / Е.В. Сидоренко // Журн. практ. психолога. 1999. – № 4. – С. 35–52.
6. Шейнов В.П. Макиавеллизм личности: кто меломанипулирует людьми / В. П. Шейнов. – Минск: Харвест, 2012. – 416с.

*Регіна Зелінська,  
науковий керівник – Олена Кривошишина*

### **Психологічні особливості розвитку здатності до вчинку військовослужбовців**

Проблема вчинку лише останнім часом почала привертати спеціальну увагу психологів – дослідників, хоча в історії зустрічалися непоодинокі спроби визначення цього поняття і з'ясування його сутнісної ваги для наук про людину. У процесі реально – практичного діяння особистість виявляє, висвітлює, презентує свою індивідуальну природу, характер, звички та стилі діяння тощо.

Особливо це стосується здатності до вчинку, оскільки в ній розгортається глибинна, сутнісна властивість особистості — створювати, зберігати та втілювати моральні цінності, ідеали, екзистенціальні ідеї свого життя.

Власне здійснення вчинку відбувається не лише здійсненням окремої дії. Як правило, це коло, цикл дій, що певним чином поєднані й саме своєю цілісністю забезпечують учинок як такий. Цикл вчинкових дій організовує розгортання вчинкового діяння у часі життєдіяльності особистості.

Досліджуючи його, можна певною мірою достовірно визначити початок і завершення вчинкового циклу. Можна представити його у вигляді розгорнутої послідовності окремих дій, що переходять одна в одну, спричиняють наступну й спричиняються попередніми, що поступово наближають розв'язання морального змісту ситуації.

Дослідивши здатність до вчинку можна зазначити, що вчинок – свідома дія, яку оцінюють як акт морального самовизначення, у якій людина стверджує себе як особистість стосовно іншої людини, себе самої, групи, спільноти, природи загалом.

Вчинок є універсальним засобом самовиявлення, самовдосконалення, самостворення і самоствердження людини в суспільстві та в певному розумінні може розглядатися як притаманний будь – якій людині, соціальній групі і будь – якій культурі, відбиваючи в собі специфіку і загальний рівень свого суб'єкта.

Вчинок займає в соціальній активності людини виключне місце. Саме він у явній, різко вираженій формі реалізує моральний потенціал особистості, її позиції, установки і прагнення.

Аналіз вчинку в бойовій діяльності різних категорій військовослужбовців показує, що основні психологічні труднощі викликають фактори реального бою, які надають гнітючий вплив на психіку воїна або ведуть до її перезбудження, а в подальшому і до зриву діяльності. Службово – бойова діяльність, як одна з складових вчинку, може мобілізувати, або дезорганізувати воїнів. Підтримання факторів впливу на належному рівні забезпечується підвищенням бойової активності, професійної готовності до діяльності в екстремальних ситуаціях, актуалізацією вищих почуттів, піклуванням про потреби підлеглих, навчанням особового складу прийомам самоуправління і саморегуляції.

Дії в екстремальних ситуаціях, загроза для життя вимагають від військовослужбовця психологічної стійкості, ініціативності та дисципліни. У військовослужбовців, недостатньо підготовлених, можуть: сповільнюватися реакція, порушуватися координація та стійкість рухів і дій, послаблюватися увага та пам'ять. Це знижує й ставить під загрозу результативність їхньої діяльності. Тому у ході психологічної підготовки військовослужбовців детально інформують про особливості та умови майбутньої бойової діяльності, про труднощі виконання бойового завдання, про шляхи їх подолання.

Таким чином, психологічна готовність військовослужбовця до вчинкової дії – це знання військовослужбовцем своїх психологічних особливостей, що дозволяє йому керувати власною психікою та ефективно діяти у складних ситуаціях. Це своєрідний фундамент його активних дій у майбутньому бою. Знання військовослужбовцем своїх психологічних особливостей дозволяє йому керувати власною психікою та ефективно діяти у складних ситуаціях.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Балл Г.О. Цілеспрямована дія як об'єкт психологічного аналізу // Психологія: Наук. – метод. збірник. – К.: Радянська школа, 1979. – Вип. 18. – С. 29–38.

2. Битехтина Л.Д. Готовность к действиям в экстремальных ситуациях среди военных / Л.Д. Битехтина // Вопросы психологии. — 2005. — №11. — С. 41—47.
3. Ганюшкин А.Д. Дослідження стану психічної готовності людини до діяльності у екстремальних умовах / А.Д. Ганюшкин. — М.: Просвітництво, 2002. — 126 с.
4. Сиромятников І.В. Прикладна воєнна психологія / І.В. Сиромятников. — Х.: Фенікс, 2010. — 480 с.
5. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б.А. Смирнов. — Х.: Гуманитарный центр, 2007. — 273 с.
6. Яковенко С.І. Психічна стійкість військовослужбовців до впливу екстремальних чинників / С.І. Яковенко, Т.М. Яковенко. — К.: КВГІ, 2008. — 265 с.

*Дар'я Кліш,*  
*науковий керівник та співавтор – Оксана Германович*

### **Психологічні особливості ефективної самопрезентації психолога в мережі інтернет**

Питання самопрезентації в мережі Інтернет актуалізується в сучасних умовах стрімкого розвитку інформаційних технологій, і зі зростанням рівня доступності їх для людей з різних верств населення і різного матеріального достатку. Користуватися Інтернет-середовищем як полем для професійної реалізації виникає завдяки тому факту, що особистість активно використовує можливість бути ментально присутньою, і фізично не перебувати в матеріальному просторі. Тому, для психолога-практика важливим є набуття навиків ефективної самопрезентації в онлайн-платформах.

Українські реалії, через складне політичне та економічне становище реєструють все більше звернення громадян за допомогою до психолога. Зона АТО, напружені стосунки мігрантів з місцевим населенням, а також проблеми в сім'ї та на роботі збільшують рівень тривожності й стресовості людини. Попит громадян породжує пропозицію, і послуги психологічного супроводу пропонують і ті, хто не мають базової психологічної освіти, чим дискредитують роботу психолога-фахівця. Через це, нашим науковим зацікавленням стало дослідження самопрезентацій психолога в Інтернет-просторі.

Термін самопрезентація (self-presentation) було уперше використано 1959 року сціологом Е. Гоффманом. Науковець визначає самопрезентацію як засіб організації своєї поведінки людиною, яка не усвідомлює цього процесу, а є пасивною у виборі засобів: «виходить так, що вже

існує декілька гарно розроблених (і легко пізнаваних) фасадів, серед яких вона має обрати».

Нами було проведено порівняльний аналіз дослідження психологічних особливостей презентування професійної діяльності психологів. Дані представлені у табл. 1.

Таблиця 1 – Порівняльний аналіз дослідження самопрезентації психологів в мережі Інтернет

Фактор	Психолог 1	Психологічна агенція 1	Психолог 2	Психолог 3	Психолог 4
Вартість послуг	Вартість консультації (50 хв.) – 450 грн. – позитивний фактор, оскільки така ціна є середньою для психологічної допомоги по місту Львову.	Середня вартість 50-хвилинної консультації психологів різних галузей – 500 грн, послуги коучера – 700/800 грн. Дана ціна є об'єктивною, оскільки не перевищують середню ціну на послуги психолога по місту Львову, а ціна коучера є вищою, оскільки агенція пропонує не 1, а 2 і більше комплексних занять.	Інформація про ціну послуг не вказана, що є мінусом і відштовхує, оскільки людина не знає навіть приблизної вартості.	Середня вартість консультації 400 – 650 грн. відповідно до послуги. Ціна є доступною.	Інформацію про ціну послуг не надано, що може слугувати мінусом чи навіть вирішальним фактором НЕ звертатись до даного спеціаліста через, наприклад, боязнь задавати запитання.
Зовнішній вигляд особистого профілю (сайту)	Профіль має сірий, густий колір, що за тестом Люшера є відштовхуючим фактором	Сайт має біле з зеленим забарвленням та несе «негативної енергетики». Він насичений різними знімками	Сайт розбавлений різними знімками, діаграмами, анімацією та	Сайт оздоблений цікавою анімацією та різними картинками, діаграмами, му-	Сайт має приємне оформлення в м'яких кольорах з достатньою кількістю фото та діа-



	оскільки є несе негативне навантаження на психіку (сіра буденність, сіре життя).	ками і декількома діаграмами, що розбавляє інформацію і повертає увагу.	посиланнями на статті.	льтиплікаційними зображеннями, що надає йому об'ємності інформації при цьому не перевантажуючи людину, що його розглядає. Сайт має багату наповненість, при цьому не містить якогось надлишку чи перевантаженості.	грам, посилав на інші сайти чи статті для обширності інформації з якою працює психолог.
Зміст інформації про роботу, освіти, надані послуги	Представлено широкий спектр психологічних послуг, більшість з яких спрямовані на самореалізацію, що створює ефект більше тренера ніж психолога, який може допомогти вирішити життєві труднощі.	Представлено широкий спектр послуг, які спрямовані в більшості на подолання криз та життєвих труднощів не тільки дорослих, а і дітей та навіть вагітних жінок. Найявна інформація про кожного співробітника, а також повний спектр його послуг та	Представлено широкий спектр послуг. Всі послуги підтвердженні сертифікатами про освіту з того чи іншого напрямку, та статті, опубліковані в наукових журналах (за авторством психолога).	Інформація про психолога та його працю надана дуже широко та професійно, представлені дипломи. Спектр роботи спрямований на подолання життєвих криз та запобігання виникнення депресив-	Представлений широкий спектр послуг, які є дуже актуальними в наш час. Психолог також працює з парами та підлітковим поколінням, що «заплуталось в дорослості і стосунках» та допомагає розібратись з різними фобі-

	Також відсутня будь яка інформація про закінчену вищу освіту (навіть в додатках).	особливостей роботи.		них розладів, що є дуже поширеною проблемою.	ями та зажатостями особистості за допомогою символдрами.
Фактори, що дискредитують роботу психолога	Даний психолог не вказав місця свого навчання та роботи.	Можливим відштовхуючим фактором може слугувати те, що клієнт при запису на сесію не знає до якого психолога його направлять.	Відсутність чіткої інформації про себе як про фахового психолога та відсутність вартості консультації.	Не виявлено.	Відсутність інформації про оплату.
Посилання	<a href="http://www.psychologist.lviv.ua/p/b17.html">http://www.psychologist.lviv.ua/p/b17.html</a>	<a href="http://www.sens.lviv.ua/index.php/our-specialists">http://www.sens.lviv.ua/index.php/our-specialists</a>	<a href="http://mysnikova.com.ua/">http://mysnikova.com.ua/</a>	<a href="https://psychologist-lviv.com.ua/konsultaciya-psihologa/">https://psychologist-lviv.com.ua/konsultaciya-psihologa/</a>	<a href="https://mysoul.lviv.ua/">https://mysoul.lviv.ua/</a>

Нами виявлено 2 групи факторів професійної самопрезентації психолога в Інтернет-просторі: позитивні – ті, що підсилюють довіру до фахівця, та негативні – ті, що дискредитують його роботу.

