

обґрунтовані, вони мали досить позитивний особистий досвід у спілкуванні, висновки о людях складають чітко, схильні до прямолінійного вираження своїх емоцій, за допомогою звертаються по мірі необхідності. Другу групу (12 %) складають особи з деструктивною надзалежністю. Такі особи дуже сильно потребують емоційної близькості з іншими людьми, любові та прийняття іншими себе. Негативне ставлення до людей вони маскують, бо потребують уваги до себе. Прагнуть щоб їм допомагали та підтримували на тлі постійного відчуття себе як безпорадного і слабкого. Третю групу (15 %) складають індивіди з дисфункціональною віддаленістю. Вони характеризуються як особи, яким важко розвивати соціальні контакти. Досить високий рівень негативного особистісного досвіду. Також схильні робити необґрунтовані узагальнення негативних фактів в області взаємин з партнерами і в спостереженні за соціальною дійсністю. Таким людям властиві специфічні міжособистісні проблеми. Вони легко дратуються у присутності інших людей, підвищено агресивні, схильні до зайвої, не завжди виправданої критики оточуючих, нерідко чинять психологічний тиск на інших людей.

Список бібліографічних посилань

1. Алексеева А. В. Факторы, влияющие на возникновение феномена социального одиночества. *Дискуссия. Дискуссионный клуб*. 2015. Вып. 10 (62). С. 82–86.
2. Анцупов А. Я., В. В. Ковалев. Социально-психологическая оценка персонала. М. : Юнити-Дана, 2006. 303 с.
3. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Освобождение от созависимости. М. : Класс, 2009. 224 с.
4. Уайнхолд Б., Уайнхолд Дж. Противозависимость: бегство от близости. Каменец-Подольский : Аксиома, 2009. 328 с.
5. Шатохина Л. В. Особенности формирования межличностных отношений курсантов в воспитательном процессе. *Novainfo*. 26.10.2016. Вып. 53-2. URL: <https://novainfo.ru/article/8231> (дата звернення: 21.10.2018).
6. Шириев А. А. Психология воинского коллектива в условиях современного развития военных сил. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета*. 2010. Вып. 2 (2). С. 105–108.

Одержано 31.10.2018

УДК 159.98

Тетяна Василівна СЕЛЮКОВА,

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

Каріна Сергіївна ШЕВЦОВА,

соціально-психологічний факультет
Національного університету цивільного захисту України

РЕФЛЕКСИВНА РЕГУЛЯЦІЯ ТА ОСОБИСТІСНА ЗРІЛОСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО ЗНАЧУЩІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ВІДЧУТТЯ САМОТНОСТІ

На сучасному етапі розвитку суспільства, що характеризується перенасиченням різноманітною інформацією, інтенсифікацією і технологізацією діяльності, що ускладнюють формування навичок відкритого спілкування, гостро постає проблема самотності, рефлексії та особистісної зрілості. Особливої значущості це питання набуває у юнацькому віці, адже почуття переживання самотності перешкоджає вирішенню завдань даного вікового періоду, пов'язаних із розвитком рефлексії й особистісної зрілості, процесом професійного становлення, реалізацією потреби у спілкуванні й встановленням глибоких емоційно насичених міжособистісних стосунків тощо. Таке становище веде до труднощів людей в освоєнні норм міжособистісних відносин, у формуванні життєвої позиції, у розвитку особистісних якостей.

Рефлексія – процес самопізнання суб'єкта свого внутрішнього світу, стану психічних процесів. Рефлексія – не тільки знання й розуміння самого себе, але й установлення того, як інші розуміють і сприймають твою особистість, емоційні реакції й когнітивні уявлення.

