

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ІСТОРІЇ ТА СОЦІОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

**ПСИХОЛОГІЧНІ СПОСОБИ ПРОТИСТОЯННЯ ОСОБИСТОСТІ
НЕКОНСТРУКТИВНОМУ ВПЛИВУ**

Кваліфікаційна робота (проект)

На здобуття ступеня вищої освіти «Магістр»

Виконала здобувачка другого
(магістерського) рівня
Спеціальності: 053 Психологія
Освітньо-професійної
(наукової) програми:
Психологія
Анастасія МАЛКА

Керівник: кандидатка
психологічних наук, доцентка
Олена ТАНАСІЙЧУК

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОТИСТОЯННЯ НЕКОНСТРУКТИВНОМУ ВПЛИВУ.....	5
1.1. Види психологічного впливу на особистість.....	5
1.2. Види психологічного протистояння неконструктивним впливам.....	11
1.3. Формування світогляду особистості під дією неконструктивного впливу.....	15
Висновки по першому розділу.....	21
РОЗДІЛ 2. ЕМІПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОТИСТОЯННЯ НЕКОНСТРУКТИВНОМУ ВПЛИВУ НА ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	23
2.1. Методологічні аспекти дослідження неконструктивного впливу.....	23
2.2. Опис методик дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку.....	25
2.3. Результати дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку.....	34
2.4. Рекомендації підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу.....	43
Висновки по другому розділу	49
ВИСНОВКИ.....	51
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	54
ДОДАТКИ.....	59

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема міжособистісного психологічного впливу особливо актуальна зараз, коли міжособистісні стосунки, навіть у навчальному середовищі, вже формально не контролюються. Кожна людина стає об'єктом впливу багатьох людей, які раніше не мали можливості ні на кого впливати через відсутність відповідного статусу та авторитету. З іншого боку, розширилися можливості протистояння не впливу інших, тому успішність впливу стала сильно залежати від індивідуально-психологічних навичок осіб.

Основні проблеми сучасної загальноосвітньої школи зосереджені навколо проблем, з якими стикаються вчителі з учнями. У деяких випадках вчителі вдаються до неконструктивного, щоб вирішити складні навчальні ситуації. В школі вона часто можна спостерігати вплив вчителів на учнів у неконструктивних формах – нехтування, утиски, використання маніпуляцій, що призводять до розладу особистості, асоціальних типів поведінки, невротичних проявів і психосоматичних захворювань.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Основний зміст роботи складають результати досліджень, які проводились протягом 2018–2023 років, в роботі також використано результати досліджень педагогів ЗЗСО.

Метою дослідження є надання рекомендацій підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу.

Завдання дослідження полягає у розгляді наступних питань:

1. Види психологічного впливу на особистість;
2. Види психологічного протистояння неконструктивним впливам;
3. Формування світогляду особистості під дією неконструктивного впливу;
4. Методологічні аспекти дослідження неконструктивного впливу;
5. Опис методик дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку;

6. Результати дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку;

7. Рекомендації підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу.

Об'єкт дослідження – неконструктивний вплив як психологічний феномен.

Предмет дослідження – дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що розглянуто види психологічного протистояння неконструктивним впливам та визначено теоретичні основи процесу формування світогляду особистості під дією неконструктивного впливу.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що сформовані на основі дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку результати дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку дали змогу сформувані рекомендації підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу, які в подальшому можна використовувати в закладі освіти в умовах дистанційного або очного навчання.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОТИСТОЯННЯ НЕКОНСТРУКТИВНОМУ ВПЛИВУ

1.1. Види психологічного впливу на особистість.

Сучасний розвиток інформаційного суспільства сприяє поширенню новітніх технологій, які мають прямий і прихований вплив на свідомість людини, здатні змінювати поведінку людини, впливати на свободу волевиявлення. Найчастіше прихований вплив застосування методів має місце в політиці, дипломатичних та економічних відносинах, військових діях, діяльності спецслужб, а також в інших аспектах життя людей і суспільства в цілому. Використовуючи передові технології поширення та розповсюдження інформації, опозиційні віяння здійснюють вплив, спрямований на зміну напрямку руху, ідей, думок і настроїв зазначеної аудиторії, що призводить до недостатнього розуміння реальності, прав і важливих потреб.

Войтко О. В., Кацалап В. О., Рахімов В. В. враховуючи широкий спектр деструктивної інформації та її вплив на психологію людини, зазначають що необхідно чітко усвідомлювати її причини, форми та методи і своєчасно організувати захист від їх проявів[3].

Дуткевич Т. В. зазначає, що особистість успадкована від родини чи чогось, що еволюціонувало протягом багатьох років. Психологи кажуть, що особистість в основному є результатом чотирьох основних детермінант, тобто фізичних (біологічних/спадкових), соціальних (спільнота), психологічних (поведінка, емоції та внутрішні моделі мислення). та інтелектуальних (цінності та переконання). Ці детермінанти особистості також включають різноманітні культурні, ситуаційні та екологічні фактори[5].

Руденко Л. А. виділяє чотири основні детермінанти особистості:

Біологічні/фізичні детермінанти : спадкові та фізичні особливості.

Соціальні детермінанти: соціологічні аспекти, пов'язані з громадою та його/її роллю в громаді.

Психологічні детермінанти: поведінка, емоції, почуття, моделі мислення та комплекси індивіда.

Інтелектуальні детермінанти: цінності, гумор, мораль тощо.

Інші детермінанти особистості включають культурні, ситуаційні, екологічні фактори тощо.

Фізичні детермінанти особистості

Біологічні риси є першочерговим параметром, який відображає різні фактори особистості людини. Будучи суттєвою детермінантою особистості, вона також включає в себе більшість інших факторів, які виявляють різні уявлення про людину. Деякі важливі складові фізичних детермінант особистості:

Спадкові: особливості, які можна визначити з моменту зачаття, зазвичай відносять до спадкових. Стать, фізичний зріст, темперамент, склад м'язів, риси обличчя, зріст тощо – це характеристики, які людина зазвичай успадковує від батьків. Таким чином, за допомогою спадкового підходу стає очевидним, що гени, розташовані в хромосомах, є остаточним поясненням особистості [12].

Фізичні особливості: Фізичний вигляд також є одним з невід'ємних факторів, що визначають особистість. Те, як людина виглядає фізично, насправді відіграє важливу роль у тому, як її сприймають інші.

Фізичні характеристики включають, але не обмежуються цим: зріст, тон шкіри, вагу, колір волосся та краса.

Психологічні детермінанти особистості

Розглядаючи особистість як особливий стиль, властивий кожній людині, психологічний підхід є однією з основних детермінант особистості. Цей специфічний стиль, який є різним для кожної людини, фактично визначається через накопичені характеристики психічних тенденцій, емоцій, настроїв, моделей мислення та комплексів. Крім того, він також вивчає психічні конфлікти індивіда, бажання, прагнення, почуття пригніченості, сублімації та емоційного благополуччя.

Культурні детермінанти особистості

Подібно до того, як ми народжуємося з біологічними детермінантами, культурні детермінанти особистості є тими, з якими ми зростаємо. Ритуал і норми в сім'ї, виховання, соціальна група, в якій ми проводимо час, є факторами, які впливають на формування особистості. Кожна культура тренує та очікує від своїх членів поведінки та дихання у спосіб, прийнятний для суспільства. Отже, такі фактори, як агресія, незалежність, співпраця та конкуренція, є основними культурними факторами, що впливають на детермінацію особистості [13].

Сімейні фактори

Найважливішою з різних детермінант особистості є сімейна. Домашнє середовище, змішане з прямим впливом батьків, є основним фактором формування рис, які формують особистість. Критичний вплив робить сім'я, особливо в ранньому і малолітньому віці. Наприклад, дитина, яка виховується в насильницькій сім'ї, буде зовсім іншою, емоційно та соціально боязкою та холодною порівняно з дитиною, яка виховується в теплому, адаптивному та здоровому середовищі.

Соціальні детермінанти особистості

Соціальні детермінанти аналізують особистість відповідно до статусу індивіда в їхній соціальній групі чи спільноті та розглядають концепцію індивіда щодо своєї ролі в групі. Ключовий фактор, який враховує цей підхід, полягає в тому, що те, як нас сприймають інші, відіграє більшу роль у формуванні особистості.

Епоха ознаменувалася широкою появою засобів спілкування, особливо через соціальні медіа. Впливові особи соціальних медіа мають авторитетну владу впливати на маси по всьому світу. Отже, особистість будь-якої людини значною мірою залежить від суспільного життя, яке вона веде та частиною якого є. Під час спілкування, віртуального чи реального, ми зустрічаємося з безліччю інших людей, які так чи інакше залишають відбиток на нашій особистості. Процес починається, як тільки ми переходимо в реальний світ із дитячої школи, в яку ходимо, до однолітків і друзів, зокрема. Соціальне життя

є однією з важливих детермінант особистості, тому нам завжди радять розумно вибирати коло спілкування [14].

Інтелектуальні детермінанти особистості

Інтелект є ще одним важливим фактором, який може відігравати важливу роль у розвитку нашої особистості. Інтелект може впливати на різні аспекти та сфери поведінки, що, у свою чергу, може визначати особистість. Ось інтелектуальні детермінанти особистості:

Гумор : гумор є однією з невід'ємних інтелектуальних детермінант особистості, оскільки він допомагає отримати реалістичний погляд на речі, сприяє соціальному прийняттю та, крім того, за іронією долі пропонує світліший погляд на життя.

Мораль : інтелект і світогляд відіграють вирішальну роль у розвитку моралі та того, як ми сприймаємо певні речі як моральні чи аморальні. Таким чином, моральність є ще одним фактором, який визначає наш інтелект, а отже, і загальну особистість.

Цінності : людина дізнається про цінності завдяки своєму вихованню, а також із суспільства, в якому вона виховується. Ці цінності та переконання також формують інтелектуальну поведінку і, таким чином, є важливим визначальним фактором особистості.

Особистість походить від латинського слова «persona», що можна перекласти як «маска», особистість можна просто визначити як досвід, цінності, звички та риси індивіда, які в сукупності визначають його або її моделі поведінки. Психологи та соціальні теоретики виявили, що існує два основні підходи або детермінанти, які можна використовувати для вивчення особистості, тобто психологічний і соціологічний. Окрім цього, можна додатково використовувати біологічний підхід, але оскільки він централізовано оцінює біофізичні характеристики індивіда, це адекватний підхід для вивчення особистості в цілісній манері. Хоча існують різні визначення особистості, більшість з них зосереджені на моделі характерів і поведінки, які можуть допомогти передбачити та пояснити поведінку

людини[21].

Ніколаєнко С. зазначає, що психологічний вплив являє собою проникнення однієї людини (або групи людей) у психіку іншої людини (або групи людей). Цей вплив направлено на душевний стан, думки, почуття і дії іншої людини здійснюється тільки за допомогою психологічних методів (вербальних або невербальних).