До позитивних відносимо такі фактори як: наповнення профілю чи сторінки коректною інформацією про себе (повне ім'я та прізвище), відомості про освіту; спрямування психологічного запиту клієнта, в якому ефективний психолог, при чому формулювання було оприлюднене з позитивним емоційним фоном.

До негативних: вживання психологом формулювань по типу: «гарантую Вам», «обіцяю, що», «не переживайте», «все буде добре», «ніколи не...», «завжди». Ці вислови вказують на непрофесійність психолога (аматорство). Якщо аматор, допомагаючи своїм знайомим, зазвичай бере відповідальність на себе (багатьом людям це подобається, оскільки знімає відповідальність з них самих), то завдання професіонала складніше

– поступово формувати у клієнтів почуття відповідальності, яка, зазвичай, сприймається особистістю як щось складне, напружуюче.

Також, блокує довіру до психолога, чи викликає запитання, щодо його професіоналізму такі чинники як: низький рівень відкритості фахівця щодо своєї кваліфікації чи експертності; невиправдано і необгрунтовано висока вартість сесії (від 700 грн., враховуючи середньостатистичну заробітню платню українців).

Таким чином, аналіз текстів самопрезентації фахівця набуває важливого значення як для психолога-експерта, який пропонує свою діяльність, так і для клієнтів, які прагнуть психологічного супроводу, і приймають рішення про взаємодію.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Майборода Р. В. Маніпулятивні типи особистості та їх роль у процесі комунікації. *Молодий вчений*. №4.1 (44.1) квітень. 2017 р. с. 21–24.
2. Навроцька М.М. Самопрезентація як засіб розвитку професійного іміджу. *Педагогічний альманах*. №23 2014р. с.181
3. Основи психологічного консультування (лекційний курс) : навч.-метод. посібн. для студентів спец. *Практична психологія* / уклад. Борис Андрійович Якимчук, Ірина Павлівна Якимчук. Умань : ПП Жовтий О. О. 2013. 204 с.

*Христина Пашкевич,  
науковий керівник – Ксенія Березяк*

### Переживання кризи підліткового віку

Підлітковий вік — період переходу від дитинства до дорослості, інтенсивного становлення почуттів і волі, спрямованості, готовності жити і діяти так, як живуть і діють дорослі. Підліток усвідомлює себе дорослою особою. Зростає його активність, відбувається ціннісна переорієнтація під впливом прагнення бути дорослим. Проте він поводить себе ще як дитина. Його психічному розвитку властиво багато суперечностей [1].

Німецький філософ і психолог Е. Шпранглер виділяє й описує три типи розвитку підліткового віку. Перший тип розвитку – це «підліткова криза», коли дитина переживає свій вік, як «друге народження». Другий тип розвитку відрізняє стабільний і поступовий ріст, коли дитина плавно прилучається до дорослої діяльності». Третій тип розвитку являє собою більше активне й самовиховання, яке свідомо направляється самим індивідом, подолання зусиллям волі, власних недоліків,

у тому числі тривоги, кризових проявів, а також більш ясне усвідомлення своєї індивідуальності [2].

Основним мотивом психічного розвитку в підлітковому віці є становлення нової, ще досить нестійкої, самосвідомості, зміна Я-Концепції, спроби зрозуміти самого себе й свої можливості. У цьому віці відбувається становлення складних форм аналітико-синтетичної діяльності, формування абстрактного, теоретичного мислення. Дуже важливе значення має виникаюче в підлітка почуття приналежності до особливої «підліткової» спільності, цінності якої є основою для власних моральних оцінок [3].

Криза підліткового віку проходить три фази: 1) негативну (передкритичну) – фазу руйнування старих звичок, стереотипів; 2) кульмінаційну – фазу загострення протиріч; 3) посткритичну – фазу формування нових структур, побудови нових стосунків. Л.С.Виготський виокремив два варіанти перебігу вікових криз:

а) криза незалежності, симптомами якої є впертість, негативізм, знецінення дорослих, протест-бунт, ревності до власності (вимога не заходити до кімнати, не чіпати нічого на столі); варіант самовизначення «Я вже не дитина»;

б) криза залежності, симптоми якої протилежні: надмірна слухняність, залежність від старших, регрес до старих інтересів, форм поведінки; варіант самовизначення «Я дитина і хочу нею залишатися» [4,5].

Існують різні підходи до вивчення кризи підліткового віку. Перша фундаментальна праця, де розглядається криза особистості підліткового віку належить Гренвіл-Стенлі Холлу, згідно з якою розвиток індивіда схематично відтворює та повторює історію людського роду, виявляючись у генетично запрограмованій послідовній зміні спадково зумовлених форм поведінки, почуттів і соціальних інстинктів. Ця криза біогенетично зумовлена, оскільки пов'язана з фізіологічним статевим дозріванням.

У психодинамічному підході З. Фройд відзначав неминучість загострення у підлітковому періоді внутрішніх і зовнішніх конфліктів. Такий конфлікт є нормою, а випадки безконфліктного розвитку свідчать про різноманітні варіанти патологічного розвитку.

У вітчизняній психології основним, на думку Л. Виготського, було виокремити основні новоутворення у психіці підлітка на тлі ситуації соціального розвитку, яка відображає неповторну систему стосунків дитини і середовища, набуття ролі спілкування крім навчальної діяльності. Суттю кризи перехідного є перебудова цієї системи. Психологічний зміст підліткової кризи пов'язаний з виникненням почуття дорослості, розвитком самосвідомості, ставлення до себе як до дорослої

особистості, до своїх нових можливостей і здібностей, ідеалізм та максималізм.

В концепції Е.Еріксона підлітковий вік є кризою ідентичності, набуття особистісних смислів життя. Він казав: «В основі даного процесу лежить особистісне самовизначення, що має ціннісно смисловою природу. Становлення ідентичності, що особливо інтенсивно проходить в підлітковому віці, неможливе без зміни системних соціальних зв'язків, по відношенню до яких зростаюча людина повинна виробити певні позиції» [6].

Багато фахівців сходяться в думці, що саме формування ідентичності її творчої спрямованості й продуктивності є метою розвитку особистості в цьому віці (Е.Еріксон, І.С.Кон, В.С.Малахов, Дж. Марсія, З.Фрейд, Л.Е.Шнейдер).

Для всебічного дослідження кризи підліткового віку, її переживання особистістю ми досліджували ціннісну сферу, особливості прояву характеру й темпераменту та ставлення до значимого оточення (батьків).

Для належної інтерпретації результатів дослідження ми провели відсотковий та кореляційний аналіз отриманих даних за методиками: Методика М.Рокича «Ціннісні орієнтації», Фрайбургський особистісний опитувальник FPI (форма В) (А. Крилова, Т. Ронгінської), Методика «ЕРІ» визначення типу темпераменту (Г.Айзенка), Опитувальник «Поведінка батьків і ставлення підлітків до них» (ADOR) (за Є. Шафером).

Для підлітків смислоутворюючими стали такі аспекти життя, як його активність, продуктивність, матеріальна забезпеченість, прагнення до життєвої мудрості, визначеної громадської позиції, здоров'я. Серед шляхів досягнення першого блоку цінностей підлітки виділяють роль поєднання цінностей, притаманних більш ранньому віковому періоду (акуратність, вихованість, виконавчість) цінностями періоду формування дорослості (відповідальність, високі запити, нетерпимість до недоліків).

Переважає середній рівень прояву певних якостей особистості. У великого відсотку досліджуваних прослідковується тенденція до спонтанної агресивності (47,5%), товариськості (37,5%), емоційної лабільності (37,5%), маскулінізму (35%). Це свідчить про деяку суперечливість у самосприйнятті і поведінці: пошук спілкування (товариськість) та агресивне досягнення цілей (спонтанна агресивність) на фоні високої емоційної лабільності.

Під час відсоткового аналізу результатів, отриманих при допомозі Методики «ЕРІ» визначення типу темпераменту (Г.Айзенка) виявлено переважання типів темпераменту з високим рівнем нейротизму, що свідчить

про емоційну нестабільність представників підліткової вікової групи. Холеричні риси переважають у 27,5% досліджуваних, меланхолійні – у 30%, що загалом дає 57,5% осіб з високою рівнею нейротизму. Важливим моментом для розуміння результатів є те, що визначення типу темпераменту проходило не шляхом об'єктивних психофізіологічних досліджень, а шляхом самозвіту, переломлення спостережуваних досліджуваними проявів темпераменту через самосприйняття та саморозуміння.

Лише 28% підлітків відчувають позитивне ставлення до них батька за шкалою POZ (сума % по балам 4 та 5), що виражається в емоційній підтримці, співчутті, прояву любові. В той же час 25% (DIR) підлітків відповіли, що батько проявляє надмірну вимогливість, непоступливість, нав'язування думок. Негативізм, ворожість прояви відкритої агресії відчувають майже 36% (HOS) підлітків. Авторитарність в вимогах і вихованні відзначили 27% (AUT) підлітків. Про непослідовність дій і вимог в вихованні батька відповіли 31% (NED) опитаних підлітків.

Позитивний інтерес з боку матері дозволяє підліткові краще проявляти свою емоційну сферу, приймати свої агресивні імпульси (спонтанна агресивність). Паралельно на усвідомленому рівні важливими стають цінності самоконтролю – акуратність, виконавчість. При високій автономності поведінка матері сприймається як диктат, отже можливість виражати свої спонтанні агресивні імпульси різко знижена.