Залежно від функцій, які виконуються рефлексією в різних ситуаціях, А. В. Карпов і деякі інші її дослідники, наприклад, А. С. Шаров, виділяють наступні її види: ситуативна рефлексія – виступає у вигляді «мотивувань» і «самооцінок», що забезпечують безпосередню включеність суб'єкта в ситуацію, осмислення її елементів, аналіз того, що відбувається. Включає в себе здатність суб'єкта співвідносити з предметною ситуацією власні дії, а також координувати і контролювати елементи діяльності відповідно до мінливих умов; ретроспективна рефлексія – служить для аналізу вже виконаної діяльності та подій, що мали місце в минулому; перспективна рефлексія – включає в себе роздуми про майбутню діяльності, уявлення про хід діяльності, планування, вибір найбільш ефективних способів її здійснення, а також прогнозування можливих її результатів [1].

Аналіз психологічної літератури засвідчує велике значення рефлексії для розвитку як окремої особистості, так і соціальної спільноти залежно від змісту завдань життєдіяльності: по-перше, рефлексія приводить до цілісного уявлення, про зміст, способи і засоби своєї діяльності; по-друге, дозволяє критично поставитися до себе і своєї діяльності в минулому, сьогоденні й майбутньому; по-третє, робить людину суб'єктом своєї активності [2].

Особистісна зрілість вважається однією з соціально позитивних і значущих характеристик людини. Особистісно зрілу людину можна назвати ресурсною, яка сама у собі знаходить сили для подолання життєвих обставин і самої себе. Особистісна зрілість людини тісно пов'язана з моральною свідомістю, яка розвивається в ході активної, творчої взаємодії індивіда з соціальним середовищем за рахунок прийняття різних ролей в соціальних інститутах [4].

Самотність – це важкий психічний стан, що супроводжується поганим настроєм і тяжкими емоційними переживаннями. Глибоко самотні люди, як правило, нещасні. У них мало соціальних контактів, їх особисті зв'язки з іншими людьми або обмежені, або розірвані. Ступінь випробовується людиною самотності не пов'язана з кількістю років, проведених людиною поза безпосередніх контактів з людьми. Існує три рівня відчуття самотності. Особи з високим рівнем самотності часто вважають, що їх ніхто не розуміє, не розділяє їхні інтереси та ідеї, їм важко заводити друзів. Самотня людина відчуває себе не такою, як усі, вважає себе малопривабливою особистістю та недолюблює щасливих та товариських людей. Особи з низьким рівнем відчуття самотності вважають себе щасливими, такі особистості є більш оптимістичними, адже їх завжди оточують друзі та близькі, які допомагають в важкі моменти життя. У самотності є і позитивна сторона – це самотність. Деякі люди не потребують постійного і рясного спілкування з іншими людьми, вони можуть вести повноцінний внутрішній діалог з самими собою, вони можуть міркувати, читати книги, робити які-небудь улюблені справи і їм буде цілком комфортно. Самотність для таких людей не покарання, а благодать, правда, в помірних кількостях, бо як вже було сказано вище – в контактах з людьми і в їх уваги до нас, потребуємо ми все. Але певною мірою ми всі потребуємо і на самоті, інша справа, що через це ми не повинні закриватися від зовнішнього світу, інакше ми станемо ізгоями, одинаками, замкнутими в собі людьми [3].

Метою даної роботи є вивчення особливостей рефлексії та особистісної зрілості у осіб з високим та низьким рівнями відчуття самотності. Використані методики: «Діагностика рівня відчуття самотності» Д. Рассела і М. Фергюсона, «Опитувальник особистісної зрілості» О. В. Штепи, методика визначення особливостей рефлексії А. В. Карпова. В дослідженні брали участь курсанти та студенти Національного університету цивільного захисту України та інших вищих закладів міста Харкова. Загальна вибірка досліджуваних складала 60 осіб.

За результатами дослідження ми можемо стверджувати, що в обох досліджуваних групах з різним рівнем відчуття самотності визначається високий рівень рефлексії. Ми припускаємо, що у осіб з високим рівнем відчуття самотності високий рівень рефлексії доповнюється і збагачується в процесі зворотного зв'язку, тобто в процесі спілкування, що дозволяє індивіду коректувати свою діяльність і взаємовідносини між людьми, управляти своєю поведінкою.

