

ВПЛИВ СВІТОСПРИЙНЯТТЯ ЛЮДИНИ НА КОНСТРУЮВАННЯ РЕАЛЬНОСТІ

Н. М. Киричук

Херсонський державний університет, natapopova1987@ukr.net

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор І. С. Попович

Постановка проблеми у загальному вигляді. Наразі Україна знаходиться на шляху реформування багатьох сфер життя, зокрема це стосується і освітніх реформ. Вкрай важливо для здорової нації формувати свідомість громадян, відповідальність за події життя, здатність критично мислити та бути господарем своїх думок та вчинків.

В наш час популярним став вислів «думки матеріальні». Але чому ця загальнодоступна інформація так рідко становиться знанням конкретної людини? Недостатньо лише почути інформацію, вкрай важливо перетворити її на знання. А це відбувається в процесі усвідомлення інформації та застосуванні її на практиці. А чи багато людей, хто чув про матеріальність думок, почали контролювати свої думки? Чи багато людей стали господарями своїх думок, а не навпаки? Відповіді на ці питання якнайкраще розкривають актуальність дослідження позитивного мислення людини. Не секрет, що все йде з дитинства, тому поруч із загальноприйнятим вихованням дитини повинно йти виховання її світосприйняття.

Виклад основного матеріалу. Думка та здатність до мислення наділяє людину незбагненною силою, якою вона користується в міру своїх здібностей.

Вплив думок на реальність вивчалась багатьма вченими, філософами психологами. Наполеон Гілл у своїй книзі «Думай та багатій» зазначив, що хай би що ви не замислили і в що повірили – усе можливо.

Ганс Сел'є, відомий лікар, засновник вчення про стрес, стверджував, що негативні емоції та думки забирають в нас силу і роблять нас хворими, а позитивні укріплюють наше здоров'я та живлять силою.

Здатність думок впливати на загальний стан здоров'я людини підтверджується і великою кількістю досліджень так званого плацебо.

Наприклад, Норман Казинсу своїй книзі «Анатомія хвороби» досліджує ефект плацебо експериментальним шляхом. І згадані експерименти лише підтверджують важливість якості думок в процесі одужання. Кожна людина несе відповідальність за власний стан здоров'я та мобілізацію власних сил та думок для одужання.

Роберт Розенталь, американський психолог, був переконаний, що віра в дітей сприяє формуванню у них віри в свої сили та формує звичку мислити позитивно, що, в свою чергу, призводить до досягнення успішних результатів в житті. Саме Роберт Розенталь відкрив ефект Пігмаліона – так званий ефект самовтілюваного пророцтва.

Вплив позитивного мислення на становлення особистості активно досліджували багато вчених, але дане питання залишається актуальним і для сьогодення. Сам процес мислення становить найвищу ланку процесу обробки інформації людиною. В нейропсихології мислення відносять до однієї з вищих психологічних функцій.

Тож необхідно привчати з дитинства до свідомого ставлення до процесу мислення, до власної відповідальності за якість думок, навчати дітей процесу саморегуляції через керування власними думками.

Базова довіра дитини до світу формується протягом першого року життя. Саме протягом даного періоду вкрай важливо надати дитині відчуття захисту, турботи, безпеки. Згодом починається пізнання світу та життя через гру. Наприклад, за допомогою музичних іграшок дитина розуміє, що для того, щоб почути бажаний звук, необхідно натиснути відповідну кнопку. Тобто дитина починає усвідомлювати, як її дії впливають на результат. Таким чином, формується позитивне світосприйняття, з'являється впевненість, що все можливо, що світ дружній та безпечний.

Найдорожчий скарб, який батьки можуть подарувати дитині – це сформувати позитивне світосприйняття. Адже сама подія не має емоційного

забарвлення, кожна людина через власну призму минулого досвіту надає їй відповідного значення.

Процес формування світосприйняття є невід'ємною частиною психічного розвитку дитини.

Видатний психолог Л. С. Виготський зазначав, що під час розвитку основних психічних функцій немовля, вони характеризуються їх повною недеференційованістю. Немовля знаходиться в повній залежності від дорослого, сприймає оточуючий світ через призму його світосприйняття [1].

Основою для психічного розвитку дитини є її взаємодія з дорослим під час освоєння нових знань. Отже, починаючи з періоду немовля, відбувається формування психічних процесів під дією виховання, оточення, умов життя.

Таким чином, дитина сприймає дійсність через призму взаємовідносин з іншими людьми.