На основі проведеного дослідження нами було розроблено тренінгову програму, розрахована на 8 годин для групи 10–20 осіб будь якої статі, віком 12–16 років. Метою тренінгової програми є корекція поведінки та формування навичок конструктивного спілкування, за допомогою активної ігрової взаємодії вдосконалювати комунікативні навички, формувати в учнів навички поведінки в конфліктній ситуації.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991, 299с.
2. Кавалеров А. А. Цінність у соціокультурній трансформації: Монографія. Одеса: Астропринт, 2001, С. 165–177.
3. Особливості самовизначення особистості. Наукові записки. Психологія і педагогіка. Острог, 2001. Вип. 2, С. 159–165.
4. Гаврилюк В.В., Трикоз Н.А. Динамика ценностных ориентаций в период социальной трансформации // Социол. Исслед, 2002. № 1, С. 96–105.
5. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Вопросы психологии. 1979, № 4, С. 23–24.
6. Хелл Л., Зиглер Д. Теории личности. 3-е изд. СПб.: Питер, 2006, 607 с.

*Віктор Повстин,  
науковий керівник – Андрій Ковальчук*

## **Психологічний стан людини при удосконаленні техніки стрільби**

Вдосконалення техніки виконання пострілу є одним з головних пріоритетів і резервів покращення результативності на стрільбах. Головні завдання емоційної підготовки стрільця – створення ентузіазму і любові до стрільби, готовності до тренувальної та змагальної активності, що вимагає вольових зусиль для подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод, поліпшення психологічних параметрів особи, формування і поліпшення інтелекту спортсмена. Вдале укладання цих задач залежить від знань і педагогічного професіоналізму тренера, від володіння спортсменами системою особливих знань про нервову систему людини. Спортсмени зобов'язані знати, що це сприйняття, уявлення, інтерес, його види та характеристики, пам'ять, мислення, свобода, вольові властивості, відчуття, враження, який їхній сенс, роль і вплив на активність людини. Очевидно, що стрільці повинні володіти спеціальними якостями, взаємозв'язаний комплекс яких приводить до досягнення максимальних результатів під час стрільб. Такими якостями є: висока точність відтворення рухів і положень тіла під час підготовки до стрільби; тонка координація дрібних рухів, яка забезпечує; здатність тонко дозувати зусилля м'язів, за рахунок яких безпосередньо здійснюється реалізація пострілу; витривалість до статичних навантажень; здатність керувати своїм психологічним станом і поведінкою. Водночас влучний постріл і техніка його виконання безпосередньо пов'язані з підготовчими етапами, до яких ми відносимо: техніку утримання прицілу в районі виконання пострілу, техніку натискання на спусковий гачок і психологію виконання пострілу. Відповідно до цього дуже часто виникає риторичне питання: як правильно навчити людину стріляти зі зброї.

По-перше, важливу роль відіграє застосування методу візування при виконанні прицільного пострілу. Можна зробити припущення, що на підсвідомому рівні стрільці-початківці зосереджують увагу на цілі, а не на мушці в прорізі, як радять їм це робити тренери та інструктори. При застосуванні візування також потрібно враховувати таку специфіку, як монокулярний та бінокулярний зір людини [1, 17]. По-друге, у ході підготовки й практичного виконання технічних дій з реалізації пострілу досить швидко відбувається автоматизація рухів стрільців. Знаючи та очікуючи, що постріл супроводжується ударом в плече, стрілець разом з на-

тисненням на спусковий гачок мимоволі буде напружувати м'язи й подаватиме плече вперед, щоб протидіяти удару [3, 20]. Отже, у цьому разі в стрільця на базі безумовного рефлексу буде сформовано умовний рефлекс на очікуваний удар. По-третє, розглянемо загальноприйняте висловлювання “рівна мушка, повільний спуск”. Як показує досвід, чіткий контроль за мушкою в прорізі цілика та утримання її всередині мішені є одним з основних факторів виконання пострілу. Людина фізично не в змозі сфокусувати свій зір одночасно на трьох рівновіддалених предметах. Загальновідомо, що мушка повинна розташовуватися посередині прорізу цілика. Вершина її знаходиться на одному рівні з верхніми краями цілика, поряд із цим утримуються однакові просвіти в прорізі. Отже, постріл необхідно проводити, тобто м'яко натискувати на спусковий гачок, при цьому приціл (рівну мушку з ціликом) утримувати в районі виконуваного пострілу. Одним із вирішальних факторів успіху на стрільбах є психічна готовність стрільця, яка формується в процесі психологічної підготовки людини. У контексті викладення обраної теми вважаємо за необхідне перейти до психологічних аспектів виконання пострілу. Згідно з викладеним визначимо декілька основних причин непідготовленості до стрільби: “боязнь пострілу”, “очікування пострілу”, “вицілювання”. Усі ці психологічні стани сприяють безконтрольній роботі м'язів у момент виконання пострілу. Дуже часто постріл асоціюється в стрільців з почуттям тривоги й страху, які часом домінують у роботі центральної нервової системи. Ці почуття загальмовують усю її функціональну діяльність і викликають стан зайвої напруженості психіки й усіх систем організму стрільця. Загальновідомим є те, що в природі існують тільки два природжені страхи в кожній людині: падіння і гучного звуку. Психологічні особливості навчання стрільбі полягають у формуванні й удосконаленні в стрільців спонукальної вольової функції – вибору цілі та її враження за проміжок часу, визначений умовами виконання вправи; у вихованні у стрільців можливості перебороти природне хвилювання як на вогневому рубежі в тирі, так і при можливому застосуванні зброї в бойових умовах; у виробленні адаптації до звуку пострілу й віддачі.

Отже, психологічна підготовленість і техніка виконання пострілу вимагають від початківців-стрільців індивідуально-психологічної та психофізичної готовності. Проблематика, розглянута в даній науковій статті, є актуальною й вимагає більшого вивчення та вдосконалення, оскільки від техніки виконання пострілу та психологічної підготовки стрільців залежить вміння контролювати внутрішній стан у критичних ситуаціях, постійно підвищувати свою майстерність і психологічну



підготовленість при поводженні зі зброєю та сприяє закріпленню в останніх таких якостей: уміння керувати собою, відключатися від різних сторонніх факторів, що заважають здійсненню влучного пострілу; здатність концентрувати свою увагу, зосереджуючись на головному в стрільбі – максимально точному виконанні вправи.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Калиніченко О.М. Психофізіологічні особливості цільової точності під час виконання пострілу з сучасних стрілецьких видів зброї / О.М. Калиніченко, А.О. Лопатьєв // Теорія та методика фізичного виховання. – 2010. С. 16–41.
2. Юрьев А.А. Пулевая стрельба / А.А. Юрьев. – М.: Физкультура и спорт, 1973. – 431 с.
3. Калиниченко Н.А. Основные условия повышения точности прицеливания при стрельбе из винтовки с диоптрическим прицелом: автореф. дисс.... канд. пед. наук: 13.00.04. – М., 1969. – 24 с.

*В'ячеслав Сурін,  
науковий керівник – Роксолана Сірко*

### Плацебо як вид психологічного феномена

У медицині плацебо (лат. *Placere* – подобатися) означає препарат, у якого немає лікувальних властивостей. Термін «ефект плацебо» введений в науковий обіг американським лікарем Генрі Бічер в 1955 р, який з'ясував, що приблизно третина пацієнтів одужують від таблеток-«пустешок», які не містять діючих речовин. Серйозне вивчення ефекту плацебо розгорнулося під час Другої світової війни. Коли у фронтовому госпіталі не вистачало знеболюючих засобів, анестезіолог Генрі Бічер переконався, що в окремих випадках ін'єкція фізіологічного розчину має практично ту саму дію, що і справжні ліки. Повернувшись з війни, лікар з групою колег з Гарвардського університету приступив до вивчення цього феномена. Результати своїх досліджень він підсумував в 1955 р в статті «Сильнодіючі плацебо».

Феноменальні наукові дослідження, засновані на відкриттях в області нейробиології, психології, гіпнозу і квантової фізики, довели: для мозку немає різниці між уявним переживанням і реальністю. Це дає нам можливість будувати своє життя так, як ми цього хочемо. У кожного з нас вбудована можливість зцілення.

Вчені припускають, що плацебо впливає на всіх людей, але більш виражений ефект спричинює на тих, хто проявляє себе як неспокійні,

залежні, емоційно нестабільні, слухняні і довіряючі своїм лікарям. Більшою мірою відчують на собі ефект плацебо особистості з невисокою самооцінкою, що сумніваються в собі, схильні до «віри в чудеса». Слабкіше за все ефект плацебо проявляється у людей, які мають схильність до недовірливості і підозрливості.

Дивовижний випадок Деніс Шонфільд у якої була тяжка форма депресії. Вона взяла участь у дослідженні яке проводив Лос-Анджеліський університет у 1997 році, але вона й не могла собі уявити що замість «нових ліків» вона буде приймати плацебо. Через деякий час їй повідомили про це і її це здивувало так само як і лікарів які не знали які пацієнти приймають плацебо а, які настоящі препарати.

Плацебо може бути представлено у вигляді будь-якої форми лікарських засобів, будь то таблетки, розчини, порошки, мікстури і т. Д. Тільки під виглядом таблетки пацієнт отримує крохмаль або цукор, а під виглядом розчину – дистильовану воду. Плацебо може імітувати будь-який відомий лікарський препарат або являти собою самостійну «лікарську форму». Також ефект плацебо може бути використаний у вигляді безпосереднього словесного навіювання. Незалежно від виду плацебо, пацієнт повинен бути переконаний в лікувальну силу препарату. Яким би не був вид плацебо, словесне навіювання краще підкріплювати якимось дією, наприклад, видачею чудодійною таблетки. Крім лікувального ефекту навіювання може нести і негативний характер. Якщо на нешкідливий препарат за допомогою навіювання розвивається негативна реакція, то така ситуація носить назву «ноцебо». Ефект ноцебо ідентичний ефекту плацебо, різниця лише в очікуваного остаточному результаті після процедури. Ноцебо вживають в наркології, вселяють, що на прийом алкоголю розвинуться найстрашніші ускладнення.

Отже, можемо сказати, що плацебо, це актуальний феномен у теперішній час який потрібно досліджувати, та розвивати усі його плюси та відсіювати мінуси. Людина це неперевершена частина світу, яка може робити чудеса навіть якщо вони невеликі, але мозок людини може робити такі функції, про які ми ніколи й не думали. «Яку ж таблетку ви вибираєте: синю чи червону?».



