

Шифр: Цінності юнацтва

**ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК КОНФОРМІЗМУ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ
ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ**

АНОТАЦІЯ

Актуальність. Обґрунтовано, що ціннісні орієнтації є важливим регулятивним механізмом, завдяки якому люди керуються у вчинках та поведінці. Зазначено, що часто особи юнацького віку можуть змінювати власні ціннісні пріоритети на ті, що є більш бажаними для суспільства, для того, щоб представити себе у вигідному світлі.

Визначено мету наукової роботи, як теоретичне обґрунтування й емпіричне дослідження взаємозв'язку конформізму та ціннісних орієнтацій осіб юнацького віку.

Для розв'язання поставлених **завдань** використано теоретичні (аналізування, синтезування, узагальнення та систематизація наукової літератури) та емпіричні методи (стандартизовані валідні методики). Обробку отриманих даних здійснено за допомогою програми «SPSS» v. 23.0.

Наукову новизну визначено як поглиблення та уточнення знань про зміст понять «ціннісні орієнтації» й «конформізм» в психології, встановлення змістових особливостей взаємозв'язку цих феноменів. **Розроблено і апробовано психологічний тренінг** з нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації, що має практичне значення для закладів вищої освіти.

Встановлено, що у осіб юнацького віку превалює середній рівень параметрів конформізму, що свідчить про адекватність сприймання впливу оточення. Однак існують особи юнацького віку, які мають досить високий рівень конформізму (13,71%), для них характерно нехтування цінностями заради схваленості ($p < 0,01$). Категорія осіб з низьким рівнем конформізму становить 18,55%, вони є стабільними у своїх цінностях та не змінюють їх під впливом суспільства.

Студентську наукову роботу апробовано на міжнародній конференції, основні результати дослідження відображено в трьох одноосібних публікаціях, одна з яких фахова. Результати впроваджено в освітній процес ЗВО (дві довідки про впровадження).

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНЕ АНАЛІЗУВАННЯ ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОНФОРМІЗМУ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	7
1.1. Ціннісні орієнтації особистості як предмет психологічного дослідження.....	7
1.1.1. Теоретичний підхід до окреслення феноменів «цінність» та «ціннісні орієнтації».....	7
1.1.2. Психологічні змістові параметри ціннісних орієнтацій в юнацькому віці.....	10
1.2. Дослідження феномену «конформізм» у науковій літературі	11
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОНФОРМІЗМУ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ.....	15
2.1. Характеристика психодіагностичних методів дослідження конформізму та ціннісних орієнтацій.....	15
2.2. Аналізування та інтерпретація результатів дослідження ціннісних орієнтацій та конформізму осіб юнацького віку	18
2.3. Розробка психологічного тренінгу з нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку...	25
ВИСНОВКИ.....	29
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	31
ДОДАТКИ.....	35

ВСТУП

Актуальність дослідження. Кожна людина має систему особистісних цінностей, які є для неї важливими орієнтирами у повсякденному житті. Формування ціннісних орієнтацій – це значущий крок до становлення особистості. Впродовж життя вони можуть неодноразово змінюватися, доповнюватися і переосмислюватися. Важливим для трансформації системи ціннісних орієнтацій є юнацький вік. Однак, необхідно враховувати досить потужний вплив соціуму. Почасти особи юнацького віку легко змінюють свої ціннісні пріоритети на ті, які є більш бажаними для суспільства.

Впродовж останніх років дана тематика набуває неабиякої популярності. Дослідження ціннісних орієнтацій та конформізму мають міждисциплінарний характер і здійснюються в рамках різних галузей наук, зокрема вікової психології, соціології, філософії, педагогіки та ін.

Значна кількість зарубіжних та вітчизняних учених займалися проблемою ціннісних орієнтацій людини, серед них В. Баранівський, О. Голюк, О. Гриньова, З. Карпенко, В. Марчук, У. Михайлишин, Г. Радчук, М. Рокіч, Н. Савченко, І. Субашкевич та ін. До кола дослідників, які вивчали феномен «соціальної бажаності» відносимо А. Едвардса, Д. Кроуна, Д. Марлоу, Д. Паулюса, І. Боровинську, А. Бочарова, У. Кондратьєву, М. Молоканову, Є. Осіна, Н. Салміну та ін.

Проблема впливу конформізму на ціннісно-сенсову систему молоді вимагає більш поглибленого наукового аналізування, висвітлення та узагальнення. Актуальність вирішення окресленої проблематики, недостатнє розроблення теоретичних та практичних її аспектів у науковій площині, а також соціальна значущість, зумовили вибір теми дослідження: «Взаємозв'язок конформізму та ціннісних орієнтацій осіб юнацького віку».

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати й емпіричне дослідити психологічні змістові особливості взаємозв'язку конформізму та ціннісних орієнтацій осіб юнацького віку.

Для досягнення поставленої мети сформульовано такі **завдання дослідження:**

1. Розглянути різноманітні наукові підходи до дослідження феномену «ціннісні орієнтації».

2. Здійснити теоретичне аналізування поняття «конформізм».

3. Підібрати релевантний психодіагностичний інструментарій для дослідження взаємозв'язку конформізму та ціннісних орієнтацій осіб юнацького віку.

4. З'ясувати та розкрити психологічні змістові особливості впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

5. Розробити і апробувати психологічний тренінг з нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

Об'єкт дослідження: конформізм і ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

Предмет дослідження: психологічні змістові особливості впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

Методи дослідження: теоретичне аналізування, синтезування та узагальнення наукової літератури, емпіричне дослідження. Емпіричні методи дослідження: «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (С. С. Бубнової, 1994); опитувальник Кроуна-Марлоу «Шкала соціальної бажаності» (Crowne-Marlowe «Social Desirability Scale», («CM SDS»), 1960), адаптований Ю. Ханіним, 1996; опитувальник соціальної бажаності «BIDR» Д. Паулюса («Balanced inventory for desirable responding», Version 6, D. Paulhus, 1998).

Наукова новизна полягає у поглибленні та уточненні знань про змістові особливості понять «ціннісні орієнтації» й «конформізм» в психології, у встановленні психологічних змістових особливостей взаємозв'язку цих феноменів.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості використання результатів у освітньому процесі навчально-професійної

підготовки студентів закладів вищої освіти. Розроблений і апробований психологічний тренінг з нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

Основні розробки, психологічний тренінг, висновки та рекомендації наукової роботи **впроваджено** в освітній процес ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (довідка № 01-23/259 від 27.11.2019 р.) та Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (довідка № 1295/6.06 від 13.11.2019 р.).

Апробація результатів дослідження. Результати наукового дослідження було представлено на II Міжнародній науково-практичній конференції «Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості» (м. Херсон, 26-27 вересня 2019 р.).

Публікації. Зміст і основні результати дослідження відображено в трьох одноосібних публікаціях авторки, серед яких: одна стаття у науковому фаховому виданні, включеному до переліку МОН України (входить до міжнародних наукометричних баз даних); одна стаття у науковому журналі «Інсайт: психологічні виміри суспільства» (входить до міжнародних наукометричних баз даних); одна публікація в збірнику матеріалів міжнародної наукової конференції.

Структура роботи: робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 32 найменування (з них 5 – іноземними мовами) та одного додатку. Загальний обсяг роботи становить 47 сторінок, з них основний обсяг – 30 сторінок. Робота містить 2 таблиці та 3 рисунки.

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНЕ АНАЛІЗУВАННЯ ПРОБЛЕМИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ
КОНФОРМІЗМУ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ
ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

1.1. Ціннісні орієнтації особистості як предмет психологічного дослідження

1.1.1. Теоретичний підхід до окреслення феноменів «цінність» та «ціннісні орієнтації». Останнім часом спостерігається величезна кількість змін у нашому суспільстві, яка впливає не лише на політичну, економічну та соціальну сфери, а й зачіпає досить великий масив людей. Особливою категорією населення, яка виступає новатором і рушійною силою соціуму є особи юнацького віку. Однак, ця категорія є досить чутливою до різноманітних навіювань, впливів, дій з боку оточення. «Цінність» – це такий феномен, який входить до кола теоретичних досліджень багатьох наук, а саме психології, філософії, соціології та ін. У філософії виокремлюють розділ, що вивчає цінності – аксіологія. Аксіологічний підхід передбачає формування в молодій людини системи цінностей, що визначають її ставлення до себе, інших людей, навколишнього світу. В основі відповідальної поведінки особистості закладено систему ставлень, стрижнем яких є ціннісні орієнтації, тому аксіологічний підхід є базовим у формуванні моральної відповідальності молоді [20].

У соціології, цінність – це загально соціальні регулятивні механізми, що розглядаються як складові суспільної свідомості і культури, що виконують стосовно особистості нормативні функції, і визначаються як цілі та засоби людського існування [13].

Вікова психологія вбачає в цінностях сферу дослідження соціалізації людини на різних вікових етапах, її пристосування до суспільних норм та вимог. Так, відомий психолог, автор популярної методики М. Рокич визначає цінності, як стійкі переконання, що мають центральне значення для життя

людини. Цінності є керівними принципами життя, що визначають, як необхідно поводитися особистості [32]. Потрібно розмежовувати індивідуальні цінності – це ті цінності котрим надає пріоритетне значення окремо взята людина на основі власних ставлень та настановлень, їх ще називають цінностями особистості, та загальнолюдські цінності, які є суспільно визначеними та значущими у соціумі. Ці два види цінностей знаходяться у певному взаємозв'язку, адже суспільні цінності впливають на індивідуальні цінності, в той самий час, як цінності особистості мають вплив на цінності соціуму [16]. «Ціннісні орієнтації – це певна сукупність ієрархічно пов'язаних між собою цінностей, які ставить людині спрямованість її життєдіяльності» [10, с. 28]. Джерелом формування таких цінностей є сенсожиттєва активність особистості, що визначає рівень домагань особистості та її орієнтацію у процесі досягнення конкретних цілей.

Ціннісні орієнтації, з погляду О. Голюк, можна визначити як вибір людиною певних матеріальних і духовних цінностей як об'єктів, що визначають її цілеспрямовану життєдіяльність, весь спосіб життя. В ціннісних орієнтаціях акумулюється життєвий досвід людей, вони є своєрідним індикатором ієрархії переваг, які людина надає тим чи іншим цінностям у процесі своєї життєдіяльності [3]. У той же час деякі дослідники під складовими ціннісних орієнтацій індивіда та соціуму розуміють соціальні норми, які забезпечують конгруентність суспільних відносин як цілісної системи; ідеали, що виконують функцію регулятора і коректора суспільного розвитку, дають можливість співставляти те, що досягнуто, з тим, що повинно бути; сенс життя, який є життєвою перспективою особистості та її сучасним змістом життя [9].