Зовнішнє (пов'язане з сприймачем) походження психологічного впливу і в його сприйнятті призводить до зміни тих чи інших психологічних регуляторів у певній діяльності людини. При цьому виділяються важливі ознаки категорії психологічного впливу: структура психологічного впливу, етапи процесу психологічного впливу, методи психологічного впливу, об'єкти психологічного впливу, способи психологічного впливу, види психологічного впливу[24].

Психологічний вплив – це вплив на стан, думки, почуття та поведінку іншої людини за допомогою спеціальних психологічних методів.

Процес психологічного впливу можна розглядати як послідовність дій впливу, де завжди присутні дві сторони: суб'єкт впливу – це партнер, який першим намагається вплинути, а адресат впливу – партнер, з яким була зроблена перша спроба впливу. Крім того, в процесі взаємодії можна мінятися ролями.

Що стосується психологічного впливу, то це контекстна одиниця процесу психологічного впливу, яка супроводжує міжособистісні стосунки і є зручною для аналізу та вивчення методів впливу. Якщо розглядати процес впливу в цілому, то треба говорити про об'єкт впливу – сторону, на яку спрямований тиск суб'єкта впливу, та суб'єкт впливу – орган, який організовує та реалізує об'єкт впливу.

Для кожної зі сторін, які зустрічаються в цьому процесі, інша сторона завжди є впливовою, а вона сама є суб'єктом. Психологічний вплив завжди невіддільний від соціального контексту, оскільки саме цей контекст визначає його зміст і психологічний вплив.

Психологічний вплив, як правило, всі інші впливи – фізичні, економічні, організаційні, але ці впливи все ж визначаються своїм основним змістом і формою, тобто фізичними і т.д. Натомість вплив інформації завжди психологічний[2].

Психологічний вплив – використання спеціальних психологічних прийомів у міжособистісних стосунках для впливу на стан, думки, почуття, дії іншої людини[11; 15].

Психологічний вплив відбувається на всіх рівнях соціальної дійсності: індивіди, малі групи, великі соціальні групи та суспільство в цілому можуть виступати як суб'єктами (ініціаторами), так і об'єктами (адресатами, реципієнтами). Соціально-психологічний вплив має місце у всіх сферах життя людей – у бізнесі, освіті, сім'ї, розважальному спілкуванні, масовій комунікації, пропаганді та ідеологічному впливі.

Метою соціально-психологічного впливу є зміна психологічних або соціально-психологічних особливостей об'єкта спілкування. Об'єктами соціально-психологічного впливу на особистість є: мотиватори діяльності (спонукання, бажання, потреби, схильності, думки); контролери діяльності (установки, правила групи, громадська думка); когнітивні структури (світогляд, переконання, знання про світ); особливості діяльності (спосіб життя, стиль поведінки, звички, уміння, навички); психічні стани, емоції, почуття та емоції. У групі людей об'єктами впливу можуть бути психологічний клімат групи, групові норми і групові відносини.

У реальному житті психологічний вплив, як правило, не односторонній, а взаємний вплив, взаємодія, вплив, мотивація впливу може передаватися від суб'єкта до об'єкта. Об'єкт впливу здатний сприймати і оцінювати спроби впливу на нього, не погоджуватися з ними і надавати контрфакти партнеру по стосунках.

У структурі процесу психологічного впливу можна виділити кілька елементів: стратегію і методи впливу, динамічні характеристики, ефекти і способи (прийоми).

Психологічний вплив описує дві основні стратегії – монологічну (суб'єктну) і мовленнєву.

У монологічній стратегії адресат розглядається як пасивний об'єкт впливу. Мета впливу встановлюється і реалізується ініціатором без урахування потреб і переваг одержувача. Розрізняють два підвиди монологічної стратегії: примусова стратегія (примус, командування) і маніпулювання. Мовленнєва є повною протилежністю.

Методи психологічного впливу – це сукупність конкретних прийомів, якими користується суб'єкт впливу, вибір яких залежить від завдань і цілей впливу. До такої тактики належать лестощі, компліменти, свідоме перекручування інформації, посилення на авторитетну думку, приниження, погрози і т.д.

Соціально-психологічний вплив може здійснюватися за допомогою вербальних і невербальних засобів (паралінгвістичних і екстралінгвістичних).

Форми, способи, стратегії та прийоми соціально-психологічного впливу в окремих випадках визначаються спільною діяльністю та змістом спілкування, рольовою структурою спілкування, конкретними цілями спілкування, а також індивідуально-психологічними особливостями суб'єктів спілкування[25].

1.2. Види психологічного протистояння неконструктивним впливам

Вплив – це не що інше, як відхилення від існуючих моделей, методів, звичаїв і систем.

Закордонні дослідники визначають, що вплив може бути трьох категорій:

Логічний: де може бути якась справжня причина прийняти нову роль через брак знань, незгоду з фактами, раціональне міркування, логіку та науку.

Психологічний: виникає через психологічні фактори, засновані на емоціях, почуттях і ставленні.

Соціологічний: пов'язаний зі спільними цінностями та звичаями груп людей або суспільства. Це може бути похідним від страху кинути виклик груповим інтересам, нормам і цінностям та змінюватися[22].

Американський психолог Кюблер-Росс запропонувала емоційний цикл, якого люди дотримуються у випадках трауру, але він ідеально підходить до будь-яких інших змін у житті, які ми відмовляємося прийняти.

1. Шокова фаза. Це стан паралічу або початкового блоку, коли ми вперше піддаємося перспективі змін. У такому стані зазвичай не реагують, щоб інші люди могли подумати, що добровільно прийнято трансформацію, але насправді відбувається те, що емоційна система «застигає». Раціональний розум ще не обробив зміну та її значення. У міру того, як це приймається, можна відчувати кризу тривоги або інші фізичні реакції.

2. Негативна фаза. На цьому етапі заперечують зміни, це означає закривати очі перед реальністю та будь-якими доказами того, що трансформація потрібна або відбувається.

3. Фаза гніву. Коли більше не можна заперечувати зміни, найчастіше реакція закінчується гнівом, розчаруванням і гнівом. У цій фазі з'являються всі почуття, витіснені на попередніх фазах.

4. Фаза переговорів. Це фаза, на якій намагаються знайти вихід, хоча зазвичай це марно. На цьому етапі ще не прийнято зміни, але особа намагається знайти «спосіб», щоб їх уникнути.

5. Фаза депресії. У цей момент особа визнає, що зміни неминучі. Пр цьому вона може реагувати депресією або роздратуванням.

6. Етап випробування. Це фаза, коли опір змінам остаточно зникає, тому що особа розуміє, що повинна реагувати. Потім вона починає шукати реалістичні рішення та нові моделі подолання, які відповідають реальності. На цьому етапі починаються невеликі експерименти, які наближають до змін і дозволяють спостерігати за ними в новому ракурсі.

7. Фаза прийняття. Це останній етап, на якому особа намагається знайти баланс, який було втрачено зі змінами, знаходить та впроваджує нові моделі

адаптивної поведінки, які допомагають відновити свою ідентичність у нових обставинах[23].

Людина намагається протистояти впливу іншої людини і різними засобами подолати протилежну ситуацію, що склалася у відносинах з партнером. Водночас такі види впливу, як переконання, навіювання, можуть застосовуватися в діалозі рівноправних партнерів і при тиску на партнера, якщо примус, деструктивна критика, ігнорування та маніпулювання відображають методи «боротьби».

Види психологічного протистояння неконструктивним впливам за Р. П.Федоренко представлено в табл. 1.1.

Таблиця 1.1

**Види психологічного протистояння неконструктивним впливам за
Р. П.Федоренко [16]**

Вид протистояння впливу	Визначення
1. Контраргументація	Відома аргументована відповідь на спробу переконання, що запитує або заперечує доведення ініціатора впливу
2. Конструктивна критика	Підкріплені факти обговорення цілей, засобів або ініціаторів впливу та обґрунтування їх невідповідності цілям, умовам і вимогам адресата.
3. Енергетична мобілізація	Опір адресата намагаюся переконатися або передати йому певний стан, ставлення, намір або спосіб дії
4. Творчість	Створення новоговпливу за допомогою прикладу або моди.
5. Ухилення	Прагнення уникати будь-яких форм взаємодії з ініціатором впливу, в тому числі випадкових особистих зустрічей і зіткнень.
6. Психологічна самооборона	Застосування мовних формул та інтонаційних засобів, що дозволило зберегти присутність духу і виграти час для обдумування подальших кроків у результаті деструктивної критики, маніпуляції або примусу.
7. Ігнорування	Дії, що свідчать про те, що адресат навмисно не помічає або не прогресує до уваги слів, дій або виражених адресом почуттів
8. Конфронтація	Відкрите і послідовне протиставлення адресатом своєї позиції та своїм вимогам ініціатора впливу
9. Відмова	Незгода виконувати прохання ініціатора впливу

Кожному типу впливу можна протистояти за допомогою інших типів опору, і один і той же тип опору можна використовувати по відношенню до різних ефектів.

Розглянемо більш детально види психологічного протистояння неконструктивним впливам, які визначені Ханецькою Н.В.

Перший тип – ігнорування. Це свідома неувага до співрозмовника. Характеризується відсутністю реакції на будь-які дії іншої людини. Це вважається проявом неповаги в основній частині інтерв'ю. У деяких випадках поведінка в незручній ситуації є єдиним реальним виходом. Його використовували, щоб вибачитися за нетактовність.

Інші форми психологічного опору впливу: Конструктивна критика. Використовується в спірній ситуації для підтвердження автентичності особи. За допомогою критики вони доводять неправильність дій, ідей чи цілей. Це має бути підтверджено фактами. Інакше це перетворюється на нав'язливий сентиментальний коментар, а не на конструктивну критику [17].

Опір. Це спроба когось переконати шляхом підкріплення певних фактів. Використовується для заперечення думки іншої людини, яка повністю суперечить уявленням ворога. Обов'язкова умова має бути підтверджена науковими або міжнародно визнаними фактами.

Зіткнення Це пряме протиріччя перспективі. Здійснюється шляхом введення невербальних прийомів прямо (рішуче і вербально) або приховано. Психологи часто використовують когнітивно-поведінкову терапію.

Відмова. Свою незгоду або несхвалення позначає співрозмовник. Зазвичай прийнято не послухатись чужого прохання. Його можна почути м'яким і спокійним голосом. В іншому випадку – владним, погрозливим голосом. Це допомагає уникнути факту звільнення чи побиття.

Психологічний самозахист. Конкретне позначення своїх кордонів, не прислухаючись до інших. Він допомагає запобігати поведінці, контролює всі дії людини. У процесі вводяться вербальні та невербальні техніки у формі

словника та виразів. Мета застосування психологічного самозахисту – усунути себе від конфліктів, зберегти спокій. Таким чином, людина отримує більше часу, щоб подумати про критику та образи, які чує.