## Розділ 3

### Міждисциплінарні аспекти психології

*Світлана Біняшевська,  
науковий керівник – Роксолана Сірко*

#### Брехня як соціально-психологічний феномен

Брехня – це спотворена істина суб'єкта. Тобто, це будь-яке висловлювання суб'єкта, що не відповідає реальності. Вченими було доведено, що чоловіки брешуть частіше за жінок, але жінки більше брешуть про свій власний стан відповідаючи, що з ними все добре. Ми починаємо брехати ще з малку, коли починаємо говорити. Але частіше за все ми в той момент не усвідомлюємо, що кажемо. Бо фантазія дітей змушує їх повірити в те, що вони сказали.

Багато дослідників займалися брехнею таки як: П. Екман, І. Вагін, В. Кузнецов, Я. Янг, Р. Райт, М. Кусака, І. Х. Сміт і багато інших. Наприклад, Пол Екман в книжці «Теорія брехні» зобразив різновиди брехні та описано різні ситуації, коли рухи тіла, жести, голос і вирази обличчя можуть видати самого брехуна.

Також, було проведено дослідження що, детектор брехні, або поліграф не дає повної гарантії розпізнавання брехні. Сам прилад вимірює лише тиск і пульс людини, але серед брехунів зустрічається чимало людей, які здатні обдурити детектор, або люди які тривожні самі по собі. Але, дослідження Федеральної Системи Національної Безпеки показало, що сучасні поліграфи правдиві на 96%. Сайт HeadHunter проводив дослідження за результатами яких, найбільше брехунів працюють у сфері торгівлі – більше 67%.

Ми можемо сказати, що найкращі брехуни також являються актори тому, що вони вміють володіти своїми рухами, жестами, голосом і виразами обличчя. Поміж, того є люди які вміють гарно брехати і ніхто не може розпізнати їхню брехню, бо вони володіють собою – це є люди в кримінальному світі, а точніше їхня еліта.

Визначають такі форми брехні:

1. Замовчування – це коли суб'єкт приховує істинну інформацію, але не повідомляє помилкову.

2. Перекручування або спотворювати правду. Тобто, брехун не тільки приховує правду, а й надає натомість неправдиву інформацію,

видаючи її за справжню. Це можна найчастіше зустріти, коли лікар не повідомляє пацієнтові про те, що його хвороба є смертельною.

3. Спонтанна брехня – це брехня більше подібна на захисний механізм, зазвичай вона виникає під впливом обставин і погано запам'ятовується.

4. Запланована брехня – це вже брехун послідовно обдумав всі свої дії.

5. Повідомлення правди у вигляді обману, тобто це коли брехун повідомляє правду у вигляді жарту.

6. Напівправда – це коли правду повідомляю не повністю.

7. Особлива брехня – це коли брехун часто бреше але сам себе він не вважає брехуном, бо вірить в те, що каже.

8. Обман обіцянками – це коли суб'єкт дає обіцянку але в його наміру не виконувати її.

9. Блеф і наклеп. Блеф це помилкова інформація про себе, наклеп – про інших.

10. Пропаганда і реклама – це брехня широко застосовується в агітації, яка впливає на наш розум, емоції і переконання.

11. Добросесний обман – це коли брехун використовує всі перелічані види брехни, переконуючи себе, що це на користь суспільству.

Також в світі є патологічні брехуни, вони розуміють, що брешуть, але не можуть контролювати самих себе. Це стосується не лише людям які не контролюють свою поведінку, а людей, які самі не знають, що брешуть. Доктор Грегорі Хаус каже, що всі люди брешуть. За статистикою, кожна людина бреше 2–3 рази на добу.

Отже, брехня – це введення людину в оман. Нам потрібно пам'ятати, що ми можемо обрати, брехати чи ні. Бо людина завжди обирає сама свій шлях. Сказати правду чи збрехати. Звичайно, правда не завжди може обрадувати співрозмовника, але це перший крок до довіри і розуміння один одного.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Кузнецов В.В. Психологія взаєморозуміння. Неправда, брехня, обман. СПб.: Питер, 2008. – 288 с.: Ил.
2. Екман. П Психологія брехні. Обмани мене, якщо зможеш. СПб.: Питер, 2010. – 159 с.: Ил.
3. Вагін І. Психологія виживання у Росії. М.: АСТ, 2004. – 352с.
4. 30 фактів про брехню, які просто необхідно знати [Електронний ресурс] // Відпочивай корисно все буде ТУТКА. – 707. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.tutkatamka.com.ua/nathnennya/psihologiya/30-faktiv-pro-brexnyu-yaki-prosto-neobxidno-znati/>.

## **Риторичні аспекти психологічного консультування**

Сьогодні все більше людей звертаються за допомогою до психолога. Одним з найпоширеніших та дієвих методів визначення проблеми та її усунення вважають психологічне консультування. Конкретно й чітко вказати сфери застосування психологічного консультування важко, але, мабуть, найбільш відомою сферою нині є допомога тим, хто звертається з приводу своїх особистих проблем [2, с. 4]. Психологічне консультування проводиться конфіденційно в заздалегідь обумовлені години, як правило, в обладнаному для цього приміщенні, ізольованому від сторонніх людей.

Під час консультування психолог використовує різноманітні тактики й прийоми, де слово є основним інструментом. Тому риторична компетентність є важливою складовою професійної компетентності психологів, оскільки їхні посадові обов'язки передбачають завдання консультувати і роз'яснювати, вести бесіду з різними категоріями людей та за допомогою слів вирішувати складні життєві питання [1, с. 120].

Головне завдання на перших етапах психологічного консультування – правильно пояснити клієнту його проблему та методи роботи над нею. Фахівець має відповідально підійти до цього етапу, оскільки саме тоді формується довіра клієнта та визначення, чи психолог може стати «рятівним жилетом» для вирішення проблеми. Поради й рекомендації психолог надає клієнту на основі особистої бесіди і попереднього вивчення тієї проблеми, з якою в житті зіткнувся клієнт. Під час бесіди з психологом обговорюються не тільки актуальні ситуації взаємин клієнта, а й минуле (події дитинства, юності), активно використовуються такі специфічні форми психічної продукції, як сни й асоціації [2, с. 11]. Для визначення глибинної суті проблеми та вирішення проблеми, яка може привести до негативного психологічного стану, психолог може застосувати навіть словесний вплив.

Сформована риторична компетентність допомагає психологові добирати і використовувати такі форми роботи, в основі яких є слово. Багато психокорегувальних методик засновано на використанні саме різноманітних мовних засобів. Наприклад, більшість технік у кататимно-імагінативній терапії чи позитивній терапії вимагають від клієнта уявити певну картину та розповісти про неї психологові. Щоб процес входження у відповідний стан для виконання психокорекційної роботи

пройшов ефективно, фахівець має не лише володіти навичками професійного мовлення, а й мати великий словниковий запас, використовувати художні засоби, мовні символи тощо.

У процесі спілкування з клієнтом психолог повинен використовувати певні форми і методи, які сприятимуть вирішенню проблеми. Наприклад, можна використовувати «код слово-сенс», який має на меті підміну предмета обговорення – відхід від суті ідей до їхніх носіїв. Так, від розгляду однієї проблеми (яку можна уявити стовбуром дерева) можна перейти до дрібних проблем (гілочок), що вплинули на теперішній стан клієнта (наприклад, певна дія батьків щодо дитини у підлітковому віці, що стала рушійною силою виникнення комплексів чи певних страхів). Розібравши цю структуру, психолог може визначити: які механізми були застосовані під час виховання його клієнта; яким чином підбирати наступний «ключик» для вирішення проблеми; що має стати рушійною силою для роботи клієнта над своєю проблемою.

Розмова психолога має спонукати клієнта до дії, викликати довіру й відчуття обізнаності фахівця. Психолог не повинен вживати фрази «не переживайте», «все буде добре», «ніколи не...», «завжди». Ці вислови вказують на непрофесійність психолога (аматорство). Якщо аматор, допомагаючи своїм знайомим, зазвичай бере усю відповідальність на себе (багатьом людям це подобається, оскільки знімає відповідальність з них самих), то завдання професіонала складніше – поступово формувати почуття відповідальності у клієнтів (не усім це подобається, що значно ускладнює роботу справжнього психолога).

За етичним кодексом психолог не має права казати: «А от мій інший клієнт...». Також неприпустимим для психолога буде вживання суржикових конструкцій, слів-паразитів, «екання» тощо. Якщо психолог дозволяє собі вживати такі слова, чи ті, які показують зверхність, це блокує довіру до спеціаліста і «відлякує» клієнта. На довіру впливає також мова тіла й відповідний тон фахівця, адже кожна людина сприймає інформацію по-різному (для когось приглушений тон і м'яка мова буде тим самим «ключиком до дій», а хтось захоче спати і подумає, що кошти віддані на якісь казочки й уявлення, які не допомагають).

Отже, психологічне консультування, яке сьогодні є одним із найпоширеніших та дієвих методів визначення проблеми та її усунення, передбачає врахування риторичних аспектів, зокрема вміння роз'яснювати та вести бесіду з різними категоріями людей та за допомогою слів вирішувати складні питання. Зазначимо, що риторична компетентність

є важливою складовою не лише психологічного консультування, а й загалом професійної діяльності психологів.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Конівіцька Т. Я. Риторична складова професійної компетентності майбутніх психологів. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців : методологія, теорія, досвід, проблеми : зб. наук. пр. Київ–Вінниця : ТОВ фірма «Планер», 2017. Випуск 49. с. 19–122.
2. Основи психологічного консультування : навч.-метод. посібн. для студентів спец. «Практична психологія» / уклад. Борис Андрійович Якимчук, Ірина Павлівна Якимчук. Умань : ПП Жовтий О. О., 2013. 204 с.

*Тетяна Конівіцька*

### **Підготовка до публічного виступу крізь призму психології**

Сучасний світ технологічний і швидкозмінний. За словами громадського діяча Марка Зархіна, ми живемо в дивні часи, в майбутньому світі стабільним буде тільки прискорення змін, а головним капіталом стають інтелект і креативність [2]. Інформатизація суспільства сприяє доступності інформації. Основне завдання сьогодні не лише критично сприймати, опрацьовувати інформацію, а й вміти ділитися своїми поглядами та ідеями.

Дослідження професора Стенфордської школи бізнесу Томаса Гаррела щодо діяльності студентів після закінчення школи показує, що єдиною спільною рисою, яка відрізняла успішних випускників у професійній діяльності, було красномовство. Про це ще писав Наполеон Бонапарт: «Хто не вміє говорити, той кар'єри не зробить». Тому в сучасному світі важливим аспектом є формування риторичних умінь, розвиток навичок публічного виступу задля ефективної професійної діяльності чи особистісного зростання.