Дослідник А. Щербань виділи наступні функції ціннісних орієнтацій, які у житті особистості відповідають за регуляцію поведінки та діяльності людини в суспільстві; гармонізацію та інтеграцію духовного світу людини, визначаючи його соціальну значущість; визначення цілісності, унікальності й неповторності особистості [26]. З погляду Н. Савченко, ціннісні орієнтації виконують дві

найбільш важливі та основні функції: перша – цінності виступають основою формування і розвитку ціннісних орієнтацій людини; друга – цінності мотивують діяльність і поведінку індивіда [18].

Як і будь-яка система, система цінностей функціонує у трьох площинах: когнітивній, емоційній та конативній. Когнітивна площина відповідає за змістове наповнення цінностей та їх розуміння, емоційна – оцінка цінностей, їх прийняття чи неприйняття, поведінкова – здатність та готовність реалізувати й слідувати певній цінності у своїй поведінці. Наголошуємо, що необхідно враховувати також соціально-психологічний континуум даної проблеми, адже розглядати цінності та ціннісні орієнтації потрібно у такому відношенні як «суспільство – індивід». Відомо, що під час соціалізації індивід акумулює досвід та знання попередніх поколінь, сприймає вплив особливостей своєї культури, а також набуває соціально схвалені стереотипи поведінки, які є завжди направленими на соціокультурні цінності [23]. Приходимо до узагальнення, що широкий та багатогранний спектр цінностей розвивається саме в особистісно-суспільних зв'язках. Ці зв'язки формуються з народження, великий вплив при цьому мають ціннісні орієнтації батьків, однак визначальною віхою для їх розширення та укріплення є юнацький вік.

Отже, вивчення таких феноменів як «цінність» та «ціннісні орієнтації» завжди має під собою психологічне підґрунтя. Поняття «ціннісні орієнтації» є більш широким, воно поєднує достатню кількість різноманітних цінностей, які особистість інтеріоризує з соціуму. Кожна людина орієнтується більш-менш на сталі цінності, які є загальнолюдськими, проте світ змінюється, і ці зміни також впливають на системи цінностей людства, і тому ціннісні орієнтації можуть підпадати під різні випробовування, що спонукає до їх зміни. Відповідно до вищесказаного, можна зробити коротке узагальнення, що система цінностей повинна бути досить гнучкою, щоб витримувати різноманітні впливи з боку оточення у різних сферах повсякденного людського життя.

1.1.2. Психологічні змістові параметри ціннісних орієнтацій в юнацькому віці. Юнацький вік – це етап «входження» особистості в доросле

життя, проміжний пункт між дитинством та соціальною зрілістю. На думку української дослідниці О. Гриньової, це віковий період в якому індивід «набуває можливості не лише створювати ідеальні когніції свого майбутнього, але й автономно реалізовувати здійснені життєві вибори» [4, с. 9]. У цей час особи юнацького віку набувають здатності до самотворення власних ціннісних орієнтацій. Інтегруючи досвід минулого, особливості теперішнього та очікування майбутнього, особистість втілює в ціннісних орієнтаціях образи життєвих цілей, а також вибір способів їх досягнення [4]. Вважаємо, що саме молодь задає темп і динаміку розвитку суспільства, й тому потрібно знати ціннісні орієнтації та спрямованість осіб юнацького віку.

Дослідниця С. Бурілка досліджуючи ціннісні орієнтації студентської молоді прийшла до висновку, що сучасна молодь більше орієнтується на етичні цінності, до яких належать сім'я, здоров'я, кохання та діти, менше – на прагматичні, що поєднують освіту та творчість [2]. У той час, інша дослідниця Д. Яшкіна, проводячи сучасний крос-культурний зріз ціннісних орієнтацій, порівнювала ціннісні орієнтації української та європейської молоді. Так, за віссю «збереження – відкритість до змін» збереження більш притаманне молоді інших країн, ніж українській. А за віссю «турбота про людей – самоствердження» – українці надають перевагу турботі про людей більшою мірою, ніж досліджувані інших країн [27]. Отже, молодь можна охарактеризувати як схильну до турботи про людей й відкрити до змін.

Дослідник В. Баранівський, у відповідності до орієнтації на певні цінності, поділяє молодих людей на три типологічні групи. Перша група – це молоді люди, які віддають перевагу попереднім цінностям, що отримало суспільство від радянської епохи. Друга група – це ті, хто які повністю відкидають цінності минулого, відстоюють ліберальну ідеологію та цінності тих суспільств, які мають розвинуту ринкову економіку, високий рівень соціального забезпечення громадян. Третя група – це молоді люди, для яких характерно не просто заперечення «старого світу», а нетерпимість до будь-яких цінностей, окрім своїх власних. Такий тип молоді вчені визначають як

квазіреволюційний, тому, що вони настільки радикальні, що не просто прагнуть розірвати свої відносини зі старим світом, а готові зруйнувати їх [1].

Приходимо до висновку, що за системою ціннісних орієнтацій можна робити припущення про характер розвитку загальних відносин, перспективи розвитку суспільства. Цінність для юнацького віку є критерієм оцінки його оточення та оцінкою ним тих подій, у яких він бере участь. Ця оцінка може диференціюватися і простежуватися у схваленні, в осуді, прийнятті чи не прийнятті певних вчинків, явищ, предметів, людей, це особлива форма ставлення особистості до дійсності. Система ціннісних орієнтацій є динамічною, і тому весь час змінюється, це говорить про те, що одні цінності, які є значущими та важливими в даний момент часу, можуть втратити свою пріоритетність. Зазначені психологічні особливості формують ціннісні орієнтації юнаків, які поступово трансформуються у сталу структуру цінностей зрілої особистості.

1.2. Дослідження феномену «конформізм» у науковій літературі

Людина – біосоціальна істота, котра завжди перебуває у взаємодії з соціумом. Соціум існує та функціонує за своїми правилами, і має досить потужний вплив на кожного окремого індивіда. Усвідомлено чи ні, однак особа підпорядковується впливові групи, у яку вона включена, цей феномен має назву «конформізм». Конформізм можна розглядати як різновид соціального впливу, під час якого змінюються судження, думки, поведінка, цінності індивіда, через його прагнення відповідати позиції релевантної групи. А. Кидінов вважає, що конформізм показує міру підпорядкування індивіда груповому тиску, прийняття ним певного стандарту, стереотипу поведінки, норм, цінностей, ціннісних орієнтацій групи [5]. Дослідники М. Дойч і Г. Джерард [29] виділили 2 типи соціального впливу групи: нормативний та інформаційний, згідно з яким, люди поступаються тиску групи, тому що залежать від останньої у досягненні двох важливих цілей: формування точного уявлення про реальну

дійсність (інформаційний вплив) і отримання схвалення інших членів групи (нормативний вплив). Науковці вважали, що як інформаційний, так і нормативний впливи породжують конформізм. С. Московічі, у свою чергу, стверджував, що згода особистості з більшістю – це результат нормативного впливу [14]. Натрапляючи на думку референтної групи, людина порівнює свою думку з думкою інших людей. Як наслідок, її більше цікавить не власна позиція, цінності, а те, наскільки вона схожа на інших членів групи. Бажаючи бути схожим на інших, індивід погоджується з думкою більшості, він висловлює ту позицію або демонструє ту соціально бажану поведінку, яку очікує більшість. Прагнучи до позитивного та конструктивного взаємовпливу, взаємообміну з суспільством, особистість підкорюється йому, представляючи себе у вигідному світлі. Це є феноменом «соціальної бажаності» [24, с. 147]. А. Кирпіков вважає що соціальна бажаність у юнацькому віці є показником конформізму – відсутність власної думки, не реалізованої осмисленої системи цінностей і переконань. Він вважає, що соціальна бажаність в юнацькому віці характерна для тих, хто не проявляє в повній мірі суб'єктну активність, і відмовився від самоактуалізації на користь пристосування до існуючих обставин. Показник соціальної бажаності в юності є індикатором успішної адаптивності і пасивного пристосування до обставин [6]. Спираючись на все вищесказане, ми вбачаємо соціальну бажаність як один з проявів конформізму.

Зарубіжні дослідники Д. Марлоу і Д. Кроун у 1964 році дійшли до висновку, що соціально бажана поведінка корелює не тільки з «ефектом фасаду», яку А. Едвардс тлумачив як прагнення індивіда представити себе і свою поведінку таким, щоб воно відповідало нормам суспільства та отримало схвалення соціуму [30], а також пов'язана з потребами людини в схваленні, самозахисті і підвищенні самооцінки. Дослідники створили власний опитувальник діагностики мотивації схвалення, який має назву «Шкала соціальної бажаності» [22; 28]. Науковці Д. Паулос та О. Джонс виділили два види соціально бажаних відповідей: моральні та егоїстичні (суб'єктні). Перша група відповідей характеризується тим, що людина намагається відповідати

соціальним стандартам та нормам поведінки, інша – намагається прикрасити свій соціальний образ як суб'єкта діяльності. Тенденція відповідати соціально бажаними відповідями може бути як сталою, так і ситуаційною [31].

Дослідниця М. Молоканова визначає соціальну бажаність: «соціально-психологічний ефект, що відстежується в будь-якій ситуації соціально рольової взаємодії, в ході якої особистість підтримує, але не демонструє соціально «схвалені» і прийнятні зразки поведінки, без аналізування і засвоєння даної форми поведінки» [13, с. 204]. Явище соціальної поведінки безпосередньо пов'язано з соціальним оточенням, з можливістю групи впливати на окремо взяту людину. Так, погоджуючись з думкою більшості, з позицією або переконанням групи, суб'єкт отримує підтримку і схвалення з боку групи, і навпаки, якщо він йде проти загальноприйнятої думки, то стикається з невдоволенням, відкиданням, засудженням, ненавистю і придушенням.

Людина завжди є членом якої-небудь спільноти, виконує відповідну соціальну роль, яка спонукає її дотримуватися низки норм, обов'язків та правил. Формування системи очікувань впливає на вибірковість контактів, ставлень, настановлень, що свідчить про її зв'язок з ієрархією цінностей [17]. Соціальні очікування групи можуть впливати на цінності кожного учасника даної взаємодії, і щоб відповідати даним очікуванням, індивід діє згідно соціальними нормами, змінюючи свою систему цінностей, і очікує на схвалення з боку групи.

Психологи Н. Салміна, Т. Ювлева та І. Тиханова, тлумачать поняття «соціальної бажаності» так: «це явище соціального способу дії, що дозволяє людині зайняти місце в новій соціальній ситуації і вибудувати відносини з учасниками взаємодії» [19, с. 93]. Виокремлено наступні складові соціальної бажаності: мотиваційна складова – прагнення до визнання, прагнення відповідати соціальним очікуванням, щоб отримати позитивну оцінку; когнітивна складова – знання вимог і норм соціуму; інтерактивна складова – здатність розуміти соціальну ситуацію, оцінювати свою поведінку з точки зору

соціальних правил; регулятивна складова – вміння регулювати та коректувати свою поведінку за посередництва відомих знань та правил [19].

