

- Відбувається професійне самовизначення, самостійне обрання життєвої мети та професії.

- Розширюються та розвиваються ціннісні світоглядні орієнтації, самостійність, відповідальність, рефлексивна самосвідомість, самоцінність, самоповага.

- Конкретизується індивідуальний - особливий стиль розумової діяльності, розвиваються та удосконалюються розумові здібності та спеціальні на основі диференціації інтересів та орієнтації на майбутню професію.

Таким чином, під професійним самовизначенням старшокласників слід розуміти як процес становлення мотиваційно-сміслової домінанти суб'єкта праці у цілісному просторі життєвого шляху, де успішний вибір професійної діяльності виступає критерієм їх успіху у житті.

Перспективи подальших досліджень полягають в детальному вивченні і поглибленому аналізі поняття «успішного професійного самовизначення старшокласників», в підвищенні ефективності підготовки учнівської молоді до усвідомленого вибору професії, а також орієнтуванні старшокласників на подальше професійне зростання.

Список використаної літератури.

1. Асмолов, А.Г., (1990), Психология личности, Просвещение, Москва, 167 с.
2. Шавір, П.А., (1998), Психология професійного самовизначення в ранній юності, Наука, Київ, 307 с.
3. Ярошенко, В.В., (1983), Школа і професійне самовизначення учнів, Рад. школа, Київ, 113 с.

ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАХІВ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.942

*Марківська Н. О.,
студентка спеціальності «Психологія»,
освітнього рівня «Магістр»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. Суттєві зміни, що відбуваються сьогодні у різноманітних сферах діяльності в тому числі і в освіті, вимагають глибокої перебудови психологічної науки відповідно до нових реалій. Домінуючим принципом сучасної концепції життя визначається психічно здорова особистість, а тому робота психологів із страхами особистості є важливою складовою поліпшення загального здоров'я людини, її продуктивної діяльності. Виходячи з цього дослідження страхів

та розробка технологій з їх подолання та корекції є важливою науково-практичною проблемою.

Короткий аналіз останніх досліджень та публікацій з проблеми. Значна увагу до проблеми страхів приділяється у роботах психологів та психотерапевтів, які відзначають суттєве зростання кількості людей, дітей, з проявами різноманітних страхів, підвищеною збудливістю і тривожністю.

Теоретичні положення, висунуті в роботах вчених Л. Божович, Л. Виготського, О. Леонтєва, О. Запорожця, О. Петровської, Т. Мішиної, А. Співаковського, К. Ізарда, які досліджували емоційно-особистісну сферу, тривожність і страхи у дітей, досвід зарубіжних авторів З. Фрейда, А. Адлера, К. Хорні, Ч. Спілбергера, Ф. Перлза, Е. Фромма, Дж. Уотсона, Г. Саллівана, В. Гебзаттель, що займалися проблемою фобій та їх впливом на формування особистості дитини - складають методологічну основу дослідження проблеми.

Актуальним на сьогодні має бути питання діагностики та корекції страхів особистості, оскільки виявлення їх у дітей, різного віку є проблематичним.

Мета наукової публікації є теоретичний аналіз генези феномену страху особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вагома кількість психологічних досліджень феномену страху як вітчизняними, так і зарубіжними вченими, не стала основою для виокремлення єдиного і загальноприйнятого поняття «страх». Сьогодні існує варіативність його трактування.

Страх визначали як почуття, як емоцію, як пристрась, як фрустрацію (П. Анохін, Дж. Боулбі, В. Вілюнас, Л. Виготський, К. Ізард, М. Левітов, Ф. Ріман, І. Сеченов, З. Фрейд, П. Якобсон). Тому у сучасній психології існує певна семантична його невизначеність, оскільки страх може ототожнюватися з вище зазначеними поняттями.

Вперше наукове визначення емоцій взагалі, і страху зокрема, зустрічається у праці Ч. Дарвіна «Вираження емоцій у людини і тварин». Вчений намагався пояснити біологічне походження експресивних рухів при емоціях, і дійшов висновку, що більшість емоційних явищ характерні лише для людини і майже не мають аналогів серед тварин. Разом з тим, Ч. Дарвін вперше висловив судження про те, що емоції мають значне адаптивне значення для тварин.

Філософи-екзистенціалісти, в свою чергу, розуміли страх як позитивне явище, яке було необхідне для активізації рефлексивних процесів для вирішення складних ситуацій (Осадко, О., 2004).