Розглядаючи психологічні аспекти підготовки до публічного виступу, варто наголосити на тих емоціях, які виникають у нас найперше. Оратора-початківця, який усвідомлює важливість слова й поважає аудиторію, охоплює хвилювання (або навіть страх) вже тоді, коли дізнається про майбутню промову. Інколи цей страх є перешкодою для реалізації планів, задумів, впровадження певної ідеї, здійснення мрії. Є різноманітні причини виникнення стану схвильованості: побоювання забути текст, невпевненість у собі, своїй підготовленості, якості змісту промови, міркування про

те, що подумують чи скажуть після виступу тощо. Як казав Марк Твен: «Є два типи ораторів: одні хвилюються, інші брешуть».

Дослідники ораторської майстерності стверджують, що страх публічного виступу стоїть на другому місці після страху смерті. На думку багатьох практиків, теза про те, що зі страхом публічного виступу можна і потрібно боротися, є не цілком доречною. Сучасна психологія стверджує, що найкращий спосіб зменшити хвилювання – визнати його природним явищем. Хвилювання є нормальною реакцією організму на небезпеку, звичайне явище перед виступом для будь-якої відповідальної людини. На нашу думку, немає нічого гіршого, ніж байдужа людина. Викид адреналіну, по-суті, є допомогою в публічних виступах, а якщо постійно практикуватися, хвилювання поступово перетворюватиметься на збудження та задоволення. Проте, під час підготовки до публічного виступу також обов'язково врахувати два взаємозалежні чинники – досвід і підготовку. При цьому, на практиці доведено: якщо досвіду недостатньо, то його замінює належна підготовка, і навпаки.

На тренінгах і практичних заняттях із розвитку майстерності публічних виступів застосовують багато різних методів, які допомагають зменшити хвилювання. Кожен доповідач самостійно визначає, який із методів для нього є найбільш дієвим. Наведемо найбільш ефективні:

- сформулювати настанову на внутрішній спокій, позитивний публічний виступ;
- адекватно рефлексувати (часто люди оцінюють себе «нижче», ніж нас сприймають інші);
- «знизити» важливість виступу (не переоцінювати можливі наслідки своєї промови);
- візуалізація (позитивний і успішний образ) і афірмація (позитивні фрази, які ми говоримо перед виступом);
- завчити перших сім речень (варто лише почати говорити – хвилювання зникає);
- фізичні вправи (пройтися швидко, поплескати в долоні тощо);
- вправи для дихання (подихати повільно та глибоко тощо);
- вправи для голосу (проговорити всі голосні звуки тощо);
- «своя людина в залі» (привести друзів чи «обрати друзів» із слухачів, але не можна говорити для однієї людини і зосереджувати погляд лише на ній – «пастка однієї людини»);
- регулярна практика та позитивна самооцінка (наприклад: заборонити критикувати самого себе, намагатися сприймати себе позитивно; ризикувати, пробувати, а лише тоді критикувати свої дії). Як зазначав



один з основоположників театру абсурду Семюел Беккет: «Зазнавайте невдач знову і знову, але робіть це кожного разу краще».

Слід пам'ятати, що люди не думають про вас так багато, як вам здається. Кожен має запитати себе: що для нього провал? Всі ми коли-небудь зазнаємо поразки. Люди, які не наважуються на ризик, мають менші шанси на успіх, а єдина риса, яка часто відрізняє двох однаково талановитих людей – це відвага. Або ви ризикнете, і досягнете своєї мети, або піддаєтеся сумнівам і залишитися нікому не відомим, бо саме на сміливих вчинках будується успішна кар'єра [4, с. 62–63].

Варто згадати історію успіху Дейла Карнегі, який завжди навчав людей бути впевненими у собі. За словами самого Карнегі, коли у нього закінчилися ідеї, він попросив своїх учнів ділитися власним досвідом. Саме тоді він усвідомив, що слухачі лише тоді набувають впевненості в собі, коли практикують виступи перед аудиторією, говорять про свій життєвий досвід.

Цікаву методику щодо підготовки до публічного виступу рекомендує Радислав Гандапас, подаючи її через відповіді на поставлені собі запитання, які асоціюються з частинами мови (іменник–дієслово–прикметник):

Іменник: Хто? Хто буде перед вами (вік, сфера діяльності, захоплення, політичні пристрасті, сімейний стан, рівень освіченості); Що? Що очікують, що хочуть почути, що будуть робити з отриманою інформацією, що їх тривожить (тішить);

Дієслово: Що зроблять? Що робитиме аудиторія, що повинна зробити після виступу, що ви хочете, щоб зробила (мета);

Прикметник: Які? Які аргументи можуть переконати, які факти (ідеї) можуть відштовхнути, які прийоми допустимі, які слова та вирази ефектні й ефективні [1, с. 37–39].

Визначення конкретної мети (завдань), проблеми (ідеї) виступу, аналіз аудиторії (професія, вік, стать) і врахування обсягу часу – обов'язкові чинники, які потрібно проаналізувати під час підготовки до виступу на думку засновника школи «Майстерня Лева» Андрія Степури [3, с. 24].

Коли ми маємо мету, захоплені своєю ідеєю (погляди, явища, об'єкти, цінності тощо), переконані в її користі та успіху, ми можемо підготувати добру промову, впевнено і креативно виступити, переконливо донести цю ідею до слухачів.

Урахування особливостей аудиторії є важливим елементом підготовки до публічного виступу. На нашу думку, можна використати методику самопізнання та саморозвитку, яку розробили американські психологи Джозеф Лафт і Гаррі Інгам – «Вікно Джохарі» (від поєднання

імен: Joe+Harry). Ця методика дає змогу зрозуміти, наскільки особистість відкривається перед людьми. Адже успіх у спілкування залежить від того, як широко відчинене наше «вікно» та «вікно» співбесідника. Під час спілкування чи публічного виступу необхідно регулювати його «ширину»; «вікно» має бути відчинене однаково, адже виступ якісний тоді, коли ми спілкуємося зі слухачами (враховуємо зацікавлення, спільні погляди, ведемо діалог, відповідаємо на запитання тощо), а не виступаємо з монологом. Отже, під час підготовки до публічного виступу треба враховувати особливості аудиторії: вік, стать, професійне спрямування (адже «вікно», наприклад, гуманітарія та фахівця технічного профілю відчинені неоднаково, а тому й інформацію вони висловлюють, сприймають і аналізують по-іншому).

Враховувати час, який відведений на промову, теж важливо у процесі підготовки. Відомий такий вислів: «Якщо треба виступати 10 хвилин, то на підготовку потрібно тиждень. Якщо – одна година, тоді потрібно два дні. Якщо ж час виступу необмежений, його вже можна розпочати». Тобто, майстерності викласти основні ідеї за кілька хвилин потрібно вчитися. Також не варто забирати час інших, потрібно підготуватися так, щоб залишити час на запитання чи обговорення.

Підсумовуючи розглянуті проблеми готовності до публічного виступу, зазначимо, що потрібно враховувати психологічні аспекти та закономірності ораторської майстерності під час підготовки до публічного виступу, безпосередньо під час виголошення промови і коли ми аналізуємо успіхи чи невдачі.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Гандапас Р. І. Камасутра для оратора. Десять розділів про те, як перетворити публічний виступ на втіху. Дніпро : Моноліт, 2017. 272 с.
2. Зархін М. Львів – глобальне місто. URL : [https://zbruc.eu/node/86498?fbclid=IwAR2i5N4qDv5PxuVyCitg29akx9\\_LdsbQT1nP\\_STsuAeYBMaWXVomU4-APio](https://zbruc.eu/node/86498?fbclid=IwAR2i5N4qDv5PxuVyCitg29akx9_LdsbQT1nP_STsuAeYBMaWXVomU4-APio).
3. Степура А. WOW-виступ по-українськи. Ноу-хау сучасного оратора. Дніпро : Моноліт, 2018. 304 с.
4. Феррацці К. Ніколи не їжте наодинці та інші секрети успіху завдяки широкому колу знайомств. Харків. 2018. 350 с.

*Зоряна Кремінь,  
науковий керівник – Роксолана Сірко*

### **Маніпулятивний вплив у спілкуванні**

Явище маніпулювання людьми відоме протягом усієї історії суспільства. Зараз воно значно розповсюджене, та відзначається різноманітністю форм у його реалізації. Маніпуляція стає усе більш виражена й місцями навіть небезпечна. Тому стає актуальною проблема їх впливу на міжособистісне спілкування.

Дослідники Б.Мещрякова і В.Зінченко пропонують таке визначення терміну «маніпуляція»: «Маніпуляція – це комунікативний вплив, який призводить до актуалізації у об'єкта впливу певних мотиваційних станів, почуттів, стереотипів, що спонукають його до поведінки, бажаному для суб'єкта впливу, при цьому не передбачається, що він обов'язково має бути не вигідним для суб'єкта впливу» [1, с.245].

В роботах зарубіжних і вітчизняних учених висвітлені проблеми маніпулювання людьми, а також причини, впливи та зміст. У працях психолога Р. Чалдіні означені знаряддя і принципи психологічного маніпулювання та сформульовані методи захисту від нього. Н. Геген визначив чинники, техніки та форми поведінки, що схиляють людину піддатися маніпуляції. Г. Грачов та І. Мельник, у своїх працях, досліджують міжособистісні маніпуляції та психологічні труднощі їх виявлення, С. Кара-Мурза працювала з маніпуляцією свідомістю; В. Панкратов – маніпуляції у спілкуванні, також розробляв методи нейтралізації. Є. Доценко проаналізував проблеми міжособистісних маніпуляцій у сьогоденні. Тему маніпуляції свідомістю висвітлено також у роботах В. Зірки, О. Чернецької, О. Гуменюк; В. Татарко;

Протягом останнього років було видано немало робіт публіцистичного плану, в яких активно піднімалась проблема психологічних маніпуляцій. Найбільш відома – «Маніпуляція свідомістю» автора Кара-Мурзи. З психологічної точки зору досить публіцистична, проте користується чималим попитом.

Основні прийоми маніпулятивного впливу за Е. Доценком [2]:

Прихований характер маніпуляції: відволікання уваги адресата, обмеження уваги на змісті, зниження критичності, підняття особистого статусу, ізоляція адресата від інших людей тощо.