Соціальна бажаність як здатність, розвиток якої має на увазі розуміння сенсу норм і поваги цінностей і настановлень соціальної спільноти за умови збереження власної ієрархії цінностей, вимагає не тільки «трансляції» самих норм, а й формування відносин до них. Очевидно, що соціальна бажаність є, з одного боку, способом входження в нову соціальну ситуацію, в нову соціальну спільність, з іншого – особливого роду соціальною здатністю, яку можна розвивати, збагачувати, і, яка буде забезпечувати не тільки успішну адаптацію до будь-якої нової спільності, але і індивідуалізацію особистості [7; 8].

Науковець Є. Осін виокремив низку чинників, які зумовлюють ефект соціальної бажаності: мотиваційні диспозиції особистості, ситуаційні чинники та особистісні якості. Ефекти соціальної бажаності відображають не тільки усвідомлене прагнення індивіда створювати про себе неадекватне позитивне враження, але й також це свідчить про наявність у нього стійкої мотивації схвалення, яка може поширюватися за межами ситуації дослідження, що призводить у результаті до більш високої успішності в реальній діяльності [15].

Отже, нами було проаналізовано явище «конформізму» у науковій літературі. Конформізм можна розглядати як різновид соціального впливу, під час якого змінюються судження, думки, поведінка, цінності індивіда, через його прагнення відповідати позиції референтної групи. Бажаючи бути схожим на інших, індивід погоджується з думкою більшості, він висловлює ту позицію або демонструє ту соціально бажану поведінку, яку очікує більшість, тому вважаємо соціальну бажаність проявом конформізму. Соціальну бажаність можна розглядати з позитивного боку, тобто як соціальну здатність, що допомагає адаптуватися, що забезпечує успішність у діяльності. Однак, з негативного боку соціальна бажаність поєднує в собі приховування власного Я, управління враженнями інших, тобто обман і самообман.

Основні положення першого розділу висвітлено в таких публікаціях авторки: [23; 25].

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ КОНФОРМІЗМУ ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

2.1. Характеристика психодіагностичних методів дослідження

Для дослідження взаємозв'язку прояву конформізму та ціннісних орієнтацій використано наступний психодіагностичний інструментарій:

1. Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості С. Бубнової. Методика «Діагностика структури ціннісних орієнтацій особистості» призначена для вивчення реалізації ціннісних орієнтацій людини в реальних умовах її життєдіяльності. Методика складається з 66 закритих запитань та 11 шкал, котрі спрямовані на визначення ціннісних орієнтацій особистості. Ці цінності вказані на рис. 2.1.

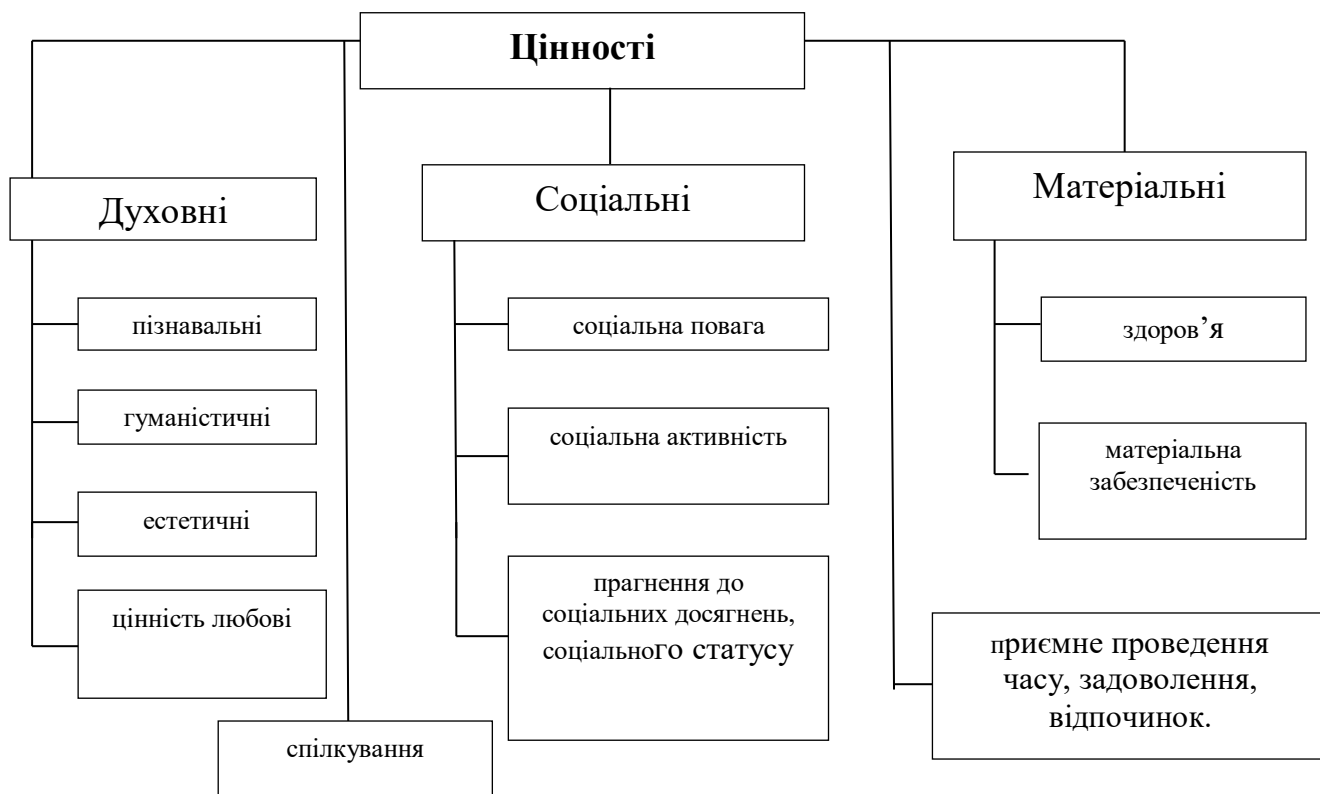


Рис. 2.1. Структура ціннісних орієнтацій особистості

До цих шкал належать: приємне проведення часу й відпочинку – головне мати можливість витратити свій час за власним бажанням, також при цьому мати засоби на задоволення існуючих бажань та гарний відпочинок; високий матеріальний добробут – уміння заробляти кошти, вкладати й витратити їх на власний розсуд, мати певний статок і бути матеріально забезпеченою людиною; пошук і насолода прекрасним – важливо вміти бачити прекрасне у житті, насолоджуватися красою та естетикою природи й людей; допомога й милосердя – цінність, що має на меті допомогу, піклування людям, які цього потребують, переважання альтруїстичних поглядів на життя; любов – як одна з найважливіших цінностей для кожної людини, полягає в тому, щоб дарувати любов іншим, та отримувати її навзаєм; пізнання нового – це відкриття нового, цікавого, недослідженого, пізнання істини, природи та людини та інтелектуальний саморозвиток; високий соціальний статус й управління людьми – важливо мати певне соціальне положення, яке забезпечить високий статус та роль у суспільстві, що дозволить безпосередньо управляти іншими; визнання і повага людей та вплив на оточуючих – важливим місцем є повага з від людей, отримання визнання, що дозволить впливати на інших; соціальна активність – активність до подій, що відбуваються у соціумі, підтримка або незгода зі змінами, які відбуваються в ньому; спілкування – важливо підтримувати соціальні контакти, мати таке коло спілкування, яке задовольняє людину як емоційно так і духовно; здоров'я – важливо почувати себе добре, мати міцне здоров'я.

2. Опитувальник Д. Кроуна – Д. Марлоу «Шкала соціальної бажаності» (Crowne-Marlowe Social Desirability Scale, «CM SDS»). Розроблений Д. Кроуном і Д. Марлоу у 1960 році для діагностики мотивації схвалення. Методика складається з 20 тверджень, серед яких є соціально схвалювані та соціально не схвалювані зразки поведінки, з кожним з яких досліджуваний погоджується або висловлює незгоду. Кожна відповідь, що співпадає з ключем, оцінюється в 1 бал. Показник мотивації схвалення отримують підсумовуванням усіх балів. Він характеризує мотиваційну структуру суб'єкта і, зокрема, рівень його залежності

від сприятливих оцінок з боку інших людей, його вразливість і чутливість до міжособистісних впливів та впливів оточення. Іншими словами, шкала дозволяє отримати непряму міру потреби людини в схваленні з боку інших людей. Чим вище підсумковий показник, тим більша мотивація схвалення. У свою чергу це є готовністю людини показати та представити себе перед іншими як повністю відповідного соціальним нормам індивіда. Низькі показники свідчать як про неприйняття традиційних норм, про зайву вимогливість до себе.

3. Опитувальник соціальної бажаності Д. Паулюса «Balanced inventory for desirable responding» («BIDR» Version 6 – Form 40A). Психодіагностичний інструментарій був розроблений у 1998 році вченим Д. Паулюсом. Опитувальник базується на ідеї багатовимірної природи змінної, що утворює двохфакторний простір для її вивчення. Методика призначена для діагностики соціально бажаних відповідей. В опитувальнику представлені дві шкали: «самообман» та «управління враженнями». Перша шкала характеризується тенденцією індивіда до самозвеличення, тобто наявна надлишкова самовпевненість, друга шкала виражає схильність особистості створювати «потрібне» враження та спрямованість на прикрашання себе в очах інших людей, тобто обман інших.

Версія 6 складається з 40 запитань, на які досліджуваний повинен відповісти згодою чи незгодою, використовуючи семибальну пряму шкалу оцінювання, де 1 – повністю не погоджуюся, 7 – погоджуюся.

Отже, нами підібрано якісний, валідний і надійний психодіагностичний інструментарій, який релевантно відображав предмет дослідження. Психодіагностичний інструментарій спрямований на встановлення психологічних змістових параметрів досліджуваних феноменів. На наступному етапі проаналізовано, інтерпретовано і встановлено зв'язки між соціальною бажаністю та ціннісними орієнтаціями осіб юнацького віку.

2.2. Аналізування та інтерпретація результатів дослідження ціннісних орієнтацій та конформізму осіб юнацького віку

Дослідження взаємозв'язку конформізму та ціннісних орієнтацій проводилося на базі двох закладів вищої освіти – Херсонський державний університет та Херсонський національний технічний університет. У дослідженні брали участь студенти ХДУ: соціально-психологічного факультету, спеціальності «Психологія», історико-юридичного факультету, спеціальності «Історія», факультету іноземної філології, спеціальності «Англійська мова і література», факультету фізичного виховання, спеціальності «Фізичне виховання і спорт»; студенти ХНТУ факультету інженерії та транспорту, спеціальності «Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка». Загалом, у дослідженні взяли участь п'ять груп студентів, віком 18–20 років, загальною кількістю 124 особи.