К. Ланге основоположник «периферичної» теорії емоцій розглядає страх як базову емоцію, яка пов'язана з реакцією на зовнішню загрозу. К. Ланге вважав, що страх - це явище, споріднене із смутком. Такі висновки він робить на основі фізіологічних реакцій організму: страх

призводить до паралізування довільних рухів, а також до судомного стану м'язів, що звужують судини. Ці реакції, на думку К. Ланге, також стосуються проявів смутку. Але у випадку страху виділяв ще одну реакцію - скорочення м'язів решти органів.

У. Джеймс розглядав страх як одну із трьох найсильніших емоцій разом із радістю та гнівом. Дослідник вважав, що страх непідробний, онтогенетично ранній інстинкт людини. Він вивчав об'єкти, які викликають страх у людини: висоту, павуків, зміїв, шум; і при цьому намагався визначити, чим саме викликаний той чи інший страх - інстинктом чи наслідком навчання. Під час аналізу причин страху, У. Джеймс зробив висновок, що деякі форми страху, як і форми поведінки під час переляку, є рудиментами інстинктів.

Також страх розглядався як інстинкт У. Мак-Дауголлом. У його роботах розмежовуються базові емоційні диспозиції (до них відноситься і страх), і вищі почуття, які виникають на основі базових утворень, але не зводяться до них.

На думку засновника біхевіоризму Дж. Уотсона, страх являє собою фундаментальну, вроджену емоцію, що з'являється з моменту народження. До вроджених емоцій вчений також виділив гнів і любов. Визначено було і детермінанти страху у новонароджених, до яких дослідник відносить раптову втрату опори, шум, гучні звуки тощо. У старшому віці страхи базуються на умовних рефlekсах; такі придбані страхи є дуже стійким утворенням, і надзвичайно важко їх позбутися.

З. Фрейд та С. К'єркегор розмежовували поняття «страх» і «тривога». На їх думку, страх - це реакція на конкретну загрозу, у той час як тривога - на невідому і невизначену небезпеку. Разом з тим, З. Фрейд вважав, що страх - це стан, і він не вказує на об'єкт, а боязнь (чи тривога) вказує саме на об'єкт. Дефініція «страх» в основному розуміється як суб'єктивний стан, який часто називають афектом.

Також З. Фрейд виділив три основних види страху: об'єктивний (реальний страх), невротичний і моральний. Об'єктивний страх виникає як реакція на небезпеку в реальному світі, невротичний - на невідому небезпеку, яка є внутрішньою і свідомо не визнається, моральний страх - «тривожність совісті». Психолог ввів поняття сигнального страху для принципового розуміння феномену страху.

За З. Фрейдом, страх характеризується певними переживаннями і процесами. По-перше, він відчувається на фізичному рівні, у всьому тілі відмічається певна внутрішня напруга. Напругу в органах людини, яку вона відчуває під час страху, можна зафіксувати приладами. Чим сильніший страх, тим відчутнішою є внутрішня напруга.

Стан страху описують як психосоматичний процес, що може одночасно проявлятися у тілесних процесах і у душевному переживанні (Роменець, В.А., 2003). З одного боку, для людини небезпеку становлять такі події, які можуть нанести збитки ззовні, загрожувати здоров'ю чи

навіть життю. Також це можуть бути неприємні переживання, наприклад голод, спрага, насміхання оточуючих, покарання і багато іншого. Разом із відчуттям небезпеки в таких випадках виникає почуття безпорадності, і саме воно є одним із неприємних переживань людини. Саме тому інколи почуття безпорадності розглядають як складову страху. З. Фрейд вказував, що страх завжди є реакцією на загрозу, є сигналом небезпеки. Але він виділяє ще один вид страху, якому приділяється мало уваги - страх перед чужим і невідомим. Джерелом такого страху часто є уявлення про те, що нові, невідомі ситуації в кінці кінців виявляться неприємними. Окрім цього, невідоме лякає ще й тим, що людина не може контролювати його, страх перед невідомим спонукає людей сприймати нову ідею як загрозу. Ф. Ріман виділив чотири основні форми страху. Першим є страх самозречення, це переживання людиною втрати власного «Я» та залежності. Другий вид страху, той який виникає перед стагнацією «Я», тобто переживання страху ізоляції та втрати. Третій вид виникає перед змінами, і проявляється він як мінливість і невпевненість. І четвертий вид страху, - це страх перед необхідністю, проявляється він як переживання несвободи і завершеності.