Для реалізації психологічного тиску використовуються такі прийоми: перехоплення ініціативи, введення своєї теми в розмову,

зменшення часу на прийняття рішення, рекламування себе або натяк на широкі зв'язки й можливості тощо.

Проникнення в психічну сферу адресата здійснюється через значимі для нього почуття (гордість за власне походження, нетерпимість до певного типу людей, хобі, інтерес, позиції, бажання тощо).

Експлуатація особистісних якостей адресата являє собою імітацію процесу ухвалення рішення ним самим. Спершу створюється конкуренція мотивів. Наступне – зміна спонукальної сили на користь того мотиву, який необхідний маніпулятору.

Протистояти маніпулятивним діям допомагає така якість як асертивність, що характеризує як зрілу особистість з адекватною самооцінкою і з наявністю власної точки зору. Така людина не дозволяє собою маніпулювати і орієнтується на відкритість у стосунках.

Для маніпулятора є характерним обман, лицемірство, фальш. Він часто приховує свої справжні мотиви. Вони дотримуються думки «або ти використовуєш людей, або люди використовують тебе».

Розглянемо класифікацію типів маніпуляторів Е. Шострома [3]:

Диктатор. Для нього є характерним постійна демонстрація своєї влади і сили. Прикладає всіх зусиль задля керування оточуючими: командує, змушує, психологічно пригнічує, посилається на авторитети.

Слабак. Повна протилежність диктатору і нерідко його жертва. Часто використовує емоційність і бездіяльність: «не бачить», «не чує», «не розуміє», «не може».

Калькулятор. Його родзинка полягає у бажанні прорахувати кожен свій крок і кроки оточення, все тримає під контролем (часто роль контролю – перебільшена).

Прилипала. Він гіперболізує свою залежність від інших, переконуючи у своїй беспорядності, змушує інших робити всю роботу за нього.

Хуліган. Головні інструменти – погрози, агресія.

Славний хлопець. Старається всім у всьому догодити – перебільшує свою любов, турботу, увагу до оточуючих.

Суддя. Зазвичай, мало кому довіряє, є прихильником до неаргументованих звинувачень.

Захисник. Спеціально наголошує про свою підтримку інших, терпимий до недоліків, піклується про людей, навіть тоді, коли його не просять.

Розгляд усіх типів показав, що у різних життєвих ситуаціях у людини проявляються різні маніпулятори. Це свідчить про те, що маніпуляція посідає важливе місце серед соціально-психологічних механізмів впливу і є невід'ємним елементом життя сучасної людини.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Большой психологический словарь. – 4-е изд., расширенное / Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА; СПб.: Прайм-Еврознак, 2009. – 811 с.
2. Доценко Е. Л. Психология манипуляции / Е. Л. Доценко. – М. : ЧеРо, 1997. – 344 с.
3. Шостром Э. Человек – манипулятор. Внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации / Э. Шостром. – М. : [б. и.], 2004. – 192 с.

*Діана Мельничайко,  
науковий керівник – Андрій Цюпрік*

### **Соціально-психологічні причини конфліктів у сім'ї**

Проблема конфлікту завжди була в тому чи іншому ступені актуальна для будь-якого суспільства. В будь-якому конфлікті партнери відчують змішані почуття: з однієї сторони, злість, ненависть, з іншої – приглушені доброзичливі почуття, породжені досвідом попереднього спілкування.

У психології ще не склалося загальноприйняте розуміння суті конфлікту. Частина психологів трактує його, як зіткнення, протидія, протиріччя [1, с. 51]. Лише в самих ранніх дослідженнях конфлікту допущалося його виникнення, образно кажучи, «без участі особистості» [3, с. 190]. Наука доводить, що конфлікт не відноситься до тих явищ, якими можна ефективно керувати на основі життєвого досвіду і здорового глузду. Конфлікт найбільш гострий спосіб усунення протиріч, що виникають у процесі взаємодії, який полягає в протидії суб'єктів конфлікту і звичайно супроводжується негативними емоціями і досить часто негативними наслідками.

Проблема сімейних конфліктів є предметом нашого дослідження тому що сім'я, родина — найдавніший інститут людської взаємодії, унікальне явище. Її унікальність полягає в тому, що кілька людей самим тісним способом взаємодіють протягом тривалого часу, що нараховує десятки років, тобто протягом більшої частини людського життя. у такій системі інтенсивної взаємодії не можуть не виникати суперечки, конфлікти та кризи.

Для осмислення даної проблеми велике значення мають наукові праці вчених психологів Бондарчук О.І., Ацупов А.Я., Гришина Н.В., Пірне М.І., Ануфрієва Н.М., Т.Н. Зелінская, Н.Е. Зелінский. та ін.

Із соціально-психологічного погляду сім'я є малою соціальною групою людей, що заснована на шлюбі та(чи) кровній спорідненості і функціонує на основі соціального побуту, матеріальної і моральної взаємодопомоги [2, с.4].

В основі стосунків у сім'ї лежить почуття любові як вищий рівень емоційно позитивного суб'єкт-суб'єктного рівня. Відносини, побудовані на основі почуття любові, характеризує висока вибірковість, глибока зануреність їх суб'єктів, контакт між ними на всіх рівнях. Найбільш загрожує сімейній гармонії перехід від любові до утилітарно-ділових стосунків, обмежених виконанням подружніх ролей, яке не приносить задоволення.

Подружні взаємини – сукупність соціально регламентованих стосунків між шлюбними партнерами. Вони є частиною сімейних взаємин і водночас значно розрізняються за змістом, функціями, структурою від стосунків любові. Зміст подружніх взаємостосунків обумовлений значенням шлюбу, який організовує, стабілізує, соціально санкціонує задоволення господарсько-побутових, емоційно-сексуальних, психологічних і батьківських потреб чоловіка і жінки.

У шлюбі партнер має два суперечливих прагнення: до спілкування з іншими і до відсторонення від них. Спілкування тільки один з одним у шлюбі швидко виснажується, набридає, потребує розширення свого кола спілкування, з'являється бажання завести нові знайомства та реалізувати себе в іншому напрямку, в напрямку, якого немає в подружньому житті.

На вчинки, що призводять до конфлікту в сімейних стосунках, слід завжди звертати увагу, бо сім'я — надзвичайно важливий соціальний інститут у державі, який є гарантом майбутнього. Недаремно кажуть: сильна сім'я — сильна держава. Тому в системі політики держави сім'я повинна займати гідне місце [4].

Основну роль у сімейних стосунках відіграють подружні конфлікти. Вони частіше виникають через незадоволення потреб як подружжя в цілому, так і кожного з її члена. Мають місце і чинники, які найчастіше призводять до виникнення подружніх конфліктів. Значний вплив на імовірність виникнення подружніх конфліктів роблять зовнішні фактори: погіршення матеріального становища багатьох родин; надмірна зайнятість одного з подружжя (чи обох) на роботі; неможливість нормального працевлаштування одного з подружжя; тривала відсутність свого житла; відсутність можливості влаштувати дітей у дитячу установу й ін.

Перелік факторів конфліктності родини був би неповним, якщо не назвати макрофактори, тобто зміни, що відбуваються в сучасному суспільстві, а саме: ріст соціального відчуження; орієнтація на культ споживання; девальвація моральних цінностей, у тому числі традиційних норм сексуальної поведінки; зміна традиційного статусу жінки в родині (протилежними полюсами цієї зміни є повна економічна самостійність жінки і синдром домогосподарки); кризовий стан економіки, фінансів, соціальної сфери держави.

Конфліктна поведінка партнерів може виявлятися в схованій і відкритій формах. Показниками схованого конфлікту є: демонстративне мовчання; різкий жест чи погляд, що говорить про незгоду; бойкот взаємодії в якійсь сфері сімейного життя; підкреслена холодність у стосунках. Відкритий конфлікт виявляється частіше через відкриту розмову в підкреслено коректній формі; взаємні словесні образи; демонстративні дії (ляскіт дверима, биття посуду, грюкотіння кулаком по столі), образа фізичними діями й ін.

Отже, ключову роль у сімейних конфліктних відносинах відіграють подружні конфлікти. Вони виникають через незадоволення потреб подружжя. Сімейні конфлікти мають психотравматичні наслідки: стан повної сімейної незадоволеності, «сімейна тривога», нервово-психічна напруга, стан провини.

### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Анцупов А.Я. Конфликтология: Учебник для вузов / А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – М.: ЮНИТИ, 1999. – 496с.
2. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: Курс лекцій / О.І. Бондарчук. – К.: МАУП, 2001, – 96с.: іл. – Бібліогр. наприкінці тем.
3. Гришина Н.В. Психологія конфлікту / Н.В. Гришина. – СПб.: Питер, 2009. – 544с.
4. Пірен М.І. Конфліктологія: Підручник / М.І. Пірен. – Київ: МАУП, 2003. – 360 с.

*Надія Урбанська,  
науковий керівник – Роман Яремко*

### **Проблема професійної спрямованості старшокласників**

Проблема професійної спрямованості у старшокласників є досить актуальною у сьогоденні суспільства. Перед кожним випускником рано чи пізно виникає питання, яке пов'язане з вибором вищого навчального закладу та майбутньої професії. Більшість молодих людей, які

закінчують навчання у загальноосвітніх школах і готуються до самостійного життя, замислюються над своїм подальшим розвитком, сферою реалізації здібностей та індивідуальних якостей, а також соціальним середовищем для втілення своєї життєвої мети.

Безмежна самореалізація неможлива у конкретному житті окремої людини: шлях до здійснення себе полягає вздовж тієї провідної лінії життя, ціннісний орієнтир якої виростає із самовизначення, тобто це завжди напружена творча робота над становленням власної особистості, подолання себе, вибір одних можливостей і відмова від інших.

Одним із найважливіших стратегічних рішень у житті людини є вибір професії. Обираючи її, особистість здійснює тим самим не тільки вибір роду занять, а й складний аспект самовизначення. Вибір тут виходить за межі надання переваги тій чи іншій спеціальності, бо обертається для особистості вирішенням «вічних» питань смислу буття, власного місця у житті.