Дослідження організовано і проведено у чотири етапи:

I етап – підготовка до дослідження. На цьому етапі було проаналізовано актуальні проблеми психології та обрано три методики, які дозволили дослідити структуру цінностей студентів і їхній рівень соціальної бажаності. Застосовані психодіагностичні інструменти: методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості С. Бубнової»; опитувальник Д. Кроуна – Д. Марлоу «Шкала соціальної бажаності» (Crowne-Marlowe Social Desirability Scale, «CM SDS»); опитувальник соціальної бажаності Д. Паулюса «Balanced inventory for desirable responding» («BIDR» Version 6 – Form 40A).

Таким чином, було обґрунтовано діагностичне дослідження, яке дозволяє отримати інформацію про конформізм у формі соціальної бажаності та ціннісні орієнтації осіб юнацького віку.

II етап – проведено пілотажне дослідження. Цей етап важливий і має значення для об'єктивного зрозуміння ситуації та окреслення ймовірних результатів майбутнього дослідження.

III етап – збір емпіричних даних. У дослідженні приймали участь студенти різних спеціальностей – майбутні фахівці соціономічного та технономічного профілів. Загальна кількість досліджуваних – 124 особи. З них 49 чоловічої статі, що склало 39,52% і 75 жіночої статі, відповідно 60,48%. Опитування студентських груп проводилося окремо з дотриманням етичних вимог щодо наукових досліджень. Діагностика проводилася за відібраними методиками. У результаті проведеної діагностики були отримані дані, які дозволили зробити висновок про рівень зв'язку соціальної бажаності та ціннісних орієнтацій студентів.

IV етап – обробка та аналізування результатів дослідження. На цьому етапі проведено якісне та кількісне аналізування результатів дослідження за методиками, які були вказані вище. Статистичну обробку емпіричних даних здійснено за допомогою статистичної програми «SPSS» v. 23.0». Для пошуку та встановлення взаємозв'язків між отриманими показниками застосовано коефіцієнти кореляції Спірмена (r_s). Розраховано мінімум (Min), максимум (Max), середнє арифметичне значення параметрів (M) і середньоквадратичне відхилення (SD). Відмінності між значеннями змінних на рівні $p \leq 0,05$ вважаються статистично значущими.

Оцінено отримані результати досліджуваних параметрів, орієнтуючись на шкали мінімум (Min), максимум (Max), середнього арифметичного значення параметрів (M) і середньоквадратичного відхилення (SD) і подано в табл. 2. 1.

Таблиця 2.1

Середні значення та середньоквадратичні відхилення шкал досліджуваних параметрів (n=124)

Шкала	Min	Max	M	SD
1	2	3	4	5
«Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості»				
Відпочинок	2	6	4,37	1,03
Матеріальний добробут	1	6	3,31	1,32
Насолода	0	6	3,34	1,36
Допомога	1	6	4,37	1,33

Продовж. табл. 2.1

Любов	0	6	3,78	1,35
Пізнання	0	6	3,53	1,48
Соціальний статус	0	6	3,12	1,45
Повага	1	6	4,00	1,37
Соціальна активність	0	6	2,96	1,39
Спілкування	1	5	2,83	1,02
Здоров'я	0	6	3,12	1,33
«Шкала соціальної бажаності»				
Соціальна бажаність	2	18	9,82	3,41
«BIDR»				
Самообман (SDE)	66	128	93,58	14,27
Управління враженнями (IM)	58	141	92,93	18,32

Примітка: Min – мінімум; Max – максимум; M – середнє арифметичне значення; SD – середньоквадратичне відхилення.

За методикою «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» було визначено найбільш значущі ціннісні орієнтації даної вибіркової сукупності, серед них «Відпочинок» ($M=4,37$), тобто для юнаків одним з головних є можливість «розслабитися» та гарно провести час; «Допомога» ($M=4,37$) – це говорить про те, що сучасне юнацьке покоління є чуйним та готове прийти на допомогу, зарадити іншій людині; «Повага» ($M=4,00$), що свідчить про притаманне юнацькому віку прагнення до визнання, що надає впевненість в собі та певне схвалення. Найнижчі позиції мають «Соціальна активність» ($M=2,96$) та «Спілкування» ($M=2,83$).

Для визначення статистично значущих зв'язків застосовано кореляційний аналіз за методом Ч. Спірмена. Встановлено низку значущих зв'язки між цінностями осіб юнацького віку та соціальною бажаністю. Між цінностями «матеріальний добробут» і «здоров'я» існує від'ємний значущий зв'язок ($-0,177$; $p \leq 0,05$). Це можна пояснити тим, що стан здоров'я не залежить від рівня матеріальної забезпеченості. Звичайно, матеріальне становище індивіда може впливати на якість здоров'я, однак ніякий матеріальний добробут не гарантує міцний стан здоров'я.

Така цінність як «насолода» має досить тісний позитивний зв'язок з «соціальною активністю» ($0,312$; $p \leq 0,05$). Тобто, соціально активна людина є

здіяною у різноманітних суспільних заходах, отримує задоволення. Ці результати свідчать про те, що молодь сьогодення є достатньо активною та соціально спрямованою, і відповідно, з цього отримує користь як соціум так і сама людина, бо вона є включеною у дану сферу.

Значущим є зв'язок між такими показниками цінностей як «допомога» й «любов» (0,284; $p \leq 0,01$). Можна пояснити цей зв'язок наступним чином, коли в індивіда є кохана людина, то завжди присутнє прагнення допомогти, зарадити та підтримати свого супутника. Ці дві цінності є альтруїстичними, адже кожна з них спрямована на іншу людину. Це говорить про те, що в осіб юнацького віку переважають гуманістичні цінності, які є фундаментом для конструктивної взаємодії з соціумом.

Існує позитивна кореляція між цінностями «допомога» й «повага» (0,312; $p \leq 0,01$), це говорить про те, що надаючи комусь допомогу, людина очікує та сподівається на визнання з боку оточуючих. Тобто завдяки добрим справам людина здобуває повагу інших. Однак, якщо подивитися на це з іншого боку, то можна припустити, що за наданою допомогою, приховується опосередковане маніпулювання та вплив на людину через надану послугу.

Показник «пізнання» позитивно корелює з показником «повага» (0,223; $p \leq 0,05$). Обґрунтовуємо це тим, що повагою у суспільстві користується та людина, котра прагне до розвитку, до пізнання нового, пошуку істини та опанування нових умінь та навиків. Завдяки пізнанню недослідженого та нового відбувається прогрес людства, і та людина, яка є цим відкривачем має вплив на інших людей. Тобто, юнаки і дівчата відкриті до пізнання та саморозвитку, що є дуже важливо наш час.

Вагомий зв'язок існує між цінностями «пізнання» і «соціальна активність» (0,223; $p \leq 0,05$). Соціальна активність характеризується залученістю особи до подій у соціумі, і тому цю кореляцію, можна пояснити тим, що індивід, який цікавиться актуальною інформацією, пізнає нові відомості та дані, має досить активну та дієву позицію, яка може позначатися на підтримці чи незгоді зі змінами суспільства. Отже, юнацькому віку властива активність,

рішучість та власна громадянська позиція, яка базується на пізнанні та засвоєнні нової інформації. Між цінностями «соціальний статус» та «соціальна активність» існує позитивна кореляція (0,177; $p \leq 0,05$). Пояснюємо це тим, що юнацтво прагне посісти певне суспільне положення, яке забезпечить престиж та відповідну роль у суспільстві. Або ж, маючи високий соціальний статус, особи юнацького віку можуть впливати на зміни у соціумі, завдяки своєму положенню, і тим самим демонструвати свою соціальну активність. Значущий позитивний зв'язок мають показники «спілкування» та «здоров'я» (0,275; $p \leq 0,01$). Щоб мати міцне здоров'я, людина повинна почувати себе добре, як емоційно, так і духовно. Це почуття може забезпечити відповідне комфортне коло спілкування.

Отже, у ціннісній сфері осіб юнацького віку переважають гуманістичні, гедоністичні та соціальні цінності. Це говорить про те, що для превалюючої частини юнацтва характерні загальнолюдські цінності, які слугують орієнтирами для подальшого соціально активного життя молоді.

З метою визначення загального рівня соціальної бажаності як прояву конформізму було використано методіку Д. Кроуна – Д. Марлоу «Шкала соціальної бажаності». У результаті обробки та інтерпретації отриманих даних, були отримані наступні результати: у 23 осіб було встановлено низький рівень соціальної бажаності, у 84 – середній рівень, та у 17 – високий рівень соціальної бажаності (див рис. 2.2).

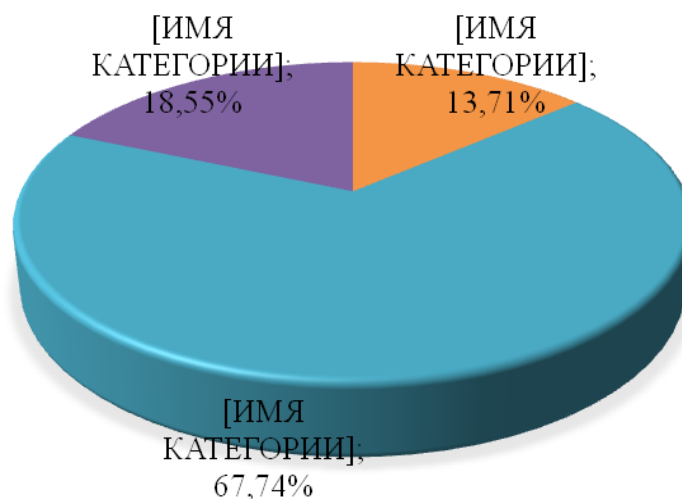


Рис. 2.2. Розподіл рівнів соціальної бажаності за методикою Д. Кроуна – Д. Марлоу «Шкала соціальної бажаності» (n=124).

Результати дослідження мають нормальний розподіл, за якого середні значення зустрічаються частіше (n=84; 67,74%), ніж крайні. Розподіл даних свідчить про те, що у більшості осіб юнацького віку рівень соціальної бажаності, як прояву конформізму є адекватним зовнішнім умовам та ситуаціям соціальної дійсності.

Для визначення статистичних зв'язків було застосовано кореляційний аналіз за методом Ч. Спірмена. На рис. 2.3. між показниками обраних нами методик встановлені статистично значущі позитивні та негативні кореляційні зв'язки.