Ханецька Н.В. зазначає, що ухилення призначено для уникнення будь-якої взаємодії з програмою запуску. Причинами можуть бути особиста неприязнь або негативне ставлення до такого негідника.

Спроби нав'язати, передати, нав'язати певні дії, моделі поведінки, спосіб мислення та інші мотиви проявляються у вигляді опору. Це трансформація будь-яких негативних емоцій у злість, злість і насильство. Іноді це відбувається через те, що людина не знає, як реагувати на певну ситуацію через брак інформації. Це допомагає регулювати свій емоційний стан [18].

1.3. Формування світогляду особистості під дією неконструктивного впливу

Світогляд – це сукупність установок, цінностей, історій і очікувань щодо навколишнього світу, які визначають кожну думку та дію. Світогляд виражається в етиці, релігії, філософії, наукових переконаннях тощо. Світогляд – це те, як культура працює в індивідуальній практиці.

Ми маємо природну схильність вважати те, у що ми віримо, нормальним: його погляди відсталі та забобонні; погляди є результатом того, як особи були виховані; погляди раціональні, виважені та правдиві.

Світогляд поглинається культурою, яка оточує, першими людськими взаємодіями, історіями, які розповідають, навчанням батьків[19].

Світогляд формується з перших місяців життя, крім самовідчуття, дитина починає переставати бачити речі, людей і істот, які її оточують.

Усвідомлюючи, що є перші речі, своя кімната, іграшки, відчуття, звуки, навколо себе, маленька людина починає процес незбагненого пізнання світу. Перед нею розгортається безліч подій, про природу яких замислюються і робляться висновки.

Зазвичай, якщо індивід не ставить перед собою мету протягом свого життя отримати істинні знання, встановити достовірні факти про будь-яку подію, він упевнений, що об'єкти і події його життя кимось розказані за своїми характеристиками та властивостями.

Як сказав колись французький філософ і письменник Анатоль Франс: «Легше створити світ, ніж зрозуміти його. Стереотипи, упередження, когнітивні спотворення, ментальні кліше, дисфункціональні переконання – все це логічні помилки та помилки мислення щодо подій, які ми самі спричиняємо, поспішаючи з різних причин (головним чином через відсутність критичного підходу) задовольнити об'єктивну думку замість пошуку об'єктивного знання» [6].

Такі ментальні пастки лежать в основі мислення. Що саме таке «мислення»?

У словнику з філософії визначення «мислення» трактується як активний процес узагальнення і відображення дійсності, що забезпечує розкриття формальних зв'язків цієї реальності на основі їх вираження в чуттєвих даних і понятійних системах.

У філософії мислення розглядається як вид активного відображення існуючої дійсності, в середині і в цілому важливих зв'язків між речами і подіями, воно виражається у створенні нових ідей.

Насправді існують багато визначень, тому що мислення є не лише філософською, а й частиною багатьох наук про людину – когнітивної психології, філології та психології, фізіології та нейронауки тощо [7].

Мислення – це перетворення різноманіття даних у єдність знання».

Воно задає собі кілька рівнів:

- а) У якій реальності я? Де я?
- б) Хто є Я (мої риси характеру)?
- в) Як я розумію світ (спосіб пізнання світу, критичне мислення, упередження)?
- г) Яким чином? Що я роблю (мої переваги-недоліки, мої чесноти)?

д) Які мої цінності, цілі, нарешті, моя професія?

Відносини – це вузли образів, понять, уявлень, метафор, ідей, категорій. Надзвичайно важливо думати, ретельно з'ясовувати, ідентифікувати і правильно описувати [10].

Для того, щоб шукати істинне знання, необхідно ставити під сумнів, зосереджуватись на найменших деталях, вловлювати критичність, усвідомлювати будь-яке явище, яке з'являється на горизонті нашого сприйняття. Тому що цей феномен, незважаючи на актуальну роль у світорозуміння людини, знаходить місце в її концептуальній сфері, стає матеріалом для формування додаткових уявлень про світ. Будь-яке непорозуміння в системі світогляду тягне за собою нові хибні уявлення і розумові помилки. Високорівневе мислення – це усвідомлена думка, завдяки якій ми можемо запобігти ментальним пасткам, а разом з ними – помилкам у прийнятті рішень, практичних та етичних діях, які здаються несвідомими та поза волею[4].

Через неконструктивний вплив соціальних, економічних, політичних, світоглядних та культурних змін, людина стає складовою у соціальній системі, яка має вплив на формування її світогляду.

Таку ситуацію можна визнати триваючою соціально-психологічною кризою суспільства.

Коли велика кількість людей обирає своє місце в суспільстві, вони орієнтуються на простий, старовинний соціальний світ в їхніх очах.

Одним із найважливіших протиріч сучасного суспільного життя є протиріччя між визнанням власної цінності людини (як для себе, так і для інших людей) і сприйняттям її, яке задовольняє лише вузькоіндивідуальні потреби іншої людини.

Широкі маси підлітків і юнаків охоплені відверто накопичувальницькою, грабіжницькою ідеологією. Отримання капіталу будь-якою ціною стало для великої кількості людей визначальним мотивом діяльності.

Це один дуже значний полюс у суспільній психології сучасної молоді. Іншу, протилежну, представляють молоді люди, які через неприязнь до ідеології накопичення взагалі відсторонені від будь-якої активної громадської діяльності. Звідси – скептична відмова від пошуку сенсу життя, від входження в справжнє доросле життя, засноване на праці та особистій відповідальності, відсутності самосвідомості [8].

Визначення молодою людиною свого місця в суспільстві пов'язане із соціальною відповідальністю індивіда, що означає прийняття особистої відповідальності перед суспільством за себе, за справу на рівні дорослої людини.

У психологічній структурі соціально відповідальної особистості повинні переважати ті риси, які характерні для її гуманістичної спрямованості, оскільки егоїстична спрямованість не сумісна з розвиненою соціальною зрілістю особистості[1].

Кожна людина має унікальний погляд на світ, і цей погляд впливає на те, як він веде своє життя. Світогляд – одне з основних філософських понять, що утворює сукупність систем сталих поглядів, принципів і уявлень, що описують оточення, місце і призначення людини у світі. Вона визначається особливостями соціальної дійсності та соціальних умов. Світогляд – складне явище в духовному житті людства і суспільства. За його підтримки організовується і регулюється діяльність людини. Люди усвідомлюють, ким вони є, за своїм ставленням до світу в цілому, а не за конкретним ставленням до окремих предметів і окремих людей, оскільки вони є його частиною. Головну характеристику людини зазвичай називають її «сутністю», що робить її унікальною та незмінною протягом усього життя. Ця характеристика проявляється в їхніх думках і поведінці. Таким чином, стати членом суспільства означає робити внесок у суспільство та людство, бути експертом у своїй галузі та мирно співіснувати з іншими та природним світом.

Загальні уявлення про світ і людину, на основі яких люди живуть і діють є світоглядом. Це явище багатовимірне, воно формується в різних сферах

людського життя, практики, культури. Філософію також відносять до духовних утворень, які вважаються світоглядом. Світогляд – це сукупність поглядів, оцінок, принципів, що визначають найзагальніше бачення, розуміння світу, свого місця в ньому людини, а також життєві позиції, програми поведінки, вчинки людей. Світогляд є необхідною складовою людської свідомості. Це не просто один з його елементів серед багатьох інших, а їх складна взаємодія. Різноманітні «блоки» знань, переконань, думок, почуттів, настроїв, прагнень, надій, об'єднуючись у світогляді, формують більш-менш цілісне розуміння світу людьми. У світогляді узагальнюються когнітивна, ціннісна, поведінкова сфери в їх взаємозв'язку.

Життя людей у суспільстві має історичний характер. То повільно, то швидко, інтенсивно змінюються в часі всі його складові: технічні засоби і характер праці, відносини між людьми і самі люди, їхні почуття, думки, інтереси. Змінюються і погляди людей на світ, вловлюючи і заломлюючи зміни в їх соціальному житті. У світогляді того чи іншого часу, його загальній інтелектуальній, психологічній установці знаходить вираження «дух» епохи, країни, тих чи інших суспільних сил. Це дозволяє умовно говорити про світогляд у зведеній, знеособленій формі. Однак насправді переконання, норми життя, ідеали формуються в досвіді, свідомості конкретних людей. А це означає, що крім типових поглядів, які визначають життя всього суспільства, світогляд кожної людини живе, діє в різноманітних групових та індивідуальних варіантах. І все ж у розмаїтті світоглядів простежується досить стабільний набір їх основних «складових». Зрозуміло, що мова не йде про їх механічне з'єднання. Світогляд цілісний: у ньому принципово важливий зв'язок між компонентами, їх «сплав». І як у сплаві різноманітні поєднання елементів, їхні пропорції дають різні результати, так щось подібне відбувається і зі світоглядом.

Узагальнені знання – практичні, професійні, наукові – входять у світогляд і відіграють у ньому важливу роль. Ступінь когнітивної насиченості, обґрунтованості, продуманості, внутрішньої узгодженості світоглядних

позицій різний. Чим міцніший запас знань того чи іншого народу чи людини в ту чи іншу епоху, тим серйознішу підтримку, в цьому відношенні, може отримати світогляд. Наївна, неосвічена свідомість не має достатніх інтелектуальних засобів для чіткого обґрунтування своїх поглядів, часто звертаючись до фантастичних вигадок, вірувань, звичаїв[27].

Світогляд – це сукупність поглядів, ідей, думок, цінностей і принципів. Погляди визначають сутність природних і суспільних явищ. Ідеї породжують інтерес до ставлення людей до певних явищ. Тому думка завжди узагальнює зміст усіх явищ. Людина сама визначає собі життєві цілі на основі цінностей і набуває сенсу життя. За допомогою принципів можна отримати знання про світ, людину, систематичність, об'єктивність, практичність. При цьому виявляються життєві позиції людства і цілеспрямовано організовується їх діяльність.

Особистість людини відображає її думки. Поведінка і діяльність людини відображають її світогляд, але не відображають її рівень знань. Це також основна категорія філософського знання, людської релігії та способу життя. Описує світ, живі суспільства і людину, її етичні та естетичні стани, роль людини в об'єктивному світі. Поведінка і діяльність людини є основними факторами, що визначають духовний світоглядний стан. Вони є причиною глибоких, часто негативних і незворотних перетворень у житті людей. Крім того, це причина виникнення та розвитку світогляду, який змінює життя на краще[20].

Світогляд включає в себе аспекти особистості, а також емоційний зв'язок з вашим оточенням і людьми, які його населяють.