Професійна спрямованість особистості – категорія, яка становить предмет дослідження одночасно декількох наук: філософії, психології, соціології та педагогіки. Сьогодні в психології немає однозначного визначення професійної спрямованості. Однак, професійну спрямованість пояснюють, перш за все, як сукупність мотиваційних утворень (інтересів, потреб, схильностей, прагнень), пов'язаних з професійною діяльністю людини, що впливають на вибір професії, прагнення реалізувати себе в ній, задоволеність від неї. Професійна спрямованість являє собою інтегральне утворення, яке характеризується предметом професійної спрямованості, в якості якого виступає бажана професія або вид діяльності, види мотивів професійної діяльності, сила спрямованості, міра вираженості прагнення до оволодіння професією, а також реалізації себе в ній, задоволеність чи не задоволеність людини своєю професією [1, с.40].

Юнацька спрямованість має комплексний характер, так як розповсюджується не тільки на професійну сферу (вибір майбутньої трудової діяльності), а й на сімейну (вибір шлюбного партнера, створення сім'ї), громадянську (суспільні позиції, вибір друзів). Його формування ускладнюється дисбалансом між швидким дорослішанням, статевим дозріванням і повільнішим настанням соціальної зрілості юнака. Професійна спрямованість старшокласників – процес прийняття рішення особистістю щодо вибору майбутньої трудової діяльності. Він полягає в усвідомленні особистістю себе як суб'єкта конкретної професійної діяльності і передбачає самооцінку людиною індивідуально – психологічних якостей та зіставлення своїх можливостей з психологічними вимогами професії до спеціаліста [5, с.65].



Основною помилкою у виборі професії часто виступає уявлення батьків про професійні плани дитини, які не відповідають реальній дійсності, бажання бачити дитину спеціалістом цієї чи іншої сфери діяльності не завжди збігаються з її інтересами і нахилами. Пояснюється це значною мірою недостатньою обізнаністю батьків з профорієнтацією. Все це свідчить про необхідність проводити спеціальну профорієнтаційну роботу не тільки з дітьми, а й з їхніми батьками [3, с.135].

Досить важливим для розуміння змісту професійної спрямованості є поняття професіоналізму. Професіоналізм – це інтегральна якість, яку називають новоутворенням суб'єкта праці, що характеризує продуктивне виконання професійних завдань, а також, яке зумовлене творчою самодіяльністю і високим рівнем професійної самоактуалізації [4].

Виходячи із вищенаведеного, А.О. Деркач визначає професіонала як суб'єкта професійної діяльності, що володіє високими показниками професіоналізму особистості і діяльності, має високий професійний і соціальний статус, систему особистісної і діяльнісної нормативної регуляції, що динамічно розвивається, постійно націлену на саморозвиток і самовдосконалення, особистісні і професійні досягнення, що мають соціально-позитивне значення. Суміжним із професіоналізмом є поняття компетентності – сукупність знань, поінформованості, авторитету в якій-небудь області [2, с.82].

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Борисова М.В. Психологические детерминанты феномена эмоционального выгорания у педагогов // Вопр. психол. – 2005. – № 2. – С. 96 – 104.
2. Деркач А. А., Селезнева Е. В. Акмеология в вопросах и ответах: Учебн. пособие. – М.: МПСИ, Воронеж: НПО МОДЭК, 2007. – 248 с.
3. Зеер Э.Ф. Психология профессий. – Екатеринбург: УГППУ, 1997. – 244 с.
4. Маркова А.К. Психология профессионализма. – М.: "Знание", 1996. – 308 с.
5. Сыманюк Э.Э., Макаренко А. С. Психологические барьеры профессионального развития личности. Практико-ориентированная монография.– М.: Московский психолого-социальный институт, 2005. – 252 с.

*Галина Федюк*

### **Психолого-педагогічні ідеї академіка І. Зязюна**

Фундаментальні наукові дослідження академіка НАПН України Івана Андрійовича Зязюна присвячені різноманітним проблемам становлення духовно розвиненої, інтелектуально загартованої, емоційно

багатої, естетично зорієнтованої, творчо-креативної особистості педагога-гуманіста, розвитку професійної майстерності вчителя. Учений ще в радянські часи був ініціатором упровадження в педагогічні заклади вищої освіти навчального курсу, спрямованого на формування педагогічної майстерності, яку він розглядав як «стійку систему теоретично осмислених і практично виправданих педагогічних дій і операцій, що забезпечують високий рівень педагогічної взаємодії між викладачем і його учнями» [3, с. 47].

Для Івана Андрійовича вчитель – це символ педагогіки серця, любові, творчості й активної дії, радісної та повсякденної співпраці з учнями, батьками, різними громадськими організаціями, усіма тими, хто причетний до освіти. Розроблена під його керівництвом концепція педагогічної майстерності має глибоке коріння, сягаючи джерел нашого української історії, культури, етнонаціональних традицій, народної мудрості. Упродовж багатьох років учений-філософ обґрунтовував і відшліфовував теоретико-методологічні засади і міждисциплінарні положення цієї складової педагогічної науки [5, с. 49, 50]. Учительська праця, як вважає І. Зязюн, спрямована на кожного вихованця, який послідовно та систематично набуває розумового, естетичного, трудового досвіду. Вчений доводить: «у педагогічній дії є два рівнозначні суб'єкти за змістовною сутністю – Людина і Людина. Вони мають створювати один одному відчуття спокою, рівноваги, благополуччя, щастя. Як це зробити – знає передусім педагог. Він має навчити цього своїх учнів... Навчити ненав'язливо, нетенденційно, мимовільно. Навчити своєю поведінкою, своїм статусом, своїми Знаннями, своєю Людністю, своєю Свободою, своїм Щастям, своїм Талантом» [1, с. 74].

І. Зязюн збагатив педагогіку та педагогічну психологію чималою кількістю нових ціннісних смислів, які глибоко передають аксіологію професії вчителя. Серед значущих педагогічних цінностей він виділяє самостійність (свобода, творчість, сміливість, незалежність, вибір власних цілей); щедрість (допомога, чесність, відповідальність, дружба); універсалізм (широта мислення, рівність, захоплення прекрасним, мудрість) [6, с. 53]. Ґрунтуючись на культурологічному підході, І. Зязюн пов'язує культурно-освітній розвиток особистості з вихованням ціннісних орієнтацій і вважає духовність, інтелігентність провідними рисами особистості. Духовність учителя, зокрема, він характеризує як системотвірну складову цілісного освітнього процесу.

Якісними показниками педагогічної майстерності вчителя, на погляд ученого, є «моральність як зразок поведінки для вихованців, есте-

тичність як необхідне постійне вміння вчителя включати у процес педагогічної дії позитивні почуття прекрасного і піднесеного, рідше – комічного, наповнюючи дію потребою-спонукою кожного учня до набуття статусу суб'єкта педагогічної дії» [4, с. 368]. Учитель – це той, хто веде за руку, педагогіка – майстерність ведення за руку, отже, справжня педагогіка – це психологія в дії [28, с. 21].

У педагогічній картині світу особливе місце, як наголошує І. Зязюн, займають концепти «радість» і «краса» [1, с. 121]. Для учнів – бадьора, бурхлива радість шкільного життя, для вчителя – краса і радість від педагогічної творчості. Фактор радості пов'язаний із задоволенням потреби в самоствердженні, реалізації відповідних прагнень: «Чим більше позитивної почуттєвості одержує дитина в перші шкільні роки, тим необхіднішою буде самоствердження її життєвою радістю і любов'ю від процесу навчання, від спілкування з учителем, з учнями у школі»; «Тільки радість – запорука вчительської творчості, лише радість педагогічного спілкування і творення – твоє життєве щастя».

Особливої важливості академік І. Зязюн надає афекту, інтелекту, волі особистості. Афект – емоційно-почуттєвий світ людини, її психофізіологічна складова. З емоціями людина народжується. Соціалізуючись, емоції перетворюються в почуття. Вони надзвичайно вагомі в інтелектуальному розвитку й саморозвитку особистості, є основою людського розуму, досвіду. Почуття завжди підтримуються інтелектом, а інтелект породжується почуттями. «Якщо уважніше подивитися, то почуття значно вагоміші за розум. Почуття рухають науку... Із почуттів розпочинається учительський авторитет» [2, с. 23].

Отже, ключовими концептами філософсько-педагогічних, психолого-педагогічних досліджень І. Зязюна є людина, учитель і учень, радість і краса праці, педагогічна дія. На його слушну думку, справжня педагогіка – це психологія в дії. Своєю творчістю видатний український учений довів, що вчитель має володіти педагогічним і психологічним мисленням, ціннісною установкою якого є пріоритет індивідуальності, саморозвитку, самоучіння особистості. Це спонукає замислитись над завданнями докорінного перегляду професійної підготовки вчителя в українській системі освіти.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Зязюн І. А. Педагогіка добра: ідеали і реалії : наук. метод. посіб. Київ: МАУП, 2000. – 312 с.

2. Зязюн І. Педагогічна психологія чи психологічна педагогіка?! Естетика і етика педагогічної дії: зб. наук. пр. 2012. Вип. 3. С. 20–38.
3. Зязюн І. А. Філософські засади освіти: освітні і виховні парадигми, освітні технології, діалектика педагогічної дії. Педагогічна майстерність у закладах професійної освіти : монографія. Київ, 2003. С. 11–60.
4. Зязюн І. А. Філософія педагогічної дії : монографія. Черкаси : Вид. від. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. – 608 с.
5. Ничкало Н. Педагогіка серця і добра Івана Зязюна. Рідна школа. 2017. № 9/10. С. 49–55.
6. Семенов О. М. Педагогічна майстерність академіка Івана Зязюна: лінгвоаксіологічний аспект. Педагогічна майстерність академіка Івана Зязюна : зб. наук. пр. Київ : Богданова А.М., 2013. С. 153–160.

*Інна Шишова*

### **Дитиноцентризм вчення В. Сухомлинського й інклюзивна освіта**

Однією з провідних тенденцій прогресивної світової системи освіти у зв'язку із розвитком суспільства, збільшенням кількості дітей, які мають певні фізичні та розумові особливості, прагненням родин дати своїм дітям найбільш якісну освіту якомога ближче до місця проживання, є інклюзія – якомога більш делікатне і ефективно включення дитини з особливими потребами у виховання, навчання, соціалізацію шляхом організації цих процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

Поняття інклюзивної освіти стало поширеним відносно недавно, але вже міцно увійшло в лексику науковців та практиків, людей, причетних до соціальної інтеграції дітей з особливими потребами. В нашій державі цей термін використовують, коли мова йде про тих дітей, які мають особливості зорової, слухової, мовленнєвої, інтелектуальної, опорно-рухової функцій, поведінки, спілкування тощо і потребують створення особливих умов для отримання освіти. Внаслідок різноманітних особливостей, які пов'язані зі станом здоров'я, психіки, розумового розвитку, рівнем розвитку аналізаторів, нервової системи, загальним самопочуттям, ця група дітей є надзвичайно уразливою щодо впливів з боку як макро-, так і мікросоціуму: їм набагато складніше пристосуватися до умов суспільства, побудувати стратегію і тактику власного життєвого шляху, оволодіти необхідними для успішного і щасливого життя знаннями, вміннями, навичками.