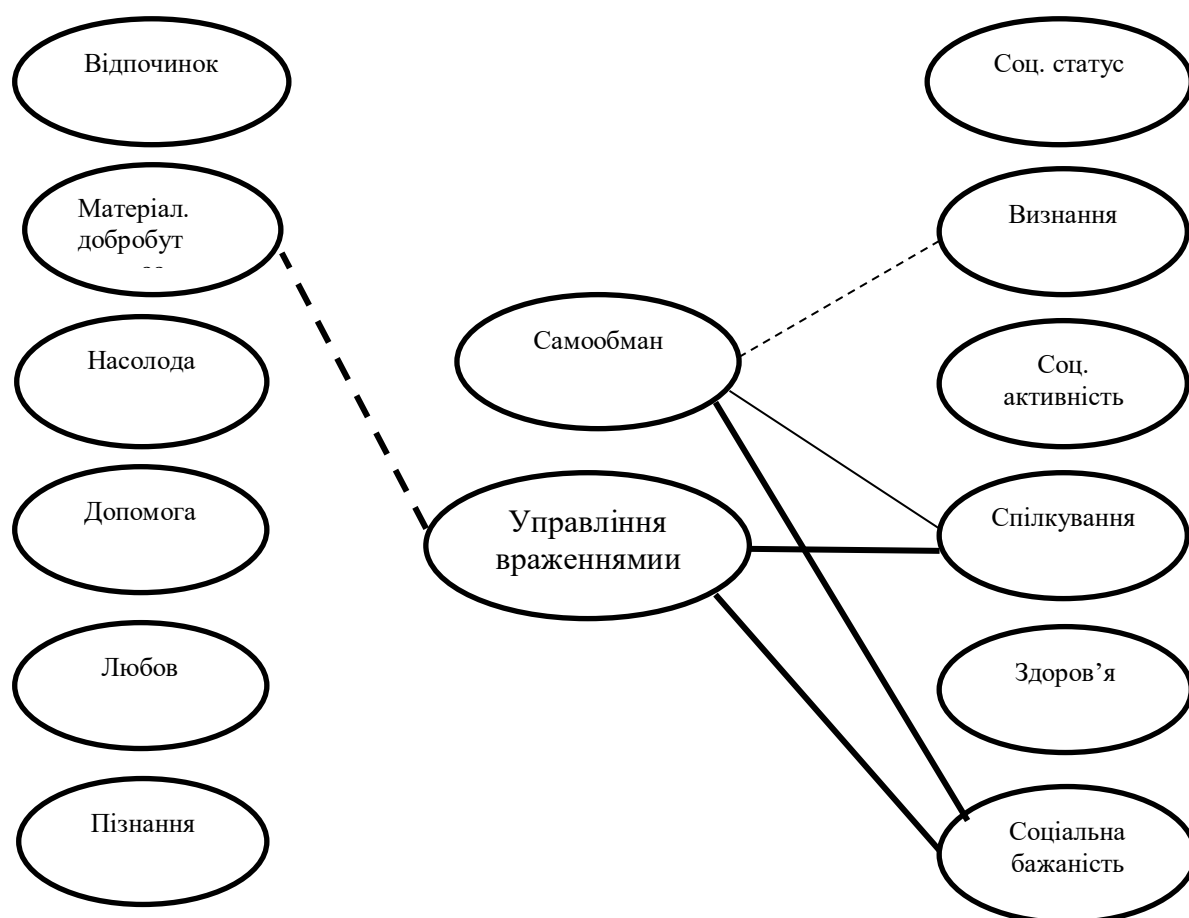


Рис. 2.3. Кореляційна плеяда статистично значущих взаємозв'язків між показниками ціннісних орієнтацій та соціальної бажаності

Примітка: умовні позначення: ---- від'ємні зв'язки; — позитивні зв'язки при $p \leq 0,05$;
 — позитивні зв'язки при $p \leq 0,01$.

Проаналізуємо кореляційні зв'язки ціннісних орієнтацій та конформізму в осіб юнацького віку. Позитивні значення кореляції розуміємо як здатність досліджуваних нехтувати певними ціннісними орієнтаціями задля того, щоб бути соціально бажаними у суспільстві. Від'ємні значення кореляції означають, що існують певні цінності, вона не може порушити задля того, аби лише показати себе у найкращому світлі та бути прийнятою у соціумі.

Між показниками «матеріальний добробут» та «управління враженнями» ($-0,316$; $p \leq 0,01$) існує досить значущий від'ємний кореляційний зв'язок. Ми пояснюємо такий зв'язок тим, що схильність людини «керувати» враженнями інших людей пов'язана з рівнем матеріального благополуччя. Припускаємо, що такі люди, користуючись своїм матеріальним статусом «набивають собі ціну» й таким чином намагаються прикрасити свій соціальний образ. Однак, якщо виникне ситуація вибору між матеріальним та соціальним, то пріоритет буде віддаватися першому чиннику. Значущим є від'ємний зв'язок між «повагою» та «самообманом» ($-0,208$; $p \leq 0,05$). Це можна пояснити тим що, завойовуючи визнання та повагу з боку людей, індивід прагне самоствердитися за рахунок того, що це дозволить впливати на інших. За А. Едвардсом, наявність такої тенденції як соціальна бажаність свідчить про відсутність розуміння себе чи небажання показувати особистісні недоліки.

Вагомим є позитивний зв'язок між такими параметрами як «спілкування» і «самообман» ($0,272$; $p \leq 0,05$) та «спілкування» й «управління враженнями» ($0,189$; $p \leq 0,05$). Цей зв'язок можна тлумачити наступним чином, людина може знехтувати такою цінністю як спілкування, не підтримувати певних відносин чи стосунки з окремими людьми, задля того, щоб бути схваленою, з погляду референтної групи чи суспільства. У осіб з високим рівнем соціальної бажаності існує позитивний зв'язок між такими параметрами як «відпочинок» і «управління враженнями» ($0,508$; $p \leq 0,01$), «соціальною бажаністю» та

«здоров'ям» (0,672; $p \leq 0,01$), а також між «спілкуванням» та «самообманом» (0,495; $p \leq 0,05$), «спілкуванням» та «управлінням враженнями» (0,558; $p \leq 0,05$). Тобто такі люди ставлять на перше місце завоювання прихильності та схвалення соціуму, ніж власний відпочинок, час та здоров'я. Можливе маніпулювання цими двома цінностями (відпочинком та здоров'ям) для того, щоб створити «потрібне» враження на інших. Для таких осіб характерний скрупульозний підбір кола спілкування та знайомств, та ігнорування соціально несхвалених контактів. Для осіб з низьким рівнем соціальної бажаності не є характерним зміна ціннісних орієнтацій під впливом соціуму. Тобто для таких людей важлива принциповість дотримання власних позицій та цінностей, аніж схвалення з боку суспільства. Зазвичай, це особистості з чіткою життєвою позицією, які не зважають на соціальні очікування та вимоги і є непохитними під тиском соціуму.

Отже, завдяки психодіагностичному дослідженню ми виявили що у юнацтва превалює середній рівень соціальної бажаності, що свідчить про адекватність сприймання соціального впливу. Однак існують особи юнацького віку, які мають високий рівень соціальної бажаності, для яких характерно нехтування цінностями заради соціальної схваленості. Особи з низьким рівнем соціальної бажаності є стабільними у своїх цінностях та не змінюють їх під впливом суспільства.

2.3. Розробка психологічного тренінгу з нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку

Відповідно до вищезазначеної проблематики запропоновано психологічний тренінг, що має на меті нейтралізацію впливу конформізму на ціннісні орієнтації. Основними принципами побудови програми виступили: принцип системності, за якого здійснюється створення умов для її реалізації потенційних можливостей; принцип диференційованого прогнозування, завдяки змістовному та формальному аспектам відбувається формування

просоціальних ціннісних орієнтацій; принцип комплексності, за якого відбувається послідовне використання великого розмаїття методичних засобів, психокорекційних процедур; принцип нормативного розвитку, що передбачає врахування соціальної ситуації розвитку особистості, вікових особливостей особистості; принцип ієрархічності, що активізує механізми розвитку та структурування складових ціннісно-сенсової сфери особистості; принцип перспективності, який полягає у створенні позитивної картини майбутнього і стимулюванні особистісного розвитку; принцип корекції «зверху – вниз», що має на меті тренування здібностей, моделей поведінки з метою закріплення/гальмування соціально бажаної поведінки.

Психологічний тренінг представляє собою цикл занять, що знаходяться в логічному взаємозв'язку і об'єднані в два блоки: теоретичний і практичний. Тренінг складає загальною кількістю 30 академічних годин з яких теоретичний блок – 2 години, практичний блок – 20 годин, заключне заняття – 2 години. На самостійну роботу відведено – 6 годин. Тематика занять передбачає верифікації принципів системності, комплексності та поступовості їх реалізації.

Соціально-психологічний тренінг має назву «Нейтралізація конформізму заради цінностей». Схематично представимо тренінг з нейтралізації конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку в табл. 2.2.

Таблиця 2.2.

Програма психологічного тренінгу

№	Тематика занять	Форми та методи	К-сть год.
1	2	3	4
Теоретичний блок			
1.	Вступне заняття. Знайомство тренера й групи. Прийняття правил роботи	міні-лекція, індивідуальна бесіда, групова дискусія	2
Практичний блок			
2.	Усвідомлення власних життєвих цінностей та їх пріоритетність	міні-лекція, психогімнастична вправа, проєктивна методика, рефлексія, фронтальна бесіда	2
3.	Значущі просоціальні цінності групи	психогімнастична вправа, міні-лекція, групова дискусія	2
4.	Соціально-психологічні очікування групи	міні-лекція, тестова методика, роз'яснення, психокорекційна вправа	2

5.	Самооцінка – як складова конструктивної міжособистісної взаємодії	психогімнастична вправа, психокорекційна вправа, тестова методика, роз'яснення	2
6.	Самопрезентація себе в групі і відповідно в суспільстві	тренувальні вправи, психокорекційна вправа, групова дискусія	2

Продовж. табл. 2.2

7.	Сприйняття образу «Я» членами групи	міні-лекція, тестова методика, роз'яснення, психокорекційна вправа	2
8.	Соціальна бажаність – позитивне чи негативне явище?	міні-лекція, рольова гра, тестова методика, роз'яснення	2
9.	Вплив більшості і меншості на особисті цінності	рольова гра, психокорекційна вправа, групова дискусія	2
10.	Розвиток уміння протистояти тиску	тренувальна вправа, психокорекційна вправа, групова дискусія	2
11.	Акценти та пріоритети у житті	психогімнастична вправа, групова дискусія	2
12.	Заключне заняття. Підбиття підсумків	фронтальна бесіда, рефлексія, дискусія	2

У тренінзі застосовано рольові, психогімнастичні ігри та вправи, групові дискусії, міні-лекції, аналітичну роботу в групі, рефлексію, проєктивні методики. При розробці програми, вибір психологічних прийомів ґрунтувався на їх ефективності, доцільності та доступності. Міні-лекція спрямована на когнітивний аспект особистості, що передбачає отримання нових знань, поінформованості у певній сфері людської діяльності, на підвищення пізнавального інтересу учасників тренінгу, що дозволяє оптимізувати процес інтеріоризації цінностей, а також нових патернів поведінки.