Він формується – принаймні частково – поєднанням таких речей, як виховання та походження, але на відміну від багатьох факторів, які поза контролем, світогляд – це те, над чим людина має великий свідомий контроль.

Як зазначено в одному з основних принципів проекту дослідження світогляду, створеного Інститутом ноетичних наук, «Світогляд не тільки впливає на те, як ми розуміємо навколишній світ, але й на те, як ми виражаємо

себе в цьому світі. Сукупність особистих цінностей, переконань, припущень, установок та ідей, які складають наш світогляд, впливає на наші цілі та бажання, стосунки та поведінку. Чим більше ми усвідомлюємо свій світогляд і світогляд інших, тим ефективніше ми можемо орієнтуватися в житті».

Наприклад, виходячи з походження та виховання, можна бути оптимістом або песимістом. Можна схилитися до альтруїзму та допомоги або егоїзму.

Рівень самооцінки, особисті заборони та навіть ваші упередження відіграють важливу роль у формуванні світогляду, і все це можна простежити до певного аспекту походження чи виховання.

Але в усіх цих випадках особистість отримує вплив від культурних чи соціальних сил, які таким чином мають вплив на формування її світогляду.

Незважаючи на природну схильність, особистість може вибрати бути більш позитивною, більш щедрою, більш цілеспрямованою. Незалежно від того, що робили або не робили батьки, можна цінувати себе, робити розумний вибір і віддавати перевагу рівності[26].

Висновки по першому розділу. Проаналізувавши теоретичні аспекти дослідження протистояння неконструктивному впливу, можна сформулювати наступні висновки:

1. Особистість – це те, що успадковується від сім'ї або розвивається. На думку психологів, особистість в основному є результатом чотирьох основних параметрів, а саме фізичних (біологічні / спадковість), соціальних (суспільство), психологічних (поведінка, емоції та внутрішні моделі мислення) та інтелектуальних (цінності та переконання). До них відносяться різноманітні культурні, ситуаційні та екологічні фактори, що визначають особистість.

Психологічний вплив – це вплив на стан, думки, почуття і поведінку іншої людини за допомогою спеціальних психологічних методів.

До видів психологічного впливу в основному відносяться переконання, зараження, навіювання, наслідування, мода, чутки.

2. Вплив – це не що інше, як відхилення від існуючих моделей, методів, звичаїв і систем.

Види психологічного протистояння неконструктивним впливам: контраргументація, конструктивна критика, енергетична мобілізація, творчість, ухилення, психологічна самооборона, ігнорування, конфронтація та відмова.

3. Світогляд – це набір установок, цінностей, історій та очікувань щодо навколишнього світу, які визначають кожну думку та дію. Світогляд визначається етикою, релігією, філософією, науковими переконаннями тощо. Світогляд – це те, як культура працює в індивідуальній практиці.

Зазвичай, якщо людина не ставить перед собою мету отримати у своєму житті істинні знання, встановити достовірні факти про будь-яку подію, вона впевнена, що речі та події в її житті будуть говорити відповідно до свого характеру та характеру.

Щоб шукати справжнього знання, необхідно запитувати, зосереджуватися на найдрібніших деталях, осягати критичність, усвідомлювати будь-яке явище, яке з'являється на горизонті нашого сприйняття. Тому що це явище, незважаючи на його точну роль у розумінні світу людиною, знаходить місце в концептуальній сфері, стає матеріалом для створення додаткових уявлень про світ. Будь-яка розбіжність у світогляді тягне за собою нові хибні уявлення та розумові помилки.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОТИСТОЯННЯ НЕКОНСТРУКТИВНОМУ ВПЛИВУ НА ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

2.1. Методологічні аспекти дослідження неконструктивного впливу

Дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку проводилось на базі Херсонської гімназії № 3 Херсонської міської ради.

В дослідженні прийняли участь 25 осіб – учнів 10-х класів.

Методичний інструментарій:

1. тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін);
2. опитування «Анкета власної розробки»;
3. тест ТАТ (Г. Мюррей).

Методика

На рис. 2.1 представлено учасників дослідження за статтю.

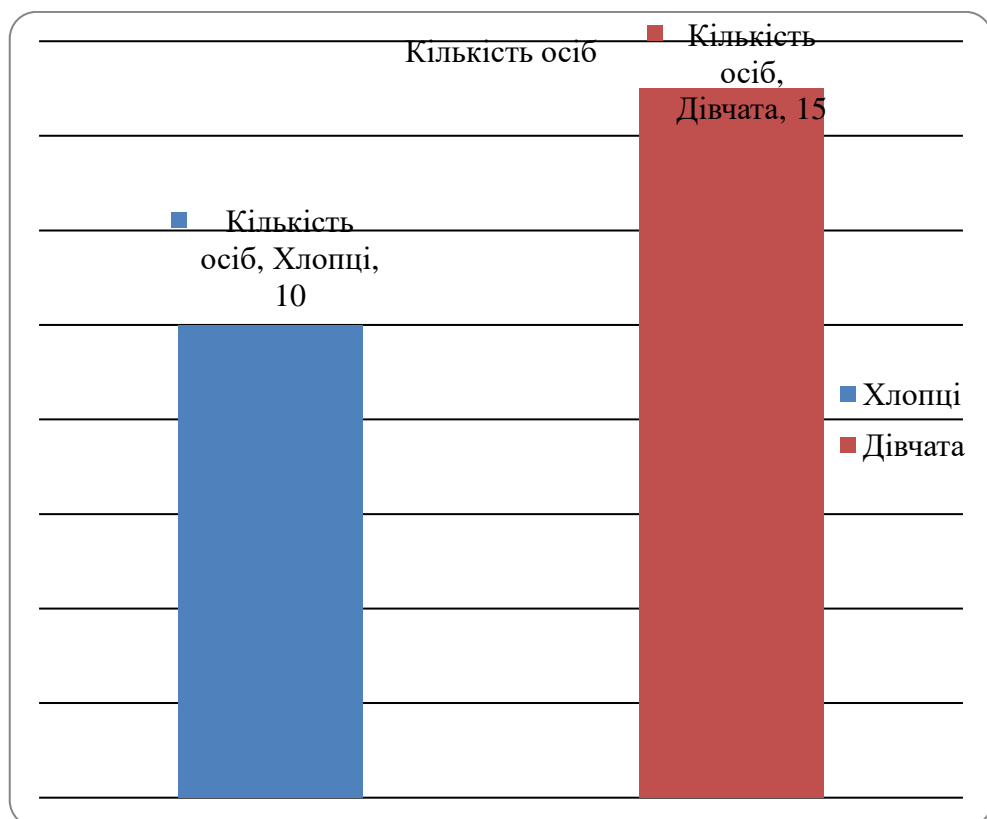


Рис. 2.1. Гендерний розподіл учасників дослідження

В дослідженні прийняли участь 10 хлопців та 15 дівчат.

На рис. 2.2 представлено віковий розподіл учасників дослідження.

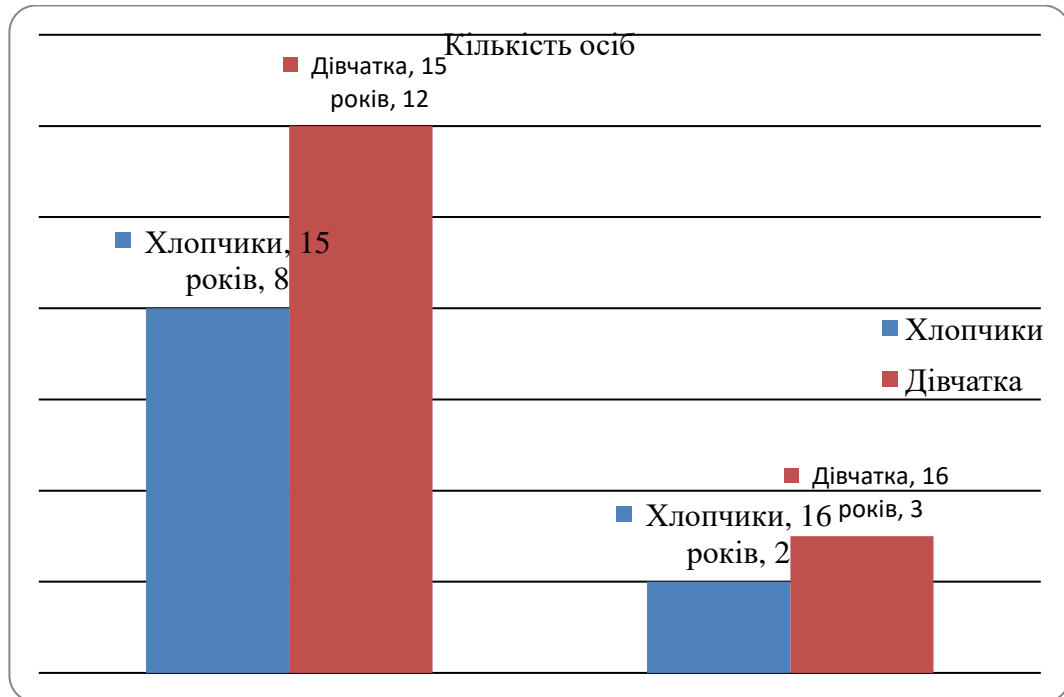


Рис. 2.2. Віковий розподіл учасників дослідження

Віковий розподіл учасників дослідження показує, що найбільшу частину досліджуваних становлять учні, яким 15 років.

Дослідження проводилось в умовах дистанційного режиму, за допомогою Google Форм.

Окремо також було проведено бесіду під час проведення уроку в Google Classroom, на якій було представлено основні завдання дослідження та вступне слово. Під час бесіди були також присутніми вчитель та класний керівник.

2.2. Опис методик дослідження неконструктивного впливу на осіб

підліткового віку

Дослідження протистояння неконструктивному впливу на осіб підліткового віку проводиться з метою подальшого формування рекомендацій щодо боротьби та реагуванням на неконструктивну критику особам підліткового віку. Дослідження протистояння неконструктивному впливу на осіб підліткового віку проводиться за допомогою двох тестів та анкети власної розробки.

Тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін) (Додаток А).

Важливими характеристиками учня як особистості і як суб'єкта навчальної діяльності є такі якості, як самостійність, впевненість у собі, відповідальність тощо. У деяких випадках доцільно розглядати всі ці особливості окремо, не комплексно, абстрактно, а особливо – з особливими умовами, які виражаються в навчальній діяльності. У зв'язку з цим за стилем навчальної діяльності можна виділити дві полярні групи учнів, які умовно можна назвати «автономними» і «залежними».