Відомо, що самотність може виступати детермінантою деформованого розвитку, при якому порушується процес соціалізації. Погіршується сприйняття особистістю самого себе і навколишнього світу. Але самотність може нести в собі можливість глибокого духовного розвитку особистості, пов'язаного з високим рівнем внутрішньої рефлексії. Самотність може

стати поштовхом до розвитку внутрішньої рефлексії людини, до роздумів про найважливіші сенсожиттєві проблеми, веде до пошуку самого себе і свого сенсу в житті. І тоді самотність з його деструктивним руйнівним змістом несе в собі позитивний потенціал особистісного розвитку, і, як наслідок – високий рівень рефлексії.

Також, дослідили особливості особистісної зрілості у осіб з високим та низьким рівнями самотності: у осіб з високим рівнем відчуття самотності визначається високий рівень особистісної зрілості та високі показники за шкалами життєва філософія, автономність та креативність, а у досліджуваних з низьким рівнем відчуття самотності визначається необхідний рівень особистісної зрілості та високі показники за шкалами відповідальність, децентрація, глибинність переживань.

Особистісна зрілість є критерієм особистісного зростання. Наприклад, особи з низьким рівнем особистісної зрілості зростатимуть як особистість лише за організованих ззовні сприятливих обставин і, вірогідно, зовнішньої мотивації. Особи з високим рівнем особистісної зрілості самі організовують ситуації саморозвитку. Необхідний рівень особистісної зрілості – вияв особистісного потенціалу. Тобто життєстійкість людини забезпечується сформованістю особистісної зрілості як певної особистісної структури, важливої для его-ідентичності.

Респонденти, у яких переважає високий рівень відчуття самотності потребують більше автономності, здатні до формування світоглядних почуттів – переживань, пов'язаних з формуванням власної системи поглядів на об'єктивний світ та місце людини у ньому, а також відчуття, пов'язані з пережиттям життєвої позиції, ціннісних орієнтацій, переконань, ідеалів, принципів пізнання і діяльності. Респонденти, у яких переважає низький рівень відчуття самотності більш здатні до оцінки своїх моральних якостей та вчинків. У них яскраво виявляється здібність бачити людей «багатовимірними». У структурі особистісної зрілості у таких осіб визначається: по-перше – здатність особистості виокремити себе із середовища; по-друге – усвідомити і пережити зміст ситуації, її можливих (як негативних, так і позитивних) наслідків; по-третє – здійснити вибір відносно того чи іншого вектора розв'язання ситуації.

Рівень рефлексивної регуляції в обох групах визначається достатньо високим.

Список бібліографічних посилань

1. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М. : Ин-т психологии РАН, 2004. 65 с.
2. Кулюткин Ю. Н. Рефлексивная регуляция мыслительной деятельности // Психологические исследования интеллектуальной деятельности. М., 1979. С. 22–28.
3. Лашук В. Г. Психологічні особливості переживання самотності. Київ, 2010. 184 с.
4. Штепа О. С. Формування особистісної зрілості. Львів : Вид. центр ЛНУ ім. І. Франка, 2006. 345 с.

Одержано 31.10.2018

УДК 159.95

Надія Павлівна СЕРГІЄНКО,

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту;*

Олена Володимирівна ШЕВЧЕНКО,

*курсант соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту*

ОСОБЛИВОСТІ МІЖЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ ТА КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Міжетнічна толерантність – це терпимість, яка за своїм змістом в сучасних обставинах швидше повинна бути споконвічною основою взаєморозуміння, солідарності, а не проявом довготерпіння і страждання. У зв'язку з цим толерантність – не просто пасивна терпимість, вона передбачає активну позицію всіх зацікавлених сторін, і одночасно відмова від нав'язування своєї точки зору однієї зі сторін [2].

© Сергієнко Н. П.,
Шевченко О. В., 2018