Групова дискусію спрямоване на вирішення поставленої проблеми, під час якої кожен учасник дискусії висловлює своє бачення, позиції та думки при безпосередньому спілкуванні. Цей метод дозволяє побачити проблему з різних сторін, також надає можливість учасникам проявити себе, вільно висловлюючи свої думки. Така реалізація його методу дозволяє усунути емоційну упередженість й необ'єктивну оцінку інших учасників заняття.

Основною метою психогімнастичних вправ є зниження напруги між учасниками тренінгового заняття та зменшення емоційної дистанції між ними, розвиток уяви та креативного мислення, розуміння активності інших людей. Психогімнастичні вправи представлені фізичною активністю, яка необхідна для зміни діяльності під час тренінгу, що забезпечує закріплення отриманих знань, вмінь та навичок. Рольові ігри націлені на взаємодію учасників відповідно до заданих ролей та обставин. Програючи певні ситуації, сценки людина змінює

свою поведінку, оцінку, погляди на певну проблематику, розвиває комунікативні здібності, збагачує власний аксіологічний арсенал, намагається приміряти різноманітні ролі, і відповідно до них застосовує соціально прийнятні форми поведінки. Тим самим, відбувається розширення варіантів можливих реакцій на ту чи іншу соціальну ситуацію.

Проективні методики надають ту інформацію, яка є латентною для свідомості людини, вони дають змогу проникнути до несвідомого, віднайти ресурсні можливості особистості, усвідомити власні цінності та життєвий шлях. Перевагою даного методу є неструктурованість матеріалу, який не дає ніякої інформації людині про завдання, і тому, вплив соціальної бажаності зменшується.

Психокорекційні вправи мають на меті прояснення внутрішніх настановлень особистості, зміну моделей поведінки (конативний аспект) та розширення власного поведінкового репертуару.

Ці методи дозволяють прояснити і змінити думки, настановлення та позиції членів групи щодо функціонування цінностей у соціумі. Особливість цих методів полягає в забезпеченні спонтанності поведінки у тренінговій групі, інтеграції взаємин між її членами. Зворотній зв'язок є тією формою контролю завдяки якій здійснюється перевірка отриманих знань, вмінь та навичок.

Отже, нами було запропоновано психологічний тренінг щодо нейтралізації впливу конформізму на ціннісні орієнтації в осіб юнацького віку. Тренінг «Нейтралізація конформізму заради цінностей» пройшов успішну апробацію у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (довідка № 01-23/259 від 27.11.2019 р.) та Східноукраїнському національному університеті імені Володимира Даля (довідка № 1295/6.06 від 13.11.2019 р.).

Основні положення другого розділу висвітлено в фаховій публікації авторки [24].

ВИСНОВКИ

У студентській науковій роботі представлено нове вирішення проблеми нейтралізації конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку. Узагальнення отриманих результатів дозволило сформулювати такі висновки:

1. Розглянуто різноманітні підходи до висвітлення такого поняття як «цінність» та «ціннісні орієнтації». Розкрито погляди на цінність з позицій філософії, соціології та психології. Акцентовано, що цінності формуються під час соціалізації особистості, консолідуючи суспільні норми та вимоги, особливості культури, досвід минулого, традиції та соціальні стереотипи. Зазначено, що проблема ціннісних орієнтацій загострюється саме в юнацькому віці, коли людина входить у доросле життя, і єдиним орієнтиром функціонування у ньому є цінності. Вкрай важливо, щоб стаючи зрілими, молоді люди не зраджували своїм цінностям під тиском «значущих інших» та соціуму.

2. Здійснено теоретичне аналізування феномену «конформізм». Це поняття має низку вимірів і розглядається у контексті соціальної бажаності. Через соціальну бажаність як прагнення особистості до позитивного та конструктивного взаємовпливу, взаємообміну з суспільством, індивід підкорюється останньому, представляючи себе у вигідному світлі, реалізуючи конформну поведінку. Тому є ризик зміни особами юнацького віку власних цінностей через високий конформізм, заради схвалення з боку референтної групи, соціуму.

3. Здійснено психодіагностичне дослідження, яке полягало у встановленні взаємозв'язку конформізму та ціннісних орієнтацій в осіб юнацького віку. Підібрано якісний психодіагностичний інструментарій, який складався з трьох методик, що релевантно відобразили предмет дослідження.

4. Встановлено, що конформізм корелює з ціннісними орієнтаціями особистості ($p < 0,01$; $p < 0,05$). Зазначено, що особам юнацького віку з високим рівнем конформізму властива зміна цінностей під впливом оточення, у осіб з

низьким рівнем – дана тенденція не спостерігається. Саме у юнацькому віці відбувається зміщення спрямованості особистості від орієнтації на інших людей до орієнтації на власні сенси і цінності, до їх активної реалізації. Відбуваються різноманітні зміни, під час яких людина стає автором власного життя. У осіб з низьким рівнем конформізму існує тенденція до осмислення і визнання власної індивідуальності, яку вона відстоює у взаємодії з іншими, це є проявом протистояння. Такий тип людей здатний успішно чинити опір тиску групи, протистояти йому, діяти по-своєму.

5. Окреслено, що високий рівень конформізму є досить неоднозначним феноменом, адже відповідно до нього особа юнацького віку може нехтувати власними цінностями, і тому змінювати власну поведінку, яка може розцінюватися як «виклик оточенню», або ж нехтувати власним відпочинком, часом і здоров'ям, сподіваючись на схвалення. На основі цієї інформації, розроблено та запропоновано психологічний тренінг, який спрямований на нейтралізацію впливу конформізму на ціннісні орієнтації осіб юнацького віку. Психологічний тренінг має назву «Нейтралізація конформізму заради цінностей». Тренінг пройшов успішну апробацію у двох ЗВО (дві довідки про впровадження). Тренінг представлений різноманітними психогімнастичними, психокорекційними, тренувальними, рольовими іграми, тестовими та проєктивними методиками, міні-лекціями та груповими дискусіями.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Баранівський В. Ф. Ціннісні орієнтації студентської молоді та їх роль в консолідації українського суспільства / В. Ф. Баранівський // Науковий вісник. Серія «Філософія». – Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2014. – Вип. 43. – С. 39–52.
2. Бурилкина С. А. Изучение ценностей и ценностных ориентаций студенческой молодежи в трансформирующемся обществе / С. А. Бурилкина // Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки. – 2016. – С. 1–5.
3. Голюк О. А. Ціннісні орієнтації батьків як основа забезпечення гармонійного буття дитини у сім'ї / О. А. Голюк // Імідж сучасного педагога. – 2015. – №6(155). – С. 41–44.
4. Гриньова О. М. Психологічні особливості становлення ціннісних орієнтацій особистості в пізньому юнацькому віці / О. М. Гриньова // Проблеми педагогічної та вікової психології. – 2018. – №6. – С. 9–13.
5. Кидинов А. В. Личностный конформизм и противостояние в группе в социально-динамическом аспекте / А. В. Кидинов // Вестник Тамбовского университета. Серия : Гуманитарные науки. – 2011. – Вып. 9 (101). – С. 186–192.
6. Кирпиков А.Р. Внутренняя позиция и социо- и эгоцентрические тенденции в направленности личности подростка [Текст] / А.Р. Кирпиков // Современные проблемы психологии личности: теория и практика: Матер. Междунар. науч.-практич. конф., посвященной 100-летию со дня рождения Л.И. Божович. – М.–Воронеж, 2008. – С. 31–37.
7. Кондратьева У. Г. Социальная желательность и стиль межличностных отношений в семье // Вестн. Новг. гос. ун-та. Сер.: Педагогика. Психология. – 2011. – №64. – С. 81–84.

8. Кондратьева У. Г. Социокультурные условия развития личности и феномен «социальной желательности» / У. Г. Кондратьева // *Философия образования. Вестн. Новг. гос. ун-та.* – 2011. – №2(35). – С. 208–215.
9. Марчук В. В. Значимість ціннісних орієнтацій у суспільному процесі / В. В. Марчук, М. В. Марчук, В. А. Зелінська // *Молодий вчений.* – 2017. – №12.1(52.1). – С. 68–72.
10. Матяж С. В. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості / С. В. Матяж, А. О. Березянська // *Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія».* – 2013. – Т. 225, Вип. 213. – С. 27–30. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc_2013_225_213_7
11. Методика диагностики самооценки мотивации одобрения (Шкала лжи) Д. Марлоу и Д. Крауна // *Практическая психодиагностика. Методики и тесты: учеб. пособие.* / ред. и сост. Д. Я. Райгородский. – Самара, 2001. – С. 635–636.
12. Михайлишин У. Б. Соціально-психологічні засади функціонування цінностей у студентських групах в умовах освітнього середовища / Уляна Богданівна Михайлишин // *дис. на здобуття наук. ст. доктора психол. наук 19.00.05.* – Сєверодонецьк, 2018. – 525 с.
13. Молоканова М. С. Психологические компоненты нравственной сферы подростков с выраженным эффектом социальной желаемости / М. С. Молоканова // *Вестник ТГУ.* – 2010. – Вып. 1(81). – С. 202–205.
14. Московичи С. Инновация и влияние меньшинства / С. Московичи // *Социальная психология.* – Питер, 2000. – 448 с.
15. Осин Е. Н. Проблема социальной желательности в исследованиях личностного потенциала / Е. Н. Осин // *Личностный потенциал: структура и диагностика* // Под науч. редакцией Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, – 2011. – С. 454–468.