«Автономний учень» у навчальній діяльності проявляє такі якості: наполегливість, цілеспрямованість, розвинений самоконтроль, впевненість у собі, схильність до самостійної роботи тощо. У «залежних учнів» ці якості майже не виявляються, і їхня навчальна діяльність пов'язана переважно з опорою на керівництво вчителя, у напрямку порад і рекомендацій. Від врахування цих видів навчальної діяльності залежить успішність діяльності вчителя залежно від рівня вираженості їх «самостійності-залежності», від адекватного підбору методів взаємодії з учнями. Наприклад, використання чітко визначеного «залежного» типу «залежності» по відношенню до учня може бути ефективним методом навчальної взаємодії, що сприяє успішності.

Але по відношенню до «автономного» учня підхід, заснований на поетапному регулюванні (зокрема контролі) діяльності учня з боку вчителя, постійному «роздаванні» порад, вказівок, підказок.

Для вивчення стилю навчання учнів і класифікації їх на «автономні» або

«залежні» групи можна використовувати спеціальну тестову анкету

Цей метод є повністю валідованим і надійним. Методика досліджує обидва основні типи: «автономний» і «залежний», а також виділяє третю групу – «незалежну». Це учнів, яких не можна з достатньою впевненістю віднести до категорії «автономних» чи «залежних», оскільки характеристики як першого, так і другого типу приблизно однакові.

У Г.С. Пригіна «автономія» ґрунтується на ознаках індивідуальних особливостей під назвою «ефективна незалежність». За типологією дослідника суб'єкти можуть бути «автономними» (нейтральними, незалежними), «залежними» (ненейтральними) і «невідомими» (цей тип ще називають «змішаним»). Система предметного регулювання «автономних» суб'єктів характеризується узгодженістю окремих функціональних елементів. Структура регуляції «гібридних» суб'єктів дозволяє їм бути більш гнучкими в результатах своєї діяльності порівняно з «автономними» та «залежними». Функціональні ланки системи суб'єктивної регуляції «залежних» слабо пов'язані між собою, що втрачає свою цілісність і визначає низьку працездатність цих осіб.

У «автономних» особистостей краще розвинена виборча увага, вони не «зосереджують свою увагу на одному», а йдуть шукати наступний шлях швидкого та ефективного вирішення проблеми. Такі суб'єкти більш розумні, ніж залежні, які мають високорозвинені індивідуальні поняття.

У своїх зображеннях вони бачать велику кількість змін, які вважаються позитивною динамікою, «залежні», навпаки, дають негативний або нейтральний прогноз майбутнього. Загалом «автономні» суб'єкти характеризуються раціональністю, «залежні» – раціональністю та «гібридні» – комбінованими, тобто поєднують обидва види обміну інформацією.

Характеристики згаданих та інших видів поведінкового контролю так чи інакше впливають на сприйняття, розуміння інформації, використання оцінки та вирішення власних проблем. Крім того, необхідно підтвердити, що автономія, надаючи суб'єкти та відносини між людьми, які вступають у

взаємодію, сприяє якості взаємодії партнерів.

Автономний стиль у навчанні та професійній діяльності проявляється такими якостями, як наполегливість, цілеспрямованість, самовладання, впевненість у собі, схильність до самостійної роботи тощо.

«Залежність» характеризуються тим, що ці якості в них майже не виявляються, їхня навчальна діяльність пов'язана переважно зі схильністю до порад і рекомендацій, спираючись на вказівки вчителя.

«Невизначений» означає, що він не може бути визначений для конкретного типу, оскільки характеристики як першої, так і другої групи однакові.

Отже, можна виділити основні ідеї концепції самоконтролю поведінки Г.С. Пригіна:

1. Індивідуальні відмінності у виконанні діяльності базуються на певних особливостях функціонування когнітивного контуру саморегуляції.

2. Описані стійкі відмінності можуть бути покладені в основу типології людей за ознакою «дієвої самостійності» у здійсненні своєї діяльності: ті, що мають необхідну здатність до самоорганізації дій і при їх виконанні покладаються переважно на власні знання, судження, особистісні якості тощо – як типологічну групу її можна назвати «автономною».

Прігін Г.С. Він виділяє набір якостей, характерних для суб'єкта з «автономним» типом діяльності:

- вміє працювати самостійно без стороннього контролю та вибору;
- має наполегливість у досягненні намічених і поставлених цілей;
- має достатню самооцінку;
- активний, енергійний при виконанні роботи;
- виявляє турботу і водночас рішучість у подоланні проблем, які постають перед ним;
- має впевненість у собі та результатах роботи;
- може змусити себе зосередитися на своїй роботі;
- має відчуття відповідальності;

- має вміння планувати робочий день;
- при необхідності легко змінюється з однієї роботи на іншу;
- завжди виконує доручену роботу;
- має розвинене почуття самоконтролю;
- може критично оцінювати успіхи (або невдачі) людини в діяльності, точно аналізувати їх причини;
- може контролювати свою увагу;
- має високу ефективність.

Інша група, яку виділяє Пригін, є полярно протилежною першій – це ніби «залежна» група, яка є повною протилежністю «автономного» типу.

3. Кожен з описаних рухових паттернів, з одного боку, відповідає характерній ознаці «рухової» характеристики суб'єкта, а з іншого боку, відповідає певному функціональному утворенню когнітивного контуру самоконтролю.

Слід також зазначити, що єдність і взаємозв'язок зовнішніх і внутрішніх факторів, що визначають процеси управління, знаходиться в понятті «автономія». Ця єдність, що склалася в онтогенезі особистості, визначає ті індивідуально-типологічні характеристики, які опосередковують когнітивні процеси психічної саморегуляції.

Інший, невизначений, тип особистісної регуляції переважно базується на «зовнішньому стимулюванні», на зовнішніх умовах і вимогах. Особистість із таким типом регуляції повністю залежить від зовнішніх факторів, адаптується до середовища.

Отже, Пригін Г.С. у поведінці суб'єкта виділяється набір якостей, які мають «автономний» вид діяльності. Інша група, яку виділяє Пригін, є полярно протилежною першій – ніби «залежна», яка є повною протилежністю «автономного» типу. Є ще третій, невизначений тип, який не відноситься до двох попередніх.

Питання методики Тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін) було представлено у наступному форматі (рис. 2.3).

Навколишні люди вважають мене впевненою в собі людиною *

Вибрати

Так

Ні

ня обов'язкова

Очистити форму

Рис. 2.3. Питання методики Тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін)

Анкета власної розробки направлена на визначення неконструктивного впливу на осіб підліткового віку за умови проведення особистого опитування, яке має на меті визначити ступінь розуміння неконструктивного впливу, можливі варіанти неконструктивного впливу на осіб та можливості зменшення неконструктивного впливу на особу, які вона використовує.

Питання мають два варіанти відповіді «Так» або «Ні».

Така варіація відповідей покликана не завантажувати осіб підліткового віку, а навпаки, створити невимушену та легку атмосферу опитування.

Перелік питань сформованої анкети:

1. Чи маєте ви уявлення, що таке неконструктивний вплив?
2. Чи піддавалися ви такому впливу?
3. Чи можете ви протистояти такому впливу?
4. Чи вдавалося вам успішно протистояти такому впливу?
5. Чи допомагали вам дорослі при формуванні способу протистояння конструктивному впливу ?
6. Чи самі формували спосіб протистояння конструктивному впливу?

Питання анкети представлено на рис. 2.4.

1. Чи маєте ви уявлення, що таке неконструктивний вплив? *

Так

Ні

6. Ви формували спосіб протистояння конструктивному впливу особисто? *

Так

Ні

Рис. 2.4. Питання сформованої анкети

Питання анкети сформовані задля того, щоб зрозуміють, чи мають ті, хто прийняв участь у дослідженні уявлення про те, що таке неконструктивний вплив. Щоб вони зазначили, чи піддавалися такому впливу та чи можуть вони протистояти такому впливу, а також дізнатися, чи отримували вони допомогу від когось, коли протистояли неконструктивному впливу.

Тест тематичної апперцепції (ТАТ) – це проєктивний психологічний тест, розроблений у 1930-х роках Генрі А. Мюрреєм і Крістіаною Д. Морган у Гарвардському університеті. Прихильники техніки стверджують, що відповіді досліджуваних у наративах, які вони вигадують про неоднозначні картини людей, розкривають їхні глибинні мотиви, проблеми та те, як вони бачать соціальний світ.

Г. Мюррей хотів використати міру, яка б розкрила інформацію про людину в цілому, але виявив, що в цьому відношенні бракує сучасних тестів його часу. Тому він створив ТАТ. Обґрунтування техніки полягає в тому, що люди схильні інтерпретувати неоднозначні ситуації відповідно до власного минулого досвіду та поточних мотивацій, які можуть бути свідомими чи несвідомими. Мюррей міркував, що, попросивши людей розповісти історію про картину, їхній захист перед екзаменатором буде знижений, оскільки вони не усвідомлюватимуть конфіденційну особисту інформацію, яку вони

розкривають, створюючи історію.

Г. Мюррей і К. Морган провели 1930-ті роки, вибираючи картинки з ілюстративних журналів і розробляючи тест. Після 3 версій тесту (Серія А, Серія В і Серія С) К.Морган і Г. Мюррей визначилися з остаточним набором зображень, Серією D, яка залишається у використанні й сьогодні.

Незважаючи на те, що вона була автором першої опублікованої статті про ТАТ у 1935 році, К. Морган не отримала авторства в остаточному опублікованому документі. Як повідомляється, її роль у створенні ТАТ полягала в першу чергу у виборі та редагуванні зображень, але через пріоритетність імені в оригінальній публікації більшість письмових запитів щодо ТАТ були адресовані їй; оскільки більшість із цих листів містили запитання, на які вона не могла відповісти, вона попросила видалити її ім'я з майбутнього авторства.

ТАТ широко відомий як техніка інтерпретації картинок, оскільки вона використовує серію провокаційних, але неоднозначних картинок, про які суб'єкта просять розповісти історію. Посібник ТАТ містить інструкції з адміністрування, які використовує Г. Мюррей, хоча ці процедури зазвичай змінюються. Піддослідного просять розповісти якомога драматичнішу історію для кожного представленого малюнка, включаючи наступне:

- що призвело до показаної події?
- що відбувається на даний момент?
- що відчують і думають герої?
- яким був результат історії?

Якщо ці елементи опущено, особливо для дітей або осіб із низькими когнітивними здібностями, оцінювач може запитати суб'єкта про них безпосередньо.

Повний варіант тесту містить 32 картки з малюнками. На деяких картках зображені чоловічі фігури, на деяких – жіночі, на деяких – чоловічі й жіночі фігури, на деяких – неоднозначна стать, на деяких – дорослі, на деяких – діти, а на деяких взагалі не зображено людських фігур. Одна картка повністю

порожня і використовується для того, щоб отримати як сцену, так і історію про дану сцену від оповідача. Незважаючи на те, що спочатку картки були розроблені таким чином, щоб відповідати суб'єкту за віком і статтю, будь-яку картку можна використовувати з будь-яким суб'єктом. Мюррей припустив, що розповіді дадуть кращу інформацію про клієнта, якщо на більшості розданих карток буде зображений персонаж, подібний до клієнта за віком і статтю.