Ч. Спілбергер називає страх процесом, який включає емоційну реакцію, пов'язану з антиципацією певних збитків внаслідок реальної об'єктивної небезпеки, яка присутня у зовнішньому оточенні (цит. за (Щербатих, Ю.В., 2003).

Представник теорії диференційних емоцій, К. Ізард у своїй праці «Емоції людини» писав, що страх - найнебезпечніша емоція, інтенсивний страх може призвести навіть до смерті тварини чи людини. Вчений вважав, що страх - це особлива емоція, і її потрібно розглядати окремо від феномену тривоги (цит. за (Осадько, О., 2004).

Вітчизняна психологія розглядає страх як емоцію, почуття, переживання. На сьогодні, страх почали досліджувати як емоційний стан (О. Захаров, М. Конюхов, М. Левітов, О. Черникова). Цей психічний стан, пов'язаний із вираженим проявом астеничних почуттів в ситуаціях загрози біологічному і соціальному існуванню індивіда і спрямований на джерело реальної чи уявної небезпеки.

Висновки. Страх виникає на основі інстинкту самозбереження та є реакцією на реальну або уявну небезпеку. Він відіграє важливу роль в житті людини, адже оберігає її від ризикованих вчинків або ж блокує творчу енергію, детермінуючи невпевненість, підвищуючи тривожність.

Перспективи подальших досліджень. У подальшому проблема страхів буде досліджена на експериментальному рівні у дітей молодшого підліткового віку.

Список використаної літератури.

1. Осадько, О., (2004), Страх як прояв особистісних самообмежень. //Психолог. / О. Осадько, №7, С. 32-37.

2. Роменець, В.А., (2003), Історія психології древніх віків. Навч. посібник / В.А. Роменець, І.П. Маноха / Вст. ст. В.О. Татенко, Т.М. Титаренко. – Вид. 2-ге, стереотип, Либідь, Київ, 994 с.

3. Щербатых, Ю.В., (2003), Психология страха: популярная энциклопедия / Ю.В. Щербатых., Москва, 512 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ ЧЕРЕЗ СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ

УДК 159.316.772.5

*Мартинюк О. В.,
студентка спеціальності 053 «Психологія»,
освітнього рівня «Магістр»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. В останні роки спостерігається комп'ютеризація всіх сфер суспільного життя. Комп'ютери стали необхідною приналежністю шкіл, офісів медичних установ, міцно увійшли в наш побут. Швидке поширення нових інформаційних технологій стало одним з атрибутів сучасності. Зростання кількості користувачів комп'ютерних технологій, поширення комп'ютерних мереж, одна з яких Інтернет, різного роду програми - фактори, що впливають на кожну людину. Вся наша культура стає більш залежною від цієї технології і не дивно, що у деяких людей виникають проблеми в зв'язку з тим, що вони занадто багато часу проводять в інтернеті. Соціальні мережі швидко стали природною частиною повсякденного життя сучасної молоді. На сьогодні не викликає сумніву той факт, що соціальні мережі мають значний вплив на життя користувачів, але існують певні розбіжності стосовно оцінки характеру цього впливу. Одним словом, Інтернет змінюється з кожним днем і стає основним засобом для спілкування. Він може приносити як користь, так шкоду для тих, хто ним користується, а також для тих, хто навколо.

Короткий аналіз останніх досліджень та публікацій з проблеми. Особливу увагу проблемі спілкування приділяють такі науковці як І.М. Андреева, О.О. Бодальов, П.П. Петровська, Т.С. Яценко, Б.Д. Паригін та інші. Питання інтернет-комунікацій, впливу соціальних мереж на особистість користувачів описані в працях Ю.Д. Бабаєвої, О.П. Белінської, А.Є. Войскунського, А.Є. Жичкиної, Д.В. Іванова, Д.І. Кутюгіна, В.Л. Сілаєвої, О.Г. Філатової, Н.І. Гущиної, Ю.А. Данько, О.В. Щербакова, Г.А. Щербіної, В.М. Бондаровської. Проблемою інтернет-залежності займалися такі вчені, як А. Голдберг, А.Є. Жичкіна, А.Ю. Єгорова, Ц.П. Короленко, А.Є. Янг, К.Д. Грінфілд, К. Сурратт та інші фахівці. Серед українських фахівців, що в різних аспектах досліджують феномен