16. Паламар С. П. Вплив ціннісних орієнтацій на формування особистості сучасної молоді / С. П. Паламар, С. Г. Кондратюк // Молодий вчений. – 2017. – №9. – С. 404–407.
17. Попович І. С. Соціальні очікування як регулятор соціально-психологічної реальності / І. С. Попович // Актуальні проблеми психології. – К.: Фенікс. – 2016. – Т. 1. – Вип. 44. – С. 138–143.
18. Савченко Н. Ціннісні орієнтації як складова особистісного самовизначення / Н. Савченко // Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. – 2015. – Вип. 140. – С. 13–18.
19. Салмина Н. Г. Методика діагностики соціально желательного поведіння, исследование феномена социальнo желательного поведіння в дошкольном возрасте / Н. Г. Салмина, Т. Е. Иовлева, И. Л. Тиханова // Психологическая наука и образование. – 2006. – №4. – С. 81–94.
20. Сопівник І. В. Ціннісний (аксіологічний) підхід у вихованні особистості / І. В. Сопівник // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Педагогіка, психологія, філософія». – 2016. – Вип. 239 – С. 225–229.
21. Субашкевич І. Р. Медіапсихологічні чинники формування ціннісно-сміслової сфери студентської молоді / Ірина Романівна Субашкевич // дис. на здобуття наук. ст. канд. психол. наук 19.00.05. – К., 2017. – 195 с.
22. Ханін Ю. Л. Шкала Д. Марлоу – Д. Крауна для дослідження мотивації одобріння: метод. письмо / Ю. Л. Ханін // Л.: НИИ физической культуры, 1976. – С. 10–21.
23. Шевченко А. В. Дослідження взаємозв'язку соціальної бажаності та ціннісних орієнтацій в юнацькому віці / А. В. Шевченко // Інсайт: психологічні виміри суспільства. – Херсон: ВД «Гельветика», 2019. – Вип. 1. – С. 90–94.
24. Шевченко А. В. Зв'язок соціальної бажаності та ціннісних орієнтацій у юнацькому віці / А. В. Шевченко // Теоретичні і прикладні проблеми

- психології: зб. наук. пр. – Сєверодонецьк: СНУ імені В. Даля, 2019. – Том 2. – №3(50). – С. 146–157.
25. Шевченко А. В. Теоретичне аналізування взаємозв'язку соціальної бажаності та ціннісних орієнтацій в юнацькому віці / А. В. Шевченко // Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості: зб. наук. праць за матеріалами II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Херсон, 26-27 верес. 2019 р.). – Херсон: ФОП Вишемирський В. С., 2019. – С. 369–372.
26. Щербань А. Ціннісні орієнтації особистості та їх класифікація / А. Д. Щербань // Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики. – Запоріжжя: Астропринт, 2014. – Вип. 64. – С. 194–198.
27. Яшкіна Д. Динаміка соціальної детермінації базових цінностей українців: поколінний зріз / Д. Яшкіна // Соціологічні студії. – Луцьк: СНУ імені Лесі Українки, 2018. – 1(12). – С. 56–65. DOI: <https://doi.org/10.29038/2306-3971-2018-01-56-65>
28. Crowne D. P., Marlowe D. A new scale of social desirability independent of psychopathology // Journal of Consulting Psychology. – New York, 1960. – Vol. 24. – P. 349–354.
29. Deutsch M, Gerard H. B. A study of normative and informational social influences upon individual judgment // Journal of Abnormal and Social Psychology, 1955. – P. 629 – 636.
30. Edwards A. L. The social desirability variable in personality assessment and research. – N.-Y.: The Dryden Press, 1957. – 177 p.
31. Paulhus D. L., John O. P. Self-Perception: The Interplay of Self-Deceptive Styles with Basic Traits and Motives / D. L. Paulhus, O. P. John // Journal of Personality. New York, 1998. – Vol. 66. – P. 1025–1060.
32. Rokeach M. Understanding human values individual and social. – NY: New York the Free press, 1979. – P. 7–12.

ДОДАТКИ

Додаток А

Програма психологічного тренінгу «Нейтралізація конформізму заради цінностей»

Теоретичний блок

Заняття 1

Вступне заняття

Мета – знайомство учасників тренінгу з тренером та між собою; висвітлення основних завдань та форм роботи; створення робочої атмосфери, згуртування студентів та встановлення групових норм.

Хід заняття.

1. Вступне слово тренера. Знайомство тренінгової групи.

Вступне слово тренера складається з: представлення (самопрезентації), оголошення теми програми та її основних завдань. Знайомство учасників тренінгу відбувається у формі групової бесіди, під час якої кожен називає те ім'я, яким будуть користуватися інші учасники групи.

2. Встановлення та прийняття правил групи.

Прийняття правил запорука створення доброзичливої та комфортної атмосфери, в якій студент може відкрито висловлювати точку зору та бути впевненим, що все сказане ним не вийде за межі групи. Тому керівник повинен ознайомити учасників з головними принципами роботи у тренінговій групі: принцип «тут і зараз», принципи активності, принцип «Я-висловлювань», принцип конфіденційності.

3. Збір очікувань та застережень.

Збір очікувань та застережень надає досить вагому інформацію, на яку подалі тренер може звертати увагу. Завдяки цій інформації керівник може змінювати або коригувати певні форми групової роботи чи її зміст, а також надавати вектор у необхідному руслі.

4. Характеристика основних форм роботи.

Міні-лекція присвячена характеристиці тренінгових форм роботи, у якій розповідається про такі прийоми і методи як: соціально-психологічний тренінг, бесіда, групова дискусія, психогімнастичні, тренувальні, психокорекційні вправи, рольова гра, міні-лекція, тестові та проєктивні методики. На основі цієї інформації у студентів складеться повна картина того, що буде відбуватися впродовж занять й сформується психологічна готовність до групової та міжособистісної інтеракції.

5. Відповіді на запитання студентів.

Заключним етапом є відповіді на запитання, що виникли впродовж даного заняття. Підбиття підсумків вступного заняття.

Практичний блок

Заняття 2

Усвідомлення власних життєвих цінностей та їх пріоритетності

Мета – ознайомлення учасників з поняттям «цінності», на основі цієї інформації допомогти усвідомити та виокремити особисті життєві цінності студентів.

Хід заняття.

1. Психогімнастична вправа – розминка «Потисніть руки ...».

Метою даної вправи є розминка й взаємодія учасників між собою, також паралельно кожен дізнається про певні вподобання, особливості один одного. Учасникам пропонується виходити в коло і тиснути один одному руки, якщо вони вважатимуть, що названі характеристики мають до них відношення. Приблизно на середині виконання вправи, тренер змінює тематику, і головною змінною є цінності. Учасник починає фразу: «У коло виходять ті, для кого цінністю в житті є ...». Обговорення вправи.

2. Впровадження «медалей».

Впровадження «медалей» (позитивні соціальні санкції) дозволить зробити психокорекцію поведінки групи через цінності. Це є не тільки діагностикою

учасників, чия поведінка відповідає заданим цінностям, а й психокорекцією цінностей групи. Тим самим створюється атмосфера певного соціального впливу, кожен учасник буде активно задіяним та буде прагнути допомогти заради того, щоб його відзначили «медаллю».

3. Міні-лекція «Цінності та їх класифікація».

Основною думкою даного викладення є те, що цінності в житті кожної людини є тими орієнтирами, на які вона спирається в повсякденному житті. Це поняття розглядається багатьма науками, зокрема соціологією, філософією, психологією, етикою (тлумачення поняття з різних наукових поглядів). Надання різноманітних класифікацій цінностей, наприклад: матеріальні, духовні, економічні, моральні, естетичні, вітальні цінності.

4. Проективна методика «Мої цінності».

Метою методики є усвідомлення особистісних життєвих цінностей. Кожен відповідаючи на запитання «Як саме Ви розумієте поняття «життєві цінності»? Що Ви вкладаєте в цей зміст?», малює те місце, де або в чому зберігаються його власні цінності, прописуючи їх перелік. Презентація свого бачення та думок перед групою. Завдяки методиці людина починає усвідомлювати свої цінності, тим паче промальовуючи їх та зображуючи їх місце знаходження. Перелік цінностей, а саме перші шаблі надають велику інформацію для людини, адже вони є пріоритетними у її житті.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 3

Значущі просоціальні цінності групи

Мета – ознайомитись з груповими просоціальними цінностями, що визначають сенс людського існування.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття

Кожен учасник групи ділиться своїми переосмисленими почуттями, думками щодо минулого заняття та надає зворотній зв'язок як тренеру, так і групі.

2. Психогімнастична вправа «Вітання»

Ця вправа спрямована на розуміння різних базових суспільних цінностей через привітання у різних країнах світу. Привітатися як англійці – потиснути руки, знаходячись на відстані, як французи – обійнятися та торкнутися один одного щоками, посилати повітряні поцілунки, як лапландці – потертися носами, як китайці – поклонитися один одному, як японці – вклонитися, тримаючи руки як у молитві, як слов'яни – міцно обійнятися та три рази поцілувати один одного у щоки, як тибетці – правою рукою зняти з голови шапку, ліву закласти за вухо та показати язик.

3. Міні-лекція «Загальнолюдські цінності та їх прояви»

У даному повідомленні розповідається про цінності, які є загальними майже для всього людства. Вони є тим стрижнем, на якому тримається наше суспільство. Основною цінністю будь-якого суспільства є людина. Однак цінність обов'язково простежується через оцінювання людиною інших людей, суспільства, ідей, предметів культури чи природи. Сама оцінка – це справа розуму людини, її смаку, переваг, симпатій, потреб, цілей, ідеалів. І тому демонстрування і вплив загальнолюдських цінностей можна спостерігати на всіх етапах людського життя.

4. Групова дискусія «Стабільність і мінливість групових цінностей»

Кожен учасник вільно висловлює свою думку на цю тему, інші погоджуються або ж ні, відбувається обмін думками, враженнями, поглядами. Наприкінці дискусії узагальнюються положення, які є спільними для групи.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 4

Соціально-психологічні очікування групи

Мета – розкрити зміст поняття «соціально-психологічні очікування», дослідити завдяки психодіагностичному інструментарію рівень соціальних очікувань особистості «РСО» (І. Попович, 2017).

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Міні-лекція «Соціально-психологічні очікування».

Головною метою міні-лекції є висвітлення даного явища. Соціально-психологічні очікування – це уявлення людини про те, як оцінюють її навколишні, якої поведінки від неї очікують. Пояснення зв'язку очікувань з ціннісними орієнтаціями індивіда, адже очікування засвідчують інтерес індивіда до певної ситуації, предмету чи групи, і таким чином виступають як значущість. Ціннісне ставлення до людей в одній ситуації впливає на формування аналогічного очікуваного ставлення в тотожних ситуаціях.

3. Методика «РСО» (І. Попович, 2017).

За допомогою цього опитувальника можна визначити рівень соціальних очікувань людини. Складниками цього феномену є соціально-психологічні особливості обізнаності індивіда про передбачуваний перебіг подій, соціально-психологічні особливості ставлення людини до учасників міжособистісної взаємодії та соціально-психологічних особливостей регуляції нею своєї поведінки.

4. Вправа «Презент».