Незважаючи на те, що Мюррей рекомендував використовувати 20 карток, більшість практиків обирають набір із 8 до 12 вибраних карток, використовуючи або картки, які, на їхню думку, є загалом корисними, або які, на їхню думку, сприятимуть вираженню суб'єктом емоційних конфліктів, пов'язаних із його конкретною історією та ситуацією.

Однак екзаменатор повинен прагнути вибрати різноманітні картки, щоб отримати більш глобальне уявлення про оповідача та уникнути упередженості підтвердження.

Багато малюнків ТАТ складаються з наборів тем, таких як: успіх і невдача, конкуренція та ревності, відчуття, агресія та сексуальність. Вони зазвичай зображуються на картках із зображеннями.

Тематичні тести на аперцепцію мають на меті викликати мимовільне відображення підсвідомості. Не існує стандартизації для оцінки відповідей людини на ТАТ; кожна оцінка абсолютно суб'єктивна, оскільки кожна відповідь унікальна. Валідність і надійність, отже, є найбільшими знаками питання ТАТ.

Тест часто застосовується до окремих осіб у групі як серія тестів для аналізу та оцінки їх особистості. Тест ТАТ (рис. 2.5) був успішно проведений для точного визначення інформації про погляд людини на світ та її інше ставлення до інших і до себе.

За допомогою історій, які суб'єкти розповідають про зображення, екзаменатор отримує таку інформацію, як очікування суб'єкта від життя, стосунки з друзями та сім'єю, погляд на людей похилого віку та молодших тощо [30].

Уважно картинку і, не обмежуючи свою фантазію, підготуйте до кожної з них невелику розповідь, яка б відображала такі аспекти: Що зараз відбувається? Хто ці люди? Що вони думають і відчувають? Що призвело до такої ситуації і чим вона закінчиться? Не використовуйте знайомі сюжети з книг, п'єс або фільмів – придумайте щось своє. Використовуйте свою уяву, свою творчість. *



Ваша відповідь

Рис. 2.5. Тест ТАТ

Коли він створив ТАТ, Мюррей також розробив систему підрахунку балів, засновану на його теорії особистості. Система Мюррея передбачала кодування кожного речення щодо наявності 28 потреб і 20 тисків (вплив навколишнього середовища), які потім оцінювалися від 1 до 5 на основі інтенсивності, частоти, тривалості та важливості для сюжету. Однак впровадження цієї системи підрахунку балів займає багато часу і не було широко застосоване.

Скоріше, експерти традиційно покладалися на свою клінічну інтуїцію, щоб прийти до висновків про оповідачів [29].

Логіка тестування полягає в тому, що суб'єкти схильні інтерпретувати або описувати неоднозначні ситуації на основі власного минулого досвіду та мотивацій у формі розповідей. Це може бути як свідомим, так і підсвідомим.

Тест ТАТ потребує менше часу для тестування та адаптований до умов дистанційної роботи.

Намальований тест на сприйняття, з його надзвичайною стислістю та простотою, був визнаний корисним у сімейному консультуванні, соціальній та психологічній допомозі. Методику можна використовувати в індивідуальних і групових тестах як дорослими, так і підлітками від 12 років.

2.3. Результати дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку

Результати дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку сформовані та оброблені за допомогою Microsoft Excel. Всі особи, які прийняли участь в дослідженні, відповіли на всі питання в повному обсязі.

Розподіл результатів згідно методикою тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін) представлено на рис. 2.6.

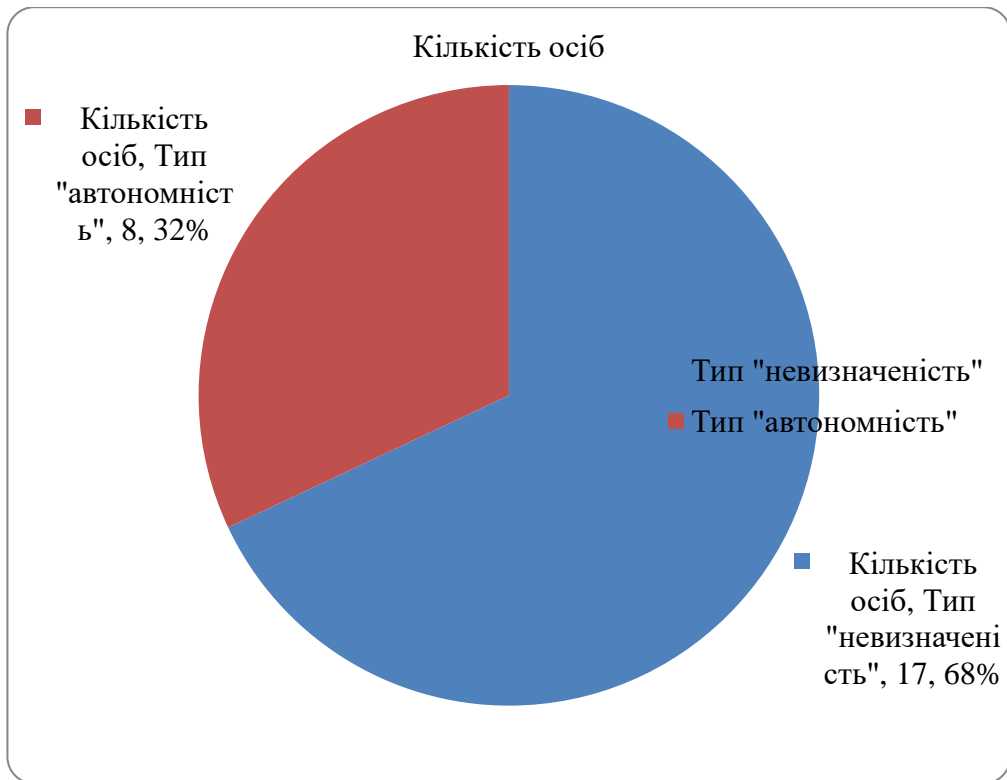


Рис. 2.6. Розподіл результатів згідно методикою тест «Автономія-залежність» (Г.С. Пригін)

Розподіл результатів згідно методикою Г. С. Пригіна «Автономність – Залежність» представлено наступним чином:

1. 17 осіб (68%) мають тип «невизначеність»;
2. 8 осіб (32%) мають тип «автономність».

Основною характеристикою автономного пізнавального самоконтролю є висока свобода в процесі виконання свідомої діяльності, досвід планування майбутньої діяльності, вміння оцінювати власні досягнення та конкретні умови дійсності, впевненість у собі.

Невизначеність є однаково втіленою рисою, якій притаманні як автономія, так і залежність.

Розподіл відповідей на питання сформованої авторської анкети представлено на рис. 2.7–2.11.

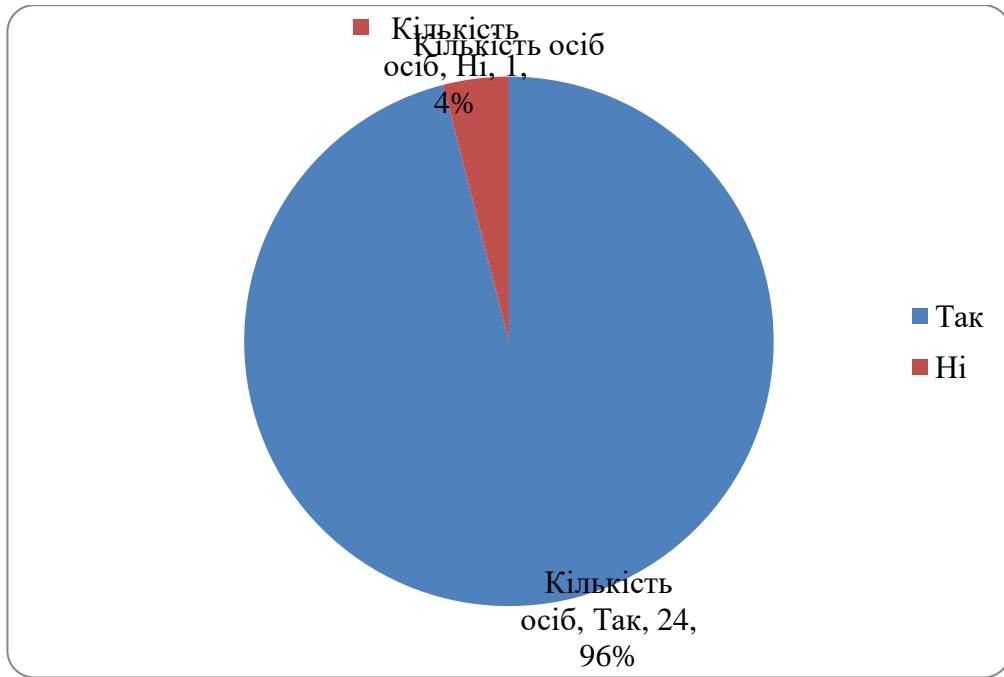


Рис. 2.7. Розподіл відповідей на питання авторської анкети «Чи маєте ви уявлення, що таке неконструктивний вплив?»

24 (96%) підлітки мають уявлення про неконструктивний вплив, 1 підліток (4%) не знає нічого про неконструктивний вплив. Це може свідчити про те, що підліток може не розпізнати неконструктивний вплив та вчасно не зреагувати на нього.

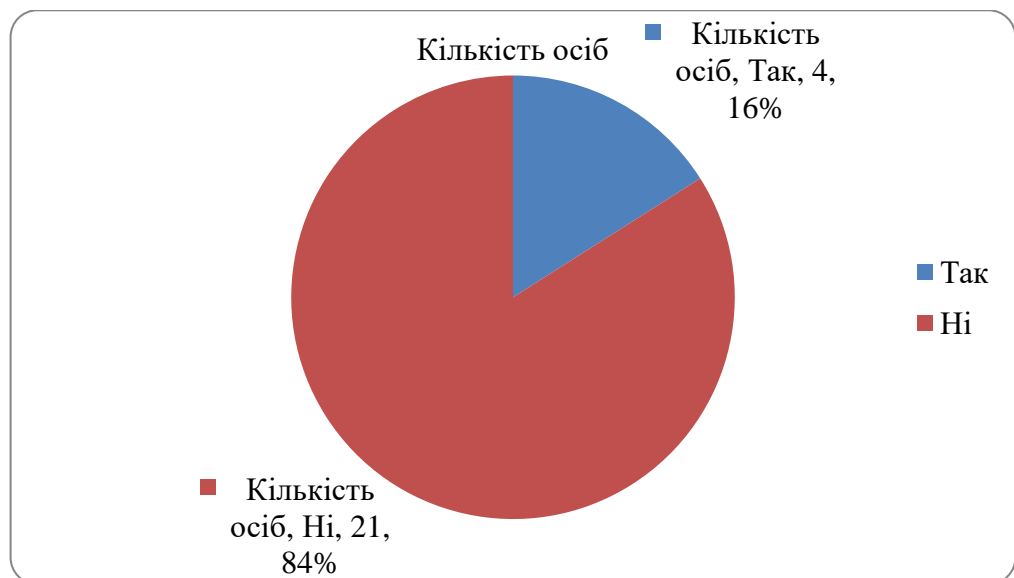


Рис. 2.8. Розподіл відповідей на питання авторської анкети «Чи піддавалися ви такому впливу?»