Людина народжується з потребою бути частиною чогось цілого, прагне бути членом соціуму. Саме це прагнення зумовлює залежність людини від оточуючих, від їх патернів поведінки, від їх світосприйняття та очікувань стосовно її поведінки. У такому випадку, доречно враховувати і феномен соціальних очікувань особистості. Дане питання вивчалося дослідником І. С. Поповичем. Даний феномен автор окреслює як процес психічної регуляції поведінки, який забезпечується когнітивною, емоційною та поведінковою готовністю особистості до передбачуваного перебігу подій [3]. Зазначено, що є беззаперечним той факт, що дитина ідентифікує себе через ототожнення і порівняння себе зі значущими дорослими. Особистість розглядається як рефлексивна сутність, її розвиток відбувається під впливом настанов з боку значущих дорослих.

На думку І. Лукмана і П. Бергера, практично всі, з ким спілкується людина протягом життя, є підтвердженням її суб'єктивної реальності. Очікування можна поділити на два типи: ті, що йдуть від оточуючих, і ті, що відчуває про себе сама людина. Боротьба між зовнішніми та внутрішніми очікуваннями часто обмежує людину та становить перепону для розвитку її потенціалу. Тож

вкрай важливо приділяти увагу саме власним думкам про себе та свої можливості. Адже очікування людини конструюють її майбутнє, перетворюються у самовтілюване пророцтво [4].

Можливості кожної людини несяжні. Абсолютна більшість людей мають в своєму розпорядженні необхідний потенціал для досягнення бажаного. Але, споглядаючи за світом, не важко помітити, що далеко не кожна людина здатна розпорядитися власним потенціалом. В чому полягає причина успіху одних людей і поразок інших? Безсумнівно, для реалізації бажаного вкрай важливі такі якості як цілеспрямованість, активна життєва позиція, відповідальність, наполегливість. Але чи достатньо цього? Що є головним компонентом досягнення мети?

Аналізуючи роботи психологів, філософів, письменників, можна зробити висновок, що головним чинником свідомості та конструювання власного життя є віра. Поєднуючись з певною думкою, з певним очікуванням, віра створює потужній поштовх для їх реалізації.

Немає чіткої границі між органічною та неорганічною природою. Сучасна наука наблизилась до важливих відкриттів в галузі вивчення енергії думки, матерії відчуттів, що відкриває нові шляхи для самопізнання та використання власних можливостей при конструюванні реальності О. Г. Романевський та В. Є. Михайличенко зазначають, що в низці досліджень доведено, що розум і свідомість людини мають неземне походження. Тобто людина є космічною істотою [2].

Психотерапевтом С. Грофа проведено експеримент, який підтверджує необмежені можливості людського світосприйняття [2]. Дослідниця А. В. Петрова стверджує, що психічна енергія має потужній вплив на долю людини. Слово і думка має могутній заряд енергії. Відповідно до когнітивної моделі, основу всіх психологічних порушень особистості становить викривлене, дисфункціональне мислення, яке, в свою чергу, впливає на емоції і поведінку людини.

Д. Бек зазначає, що емоційний стан людини в будь-який час залежить від її сприйняття ситуації, особливо на це впливають думки з цього приводу [5]. Як наслідок, можна зробити висновок, що не сама подія визначає самопочуття людини, а способи її інтерпретації та сприйняття. Тож світосприйняття людини відіграє одну з головних ролей при конструюванні майбутнього та формуванні реальності.

Висновки. В сучасному світі вже ні для кого не секрет, що свідомість і думки мають фізичну реальність. Тож враховуючи ті знання, які вже відомі людству, необхідно свідомо працювати над вихованням відповідальності за свої думки, формуванням віри у свої сили, цілеспрямованим керуванням своїми думками. Людина в своєму житті керується в більшості випадків своїми звичками. Позитивне чи негативне світосприйняття – це також лише справа звички. Тому чим раніше дорослі почнуть прищеплювати дітям віру у себе, транслювати позитивний досвід в комунікації зі світом, тим легше їм буде у самостійному житті досягати цілей, тим більше інструментів буде для конструювання бажаного майбутнього.

Література:

1. Выготский Л. С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т 4. Детская психология. Под ред. Д. Б. Эльконина. М.: Педагогика, 1994. 422 с.
2. Романовський О.Г., Михайличенко В.Є. Філософія досягнення успіху: підруч. Харків: НТУ «ХП», 2003. 696 с.
3. Попович І. С. Соціальні очікування особистості як регулятор соціально-психологічної реальності. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психол. імені Г. С. Костюка НАПН України*. Т. 1. Вип. 44. К.: Фенікс, 2016. С. 138-143.
4. Попович І. С. Типологічні особливості очікувань. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: психологічні науки: зб. наук. праць ХДУ*. Херсон: ВД «Гельветика», 2014. Вип. 1. Т. II. С. 64-70.
5. Джудит Бек. Когнитивная терапия: полное руководство. М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2006. 400 с.