Ця вправа допоможе краще відчувати один одного, спираючись на ту інформацію, яка вже є в групі, та на очікування індивідів. «Дарувати» можна все, що завгодно, коли подарунок вибраний, тренер пропонує подарувати цей презент тим кому він призначений. Якщо адресант здогадався, що саме йому дарується, то він приймає подарунок. Після цього кожен ділиться враженнями та результатом, чи подарунок відповідав очікуванням як зі сторони адресата, адресанта та з погляду групи.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 5

Самооцінка – як складова конструктивної міжособистісної взаємодії

Мета – окреслення системи уявлень учасників тренінгу про те, як вони оцінюють себе самі, як, на їх думку їх оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Вправа «Асоціації».

Вправа має на меті сформуванню адекватне уявлення про себе, скоригувати і розвивати самосприйняття. Керівник пропонує продовжити речення: «якби я був твариною / явищем природи / рослиною / предметом / кольором, то був би...». Основна умова – пояснити свій вибір.

3. Вправа «Чарівна долоня».

Мета – формування адекватної реакції на оцінювання особистості з боку інших людей. Студент пише своє ім'я на аркуші паперу, потім обводить свою руку маркером, на кожному пальці (на аркуші) пише свої якості. Ця «долоня» передається іншим учасникам, що пишуть своє ставлення та думку до цієї людини поміж пальців. Потім обговорення вправи.

4. Методика – опитувальник самовідношення, автори В. Столін, С. Пантелеєв.

Опитувальник дозволяє встановити особливості самовідношення, а саме три його рівні: глобальне самовідношення, самовідношення диференційоване за самоповагою, аутосимпатією, очікування до себе та рівень конкретних дій по відношенню до свого «Я». Інтерпретація результатів та їх аналізування.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 6

Самопрезентація себе в групі і відповідно в суспільстві

Мета – сформувати в учасників тренінгу об'єктивне уявлення про себе, тренування навичок самопрезентації себе.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Тренувальна вправа «Ви не знаєте...»

Мета вправи – покращити навички самопрезентації, розвивати вміння бачити себе очима інших людей. Кожен учасник виходячи в середину кола повинен розповісти про себе від імені релевантної для нього групи (сім'я, друзі). Потрібно розказати про себе щось позитивне, і також щось негативне.

3. Психокорекційна вправа «Покажи себе»

Вправа націлена на розкутість, зниження рівня сором'язливості перед публікою. Кожен учасник повинен показати себе – мімікою, пантомімікою, жестами, або ж протанцювати, вбачаючи самопрезентацію в танці чи намалювати, однак так щоб був сюжет.

4. Групова дискусія «Самопрезентація».

Дискусія присвячена важливості вміння самопрезентувати себе в суспільстві. Основні запитання: Чи є людина насправді такою, якою вона хоче здатися? Неуспішні люди – це наслідок поганої самопрезентації? Чи завжди щирі наміри ховаються під «позитивною» самопрезентацією? Ефективність самопрезентації та її вплив на оточення людини?

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 7

Сприйняття образу «Я» членами групи

Мета – ознайомити студентів з поняттям образу «Я», вплив цього образу на міжособистісні та групові відносини.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та дискусії, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Міні-лекція «Образ-Я».

Тренер розповідає про особливості образу «Я», про його функції, складові. Наголошує на тому, що кожна людина формує свій образ «Я», і залежно від того, як саме він буде побудований, будуть встановлюватися контакти між індивідом та іншими. Існують різні типи «Я»: реальне «Я», ідеальне «Я», соціальне «Я», майбутнє «Я» та ін.

3. Вправа «Моє Я»

Вправа націлена на розуміння різних сторін свого «Я». Перед студентами однакові аркуші паперу, які потрібно скласти навпіл, та без ножиць сформувати контур людського тіла. Розгорнути фігурки і написати на них своє ім'я і три особистісні якості. Так як ці фігурки отримуються неоднакові, так і наше «Я» є різним. Обговорення цієї вправи.

4. Методика «Який я насправді?», автор О. Прутченков.

Методика дозволяє побачити особисту характеристику індивіда з погляду оточуючих людей, і таким яким він є насправді. Здійснення обробки результатів, їх інтерпретування та аналізування.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 8

Соціальна бажаність – позитивне чи негативне явище?

Мета – здійснити теоретичне аналізування такого явища як «соціальна бажаність», обговорення його впливу на особистість та групу.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та результатів опитувальника, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Міні-лекція «Соціальна бажаність»

Головним завданням тренера є висвітлення поняття «соціальна бажаність», її роль у міжособистісних стосунках між людьми. Виокремлення складових соціальної бажаності й чинників, що зумовлюють цей ефект. Розгляд даного явища з позитивної та негативної сторін.

3. Методика «Шкала соціальної бажаності», автори Д. Кроун, Д. Марлоу

Методика спрямована на визначення рівня соціальної бажаності учасників тренінгового заняття. Шкала дозволяє отримати непряму міру потреби людини в схваленні з боку інших людей. Чим більший показник, тим більша мотивація схвалення. Роз'яснення та інтерпретація результатів опитувальника.

4. Вправа «Ромашка».

На аркуші паперу, в центрі намалюйте коло. В ньому ми напишемо «Я», а тепер по колу як пелюстки ромашки напишіть ті ключові цінності, на які Ви орієнтуєтесь у поведінці та діяльності. Потім намалюйте ще дві ромашки, та напишіть на одній те, чим ви готові жертвувати заради цих цінностей, ні іншій – чим не готові. Обговорення вправи.

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 9

Вплив більшості і меншості на особистісні цінності

Мета – дізнатися як саме здійснюється вплив на особистісні цінності людини з боку групи.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та результатів опитувальника, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Вправа «Щипки зверху і знизу»

Мета вправи – розуміння важелів впливу на особистість з боку більшості та меншості. Три учасники виходять до коридору, їхнє основне завдання відшукати річ. У цей час тренер об'єднує інших учасників у дві групи, які будуть «допомагати» своїми коментарями в пошуку. Одна група буде давати тільки позитивні коментарі, це будуть «щипки зверху», інша група буде давати тільки негативні коментарі, це будуть «щипки знизу». Обговорення даної вправи, щодо важливості та значимості коментарів, та підбиття висновків щодо впливу соціуму.

3. Гра «Вовк і семеро козенят».

Вправа спрямована на тренування впевненої поведінки за необхідності переконувати інших людей, а також спостережливості при впливі більшості та меншості з боку групи. Учасники розподіляються за ролями «козенят», «вовків» та інших представників козячого племені. Завдання козенят послухавши переконання інших учасників впускати їх до свого будинку чи ні. Наприкінці гри з'являється можливість підрахувати, скільки разів «козенята» були б з'їдені, пустивши в будинок вовка, а скількох родичів вони самі залишили на вулиці на поталу вовкам. Обговорення.

4. Групова дискусія «Зміна цінностей під впливом інших»

Дискусія спрямована на обговорення таких запитань як: Які важелі впливу існують у соціумі? Чи потрібно протистояти тиску суспільства? Якщо так, то в яких випадках? Якщо ні, то чому? Людина повинна «стояти» на своєму чи все ж таки погоджуватися з більшістю?

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 10

Розвиток уміння протистояти тиску

Мета – навчити учасників тренінгу конструктивно протистояти тискові з боку групи та соціуму: розвиток уміння казати «ні».

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та групової дискусії, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Вправа «Заїжджена платівка»

Вправа має на меті відпрацювання техніки, що дозволяє відстоювати свої інтереси або відмовлятися від вимог оточуючих, не переходячи до образ співрозмовників і інших агресивних проявів. Її суть зводиться до того, що людина раз за разом повторює свою вимогу незалежно від того, які б заперечення вона не почула. Висловлювання будуються за схемою: «Я розумію, що ... , але мені потрібно ... (повторення своєї вимоги)».

3. Вправа «Проте».

Метою вправи є розвиток уміння коректно вести діалог, спрямовуючи тему розмови в позитивне русло. Вправа виконується в парах, де один учасник висловлює претензії в сторону іншого відносно зовнішнього вигляду, поведінки, задача партнера на протипагу критиці висловлювати позитивні речі, починаючи зі слова «проте».

4. Групова дискусія «Умій сказати Ні».

У ході дискусії, основними запитаннями для обговорення є: Чи завжди потрібно виконувати те, про що прохають інші? Як не почуватися винним, коли відмовляєш комусь? Власні чи чужі інтереси: що важливіше?

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 11

Акценти та пріоритети у житті

Мета – зрозуміти власні життєві пріоритети, розвиток умінь розставляти акценти у повсякденні, знаходження ресурсів для подальшої роботи та життя.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та групової дискусії, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Вправа «Ресурси».

Вправа сприяє переоцінці свого життєвого досвіду, має психотерапевтичний ефект. Учасникам дається завдання побудувати колаж, що відображає ресурси – чинники, що допомагають долати життєві труднощі і досягти поставлених цілей. Ці ресурси, які втілені у чомусь зовнішньому чи внутрішньому і будуть тими акцентами, котрі є важливими для людини у житті, адже саме вони надають їй силу, мотивацію та інтерес. Представлення колажу перед аудиторією.

3. Вправа «EOF».

Методика призначена для оцінки бачення людиною свого місця в суспільстві. На картці, що символізує суспільство, зображені лінії, що ділять картку на декілька областей. Кожен учасник ставить першу крапку в ту область, де він знаходиться на даний момент (А), потім – там, де хоче бути (Б). Усього малюнок складається з восьми областей, кожна з яких відповідає одному з типів: Маргінал, Нероба, Лінивий начальник, Експлуататор, Працівник, Гармонійна особистість, Бізнесмен, Трудяга. Інтерпретування тренером даних областей та шлях вектору кожного учасника тренінгу.

4. Групова дискусія «Моє життя».

Обговорення спрямовано на вирішення таких запитань: Яке моє місце в житті? Хто найважливіші люди у ньому? Яка моя мета та місія? Я творець свого життя?

5. Підбиття підсумків практичного заняття.

Заняття 12

Заключне заняття

Мета – підбити підсумки пройденого шляху.

Хід заняття.

1. Рефлексія попереднього заняття.

Зворотній зв'язок щодо минулого заняття, аналізування вправ та групової дискусії, обмін новими думками, враженнями, почуттями.

2. Групова дискусія.

Надаємо можливість висловитися всім учасникам тренінгу, сприяючи щирій та відвертій розмові. Кожен ділиться своїми результатами, змінами, досягненнями та планами на майбутнє.

3. Підбиття підсумків тренером.

Керівник підводить підсумки всього курсу, здійснює ретроспективне аналізування роботи, зупиняючись на моментах, котрі були важливими впродовж усього циклу програми. Готує учасників тренінгу до реалізації отриманого досвіду, попереджаючи, що не варто переносити ці знання та відносини безпосередньо в інші спільноти, групи, колективи, не знаючи рівень розвитку останніх.