4 з 25 підлітків (16%), які приймали участь в дослідженні вважають, що піддавалися неконструктивному впливу. Це свідчить про те, що підлітки можуть бути вразливою групою для неконструктивного впливу.

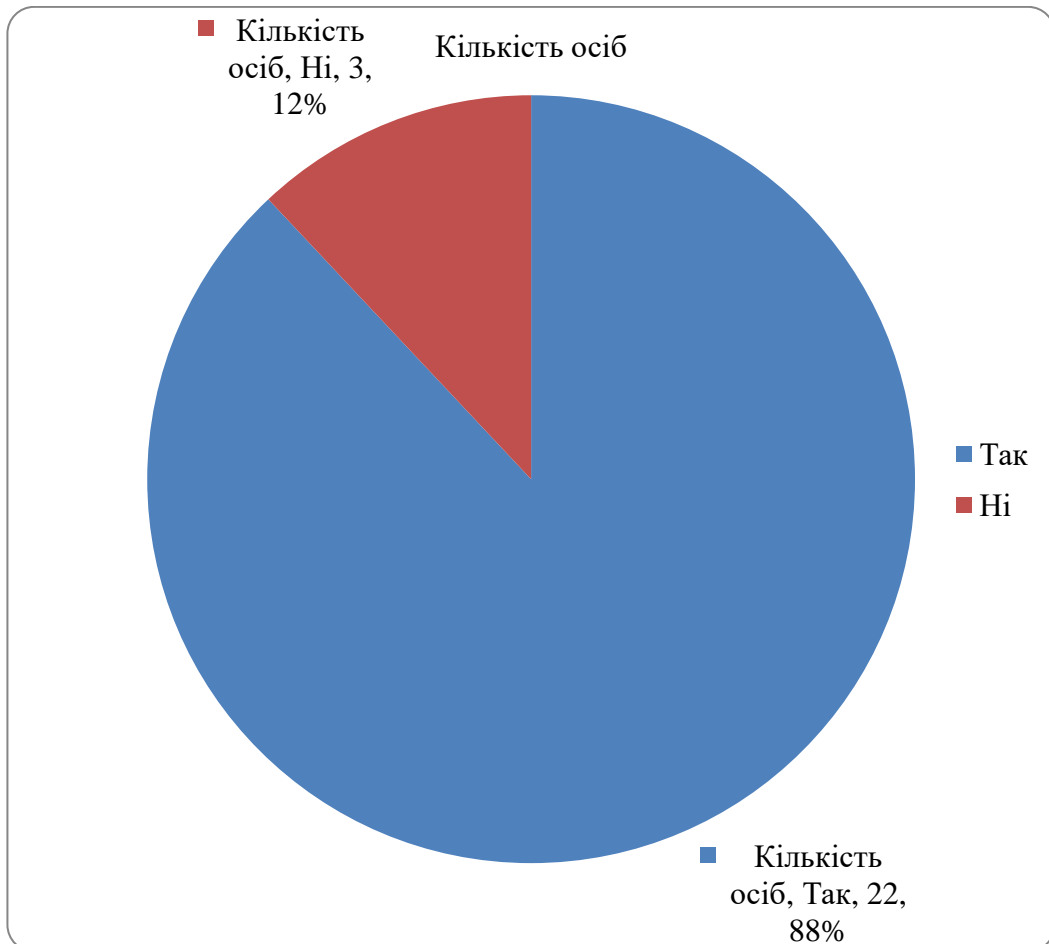


Рис. 2.9. Розподіл відповідей на питання авторської анкети «Чи можете ви протистояти неконструктивному впливу?»

22 особи (88%) вважають, що можуть протистояти неконструктивному впливу, 3 особи (12%) цього робити не можуть. Це свідчить про те, що 88 % підлітків мають можливість протистояти та захистити себе від зовнішнього впливу, а 12 % підлітків є незахищеними за багатьох можливих причин (стійкість характеру, негаразди в сім'ї і т.д.).

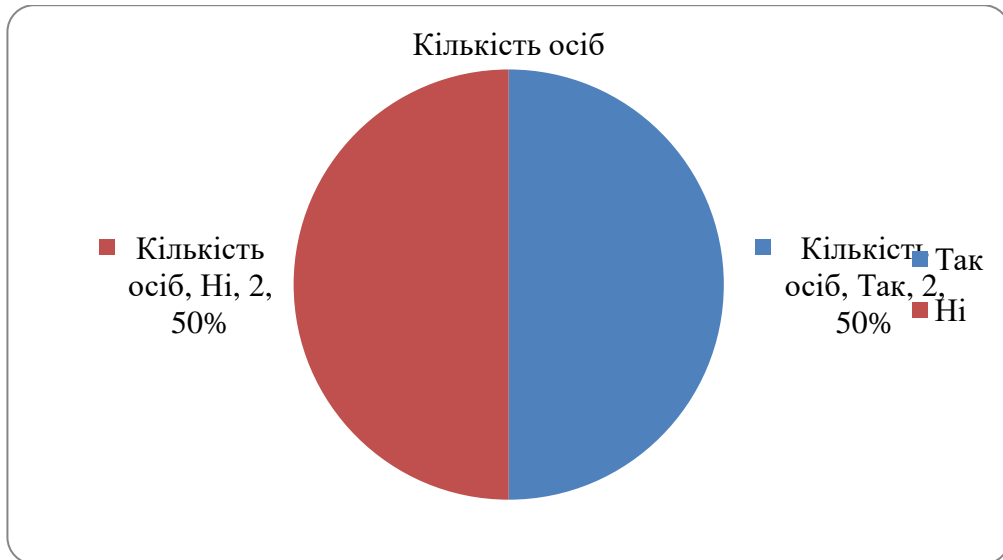


Рис. 2.10. Розподіл відповідей на питання авторської анкети «Чи вдавалося вам успішно протистояти такому впливу?»

З 4 осіб, які піддавалися неконструктивному впливу, 2 особи (50%) могли успішно протистояти такому впливу, 2 особи не могли цього робити. Це свідчить про те, що 2 особи могли зазнати негативного впливу та отримати психологічні проблеми, при цьому 2 особи мали можливість успішно протистояти неконструктивному впливу.

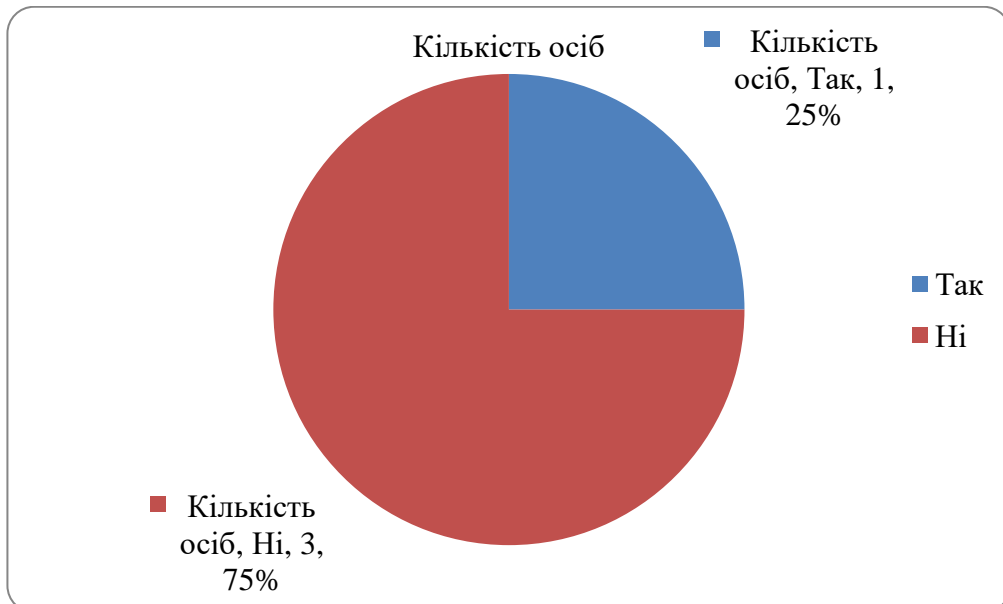


Рис. 2.11. Розподіл відповідей на питання авторської анкети «Чи допомагали вам дорослі при формуванні способу протистояння конструктивному впливу?»

1 з 4 осіб (25%), які піддавалися неконструктивному впливу просили допомоги дорослих при формуванні способу протистояння конструктивному впливу. 3 з 4 осіб такої допомоги не просили, або не хотіли. Це свідчить про замкнутість підлітків, або на відсутність у них довірливих відносин з оточуючими.

Серед дорослих, які можуть допомогти при формуванні способу протистояння конструктивному впливу можна визначити:

- друзів;
- членів родини;
- репетиторів;
- консультантів;
- лікарів;
- сусідів та ін.

Відповідно, 3 особи (75%) самостійно формували спосіб протистояння конструктивному впливу. Це свідчить про те, що 75% досліджуваних осіб мають довірливі відносини з оточуючими.

При запереченні інформація, яка призводить до внутрішнього конфлікту або тривоги, не розпізнається.

Проекція – спосіб цього захисту передбачає передачу однією людиною іншій людині неприйнятних думок, почуттів, дій. Звинувачення інших у своїх невдачах і проблемах також відбувається в рамках проекції.

Ідентифікація – називаючи цей спосіб психологічного захисту, людина приймає особливості та поведінку іншого індивіда[31-32].

Загальний висновок згідно методики тест ТАТ (Г. Мюррей) представлено на рис. 2.12.