«Інклюзія передбачає створення освітнього середовища, яке відповідає потребам і можливостям кожної дитини, незалежно від особливостей її психофізичного розвитку» [3, с. 101]. Чи не найголовнішим

вектором і водночас метою інклюзивної освіти є дитиноцентризм – цілісна система методів, засобів, спрямованих на те, щоб дитина ефективно і гармонійно розвивалася, ставала наскільки можливо пристосованою до майбутнього, відчувала при цьому небайдужість, підтримку, допомогу, захист, доброту, впевненість у тому, що оточуючі не тільки вміють, знають, прагнуть, але й зроблять все можливе для здійснення цих завдань якомога більш безболісно для неї, яка вже й так, досить часто маючи непросту долю внаслідок особливостей розвитку, стану здоров'я, соціальних умов, досить багато пережила. Дитиноцентризм передбачає наявність психолого-педагогічної, фізичної, економічної, соціальної складової, яку під час інклюзивної освіти має бути детально продумано індивідуально для кожної дитини і втілено у її життя. Бажаним, при цьому, на наш погляд, є не тільки використання світових методик інклюзії (які в інших країнах зарекомендували себе, як свідчать чисельні публікації, дуже добре, проте потребують осмислення і адаптування), але й вітчизняний психолого-педагогічний досвід, ті глибокі і ґрунтовні надбання, які запозичують і часто керуються освітяни багатьох інших держав.

Основою для реалізації цього процесу в нашій державі має стати, як ми вважаємо, вчення В.О. Сухомлинського, видатного українського радянського педагога, публіциста, письменника, поета, Заслуженого вчителя УРСР, кандидата педагогічних наук, члена-кореспондента Академії педагогічних наук РРФСР; члена-кореспондента Академії педагогічних наук СРСР, побудоване на засадах гуманізму, доброти, толерантності, особливостях народних традицій, національного характеру і темпераменту, наукових досягненнях і практичних надбаннях народу нашої держави.

Діяльність В.О. Сухомлинського як насамперед людини, вчителя, директора школи, науковця справедливо можна вважати людино- та дитиноцентрованою. Його твори, погляди на людину, дитину є настільки мудрими і багатограними, добрими, що вчений дійсно є зразком у створенні моделі сучасної школи, прогресивного ставлення до дитини. Багато у чому випередивши практику і наукову думку щодо розвитку дитини з особливими потребами у шкільному колективі, він помічав позитивні результати у тих ситуаціях, коли дитина навчається близько до того місця, де вона живе, має можливість спілкуватися зі здоровими або просто більш розвиненими та такими, які мають кращі здібності, ровесниками, має можливість разом з ними здійснювати особистісний, моральний, інтелектуальний, трудовий, естетичний, фізичний розвиток.

Відзначимо, що у Радянському Союзі і до недавнього часу в нашій державі діяла така система освіти дітей з особливими потребами, яка передбачала їх відокремлене навчання і виховання в спеціальних загальноосвітніх закладах, які досить часто були розташовані далеко від місця проживання цих дітей, тому передбачали цілодобове перебування відокремлено від родин. Крім того, такі сегреговані умови не давали дітям можливості вчасно, під час перебігу сензитивного періоду, соціально адаптуватися та інтегруватися у соціум здорових ровесників. Не можна не відмітити плюси, які були і є в подібних закладах – це досить високий рівень підготовки фахівців, які найчастіше мали і мають спеціалізовану освіту, розроблені науковцями методики навчання і виховання таких дітей, наявність підручників, посібників, наголосу на трудове навчання і виховання, оволодіння доступними професіями, умови, під час яких можливе дотримання охоронного режиму навчання та відпочинку.

Василь Олександрович наголошував на необхідності та можливостях включення особливих дітей у процес виховання і навчання в звичайній школі разом із колективом однолітків. Він писав, що «вчити і виховувати таких дітей треба у масовій загальноосвітній школі; створювати для них якісь спеціальні навчальні заклади немає потреби. Це діти – не виродливі, а найтендітніші, найніжніші квіти в безмежно різноманітному квітнику людства» [1, с. 85–86]. Також, на його думку: «Гуманну місію школи і педагога ми вбачаємо в тому, щоб врятувати цих дітей, увести їх в світ суспільства, духовного життя, краси цілком повноцінними і щасливими». Водночас В.О. Сухомлинський наполягав, «щоб, перебуваючи в атмосфері повноцінного духовного життя школи, недостатньо здібна дитина ніколи не відчула своєї «неповноцінності» [1, с. 86].

У статті «Найвідсталіший у класі...» В.О. Сухомлинський відмічав, що із самого початку педагогічної роботи його цікавило питання: що являють собою діти, розвиток яких відстає від норми. Він цікавився причинами цього явища: «Якою мірою це нещастя зумовлюється спадковістю, а якою – особливостями середовища, що оточувало їх з ранніх років? Що відбувається в їхньому мислительному апараті в ті хвилини й години, коли я, педагог, усі сили докладаю, щоб збудити в класі самостійну думку?» [2, с. 584]. Вже декілька десятиліть тому вченим було помічено щодо дітей з особливими потребами, що «якщо вчити їх так само, як учать усіх дітей, вони неминуче залишаться недоуками, знедоленими, нещасними людьми, які все життя переживатимуть гірку думку: я ні на що не здатний. Їх треба постійно захищати, бо вони легко уразливі: сфера

інтелектуального життя в дитячому віці тісно зливається із сферою моральною, і кожна невдача в навчанні сприймається як гірка прикрість (проте тільки до того часу, поки серце не призвичаїться і не задерев'яніє, але тоді вже не може бути й мови про якийсь порятунок)» [2, с. 584]. В. О. Сухомлинський підкреслював, що виховання людини, яка відрізняється від інших неуспішністю у навчанні, «повинно бути в сто разів ніжнішим, чулішим, дбайливішим» [2, с. 590].

У працях «Серце віддаю дітям», «Розмова з молодим директором», «Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості», «Як виховати справжню людину» особливу увагу приділено дітям, які потребують індивідуальної підтримки, допомоги. У праці «Розмова з молодим директором школи» Василь Олександрович окремих розділ приділив роботі з дітьми, яких ми називаємо «діти з особливими потребами», і назвав його «Важкі діти».

Таким чином, беззаперечним науковим фактом вважаємо таку характерну рису вчення В.О. Сухомлинського, як дитиноцентризм. Високогуманним і тим, яке випередило свій час, стало ставлення Василя Олександровича до дітей з особливими потребами. Враховуючи необхідність і важливість впровадження інклюзивної освіти у систему загальноосвітніх закладів нашої держави, бажаною є побудова такого процесу інклюзії, який би ґрунтувався на спадщині цієї видатної талановитої людини.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Сухомлинський В. О. Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості. Вибрані твори в 5-ти т. Т. 5. К.: Рад. Школа., 1977. С. 584–590.
2. Сухомлинський В. О. Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості. Вибрані твори в 5-ти т. К.: Рад. шк., 1976. Т. 1. С. 55–208.
3. Шишова І. О. Особистісно-естетичний компонент корекційної освіти. Наукові записки. Вип. 143. Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2016. С. 101–104.



## Наші автори

**Ксенія Березяк** – викладач кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Ігор Березький** – курсант 4 курсу загальновійськового факультету Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Наталія Болехівська** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Антоніна Боярська** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Світлана Вдович** – доцент кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник

**Олена Гаврилюк** – студентка 2 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Ірина Гажев** – курсант 4 курсу загальновійськового факультету Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Олена Гапонюк** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Вікторія Гродська** – студентка 2 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Крістіна Дячук** – курсант 4 курсу загальновійськового факультету Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Ірина Козел** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Юлія Коструліна** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності



**Марта Маковецька** – студентка 5 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Вікторія Мутенко** – студентка 1 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Олена Олійник** – студентка 5 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**В'ячеслав Павлюк** – курсант 2 курсу загальновійськового факультету Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Віктор Сіткар** – доцент кафедри практичної психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, кандидат психологічних наук, доцент

**Христина Свинар** – курсант 4 курсу загальновійськового факультету Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного

**Іван Сорич** – студент 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Світлана Тимінська** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Андрій Цюприк** – доцент кафедри практичної психології та педагогіки Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності, кандидат педагогічних наук, доцент

**Інна Бондар** – студентка 2 курсу факультету педагогічної освіти Львівського державного університету фізичної культури

**Лілія Годій** – курсант 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Регіна Зелінська** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Дар'я Кліщ** – студентка 2 курсу Інституту права та психології Національного університету «Львівська політехніка»

**Христина Пашкевич** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Віктор Повстин** – курсант кафедри спеціально-рятувальної підготовки та фізичного виховання Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**В'ячеслав Сурін** – студент 3 курсу Львівського державного університету внутрішніх справ

**Світлана Біняшевська** – студент Львівського державного університету внутрішніх справ

**Дар'я Кліщ** – студентка 2 курсу Інституту права та психології Національного університету «Львівська політехніка»

**Тетяна Конівіцька** – молодший науковий співробітник Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Зоряна Кремінь** – студент 3 курсу факультету психології Львівського державного університету внутрішніх справ

**Мельничайко Діана** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Надія Урбанська** – студентка 4 курсу Навчально-наукового інституту психології та соціального захисту Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Галина Федюк** – аспірант кафедри практичної психології та педагогіки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності

**Інна Шишова** – доцент кафедри спеціальної освіти і здоров'я людини Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені В. Винниченка, кандидат педагогічних наук, доцент



**Наукове видання**

**ВИДАТНІ ПОСТАТІ ПСИХОЛОГІЇ:  
ІСТОРІЯ, СУЧАСНІСТЬ І ПЕРСПЕКТИВИ**

Матеріали  
VI регіонального наукового семінару  
до дня психолога

Верстка – С. М. Вдович