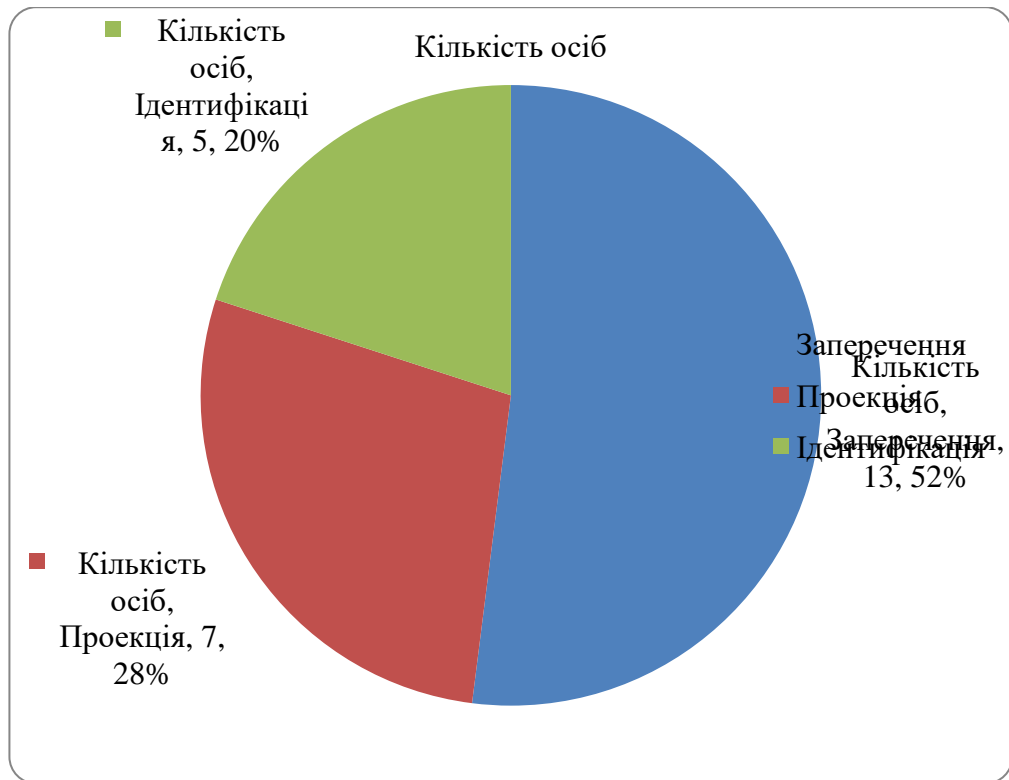


Рис. 2.12. Загальний висновок згідно методики тест ТАТ (Г. Мюррей)

Інтерпретація згідно методики тест ТАТ проведена методом експертних оцінок, в ролі експертів виступили вчителі Херсонської гімназії № 3 Херсонської міської ради в кількості 6 осіб.

Загальний висновок згідно методики тест ТАТ виконано на основі отриманих відповідей та вони свідчать, що особи схильні уникати близьких стосунків і зберігати певну емоційну дистанцію. Це зрозуміло з їх відповідей. Деякі історії підкреслюють дискомфорт і тривогу у стосунках з іншими людьми, причому часто акцентують увагу на порожнечі чи втраті, про що свідчить опис порожнього столу та недоїденої їжі. Це може вказувати на відчуття втрати або незавершеності життя. Також відзначається, що вони звертають увагу на деталі та емоції персонажів на картинках, що свідчить про емоційну чутливість і здатність занурюватися в ситуацію.

Отже, 13 (52%) досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «заперечення», 7 (28%) досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «проекція» та 5 (20%) досліджуваним особам

притаманний вид психологічного захисту «ідентифікація».

Це оцінює три механізми захисту: заперечення (найменш зрілий), проекція (проміжний) та ідентифікація (найбільш зрілий). Думки/почуття людини проєктуються в залучених історіях. Це свідчить про те, що 13 особами присутнє бажання позбутися нової інформації, яка не відповідає уявленням про себе. Захист визначається як ігнорування та уникнення потенційно тривожної інформації. Це як би бар'єр, розташований безпосередньо на вході в когнітивну систему. Він не пропускає туди непотрібну інформацію, вона при цьому втрачається безповоротно і не підлягає згодом відновленню. Тому заперечення призводить до того, що певний зміст не може увійти у свідомість ні відразу, ні пізніше. Це свідчить про те, що 7 особам притаманні ситуації, коли людина насправді може «спостерігати» щось в інших людях, не усвідомлюючи цього. Проекція заснована на тому факті, що людина не хоче знати, коли вона розкриває іншим людям характеристики, які є в ній і які вона не хоче мати. Це показує те, що 5 особам властива ідентифікація – форма проекції, яка передбачає відсутність ототожнення себе з іншою людиною, проєктування бажаних почуттів і поведінки на себе. Це розширення масштабів «Я» – це віддача себе іншим. Ідентифікація стосується процесу, за допомогою якого людина запозичує свої думки, почуття та дії в іншій людині як частину свого «Я». Уявляючи себе в просторі моделі, тобто переміщуючи «Я» в цьому загальному просторі, людина може відчувати симпатію, складність, емпатію, тобто іншого в собі, а отже, глибоко його зрозуміти.

Наприклад, історії, створені підлітками у відповідь на картки ТАТ, є комбінацією трьох речей: стимулу картки, середовища тестування та особистості випробуваного. Для кожної картки людина повинна суб'єктивно інтерпретувати зображення, що передбачає використання власного досвіду та почуттів для створення історії.

Г. Мюррей стверджує, що в історіях, створених оцінюваною особою, є герой, з яким суб'єкт ідентифікує себе і якому він приписує власні мотиви. З іншого боку, є персонажі, які взаємодіють із цим героєм і представляють

реальне соціальне та сімейне середовище людини.

Під час інтерпретації відповідей клініцисту важливо врахувати деякі застереження, щоб переконатися, що інформація є якомога точнішою. По-перше, екзаменатор повинен завжди бути консервативним при інтерпретації відповідей. Важливо завжди бути обережним замість того, щоб робити сміливі висновки. Екзаменатор також повинен враховувати всі дані під час використання ТАТ під час тестування або оцінювання. Одній відповіді не слід надавати більшого значення над іншими відповідями. Крім того, перевіряючи відповіді, екзаменатор повинен брати до уваги стан розвитку особи та її культурне походження. Усі ці застереження слід враховувати, коли екзаменатор використовує ТАТ.

Отже, об'єднавши отримані результати дослідження згідно запропонованих методик, можна сказати, що:

1. Підлітки, яким характерний невизначний тип пізнавального самоконтролю, притаманний вид психологічного захисту «проекція». Це свідчить про те, що передбачає передачу однією людиною іншій людині неприйнятних думок, почуттів, дій. Звинувачення інших у своїх невдачах і проблемах також відбувається в рамках проекції.

2. Підлітки, яким характерний тип пізнавального самоконтролю, «автономність» – основною характеристикою автономного пізнавального самоконтролю є висока свобода в процесі виконання свідомої діяльності, досвід планування майбутньої діяльності, уміння оцінювати власні досягнення та конкретні умови дійсності, впевненість у собі.

При особистій розмові з підлітками було визначено, що психологічні способи протистояння неконструктивному впливу, які вони використовують за нагоди можна визначити як: контраргументація, творчість та психологічна самооборона.

2.4. Рекомендації підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу

Рекомендації підліткам щодо протистояння неконструктивну впливу можна надати у вигляді теоретичного заняття, метою якого буде формування можливості мінімізації впливу, наприклад, неконструктивної критики з боку однолітків, вчителів та інших осіб.

Вступне слово:

Як правило, підлітки задовольняють свої потреби в результаті впливу контролю чи інформації в суспільстві чи окремих групах.

Наприклад, «закон взаємного обміну» говорить: ви повинні платити за підтримку і допомагати тим, хто допоміг вам. Відповідно, підлітки повинні бути послідовними у своїх словах і діях.

Відхилення від «нормального» часто призводить до проблем підлітка в групі чи суспільстві, тому проходження думки більшості дозволяє завоювати або зберегти визнання цієї більшості. Це явище називається ефектом управління. Але дуже часто підлітків намагаються не спілкуватися з більшістю, якщо знають, що вони більш компетентні в питаннях, що стосуються правил поведінки в певних ситуаціях. В результаті вони погодж
Відхилення від «нормального» часто призводить до проблем людини в групі чи суспільстві, тому проходження думки більшості дозволяє завоювати або зберегти визнання цієї більшості. Це явище називається ефектом управління. Але дуже часто люди намагаються не спілкуватися з більшістю, якщо знають, що вони більш компетентні в питаннях, що стосуються правил поведінки в певних ситуаціях. В результаті вони погоджуються з іншими. Це ефект інформації, тобто, коли дії підліткам піддаються критиці, як відхиленню від норми.

Прийняття критики є складним завданням, особливо для дітей і підлітків, чий мозок, що розвивається, має тенденцію бути надзвичайно чутливим до зворотного зв'язку.

Критика може бути корисною або шкідливою для молодого покоління; тому батьки повинні прагнути надавати своїм підліткам конструктивну

критику, яка надихає, є конкретною та пропонує рішення. Деструктивна критика, яка є різкою, зневажливою та часто є проблемою, до якої батьки повинні підготувати своїх дітей, але не повинні самі бути джерелом такого типу критики.

Молоді люди, які регулярно стикаються з критикою вдома, краще реагують на неї в інших місцях, тому що вони здатні визначити, чи є вона конструктивною чи деструктивною, не дивуються їй і не сприймають її особисто та серйозно.

Критика може бути корисною або шкідливою для молодого розуму; тому батьки повинні прагнути надавати своїм учням конструктивну критику, яка надихає та пропонує рішення. Деструктивна критика, яка є різкою, зневажливою та часто розпливчастою, є проблемою, до якої батьки повинні підготувати своїх дітей, але не повинні самі бути джерелом такого типу критики [37].

Зосереджуючись на поведінці дитини, а не на її особистості, дитина менше відчуватиме засудження та швидше витратить час на відгук.

Удосконалення здатності сприймати критику та розвиватися завдяки зворотному зв'язку – це постійний процес. Батьки можуть допомогти своїм дітям впоратися з критикою, звернувшись до того, як їхня дитина сприймає відгуки, і навчити їх, як ставитися до критики як до можливості для зростання.

За словами психолога та дослідника зі Стенфордського університету Керол Двек, здатність підлітків сприймати критику залежить від того, чи є у них постійне мислення чи мислення, що розвивається. У той час як підлітки з постійним мисленням можуть сприймати критику особисто та негативно, діти з мисленням, що розвивається, мають можливість використовувати зворотний зв'язок, щоб рости та вдосконалюватися[34].

Всі люди хочуть чути на свою адресу особливі приємні слова. Похвала часто допомагає, а критика занижує самооцінку. Кожен підліток реагує на критику по-своєму: хтось проявляє агресію, а хтось вважає за краще спокійно вислухати інформацію.

Як відомо, існує два види критики – конструктивна і неконструктивна. Загалом, конструктивна критика походить від людини, яка щиро зацікавлена у благополуччі особи, з якою спілкуються, навіть якщо вона вказує на недоліки. Це можуть бути батьки, вчитель, консультант тощо. Звичайно, слухати критику не дуже приємно навіть від близьких людей, але варто намагатися уникати різких відповідей. В цьому випадку варто вважати, що краще вислухати опонента і врахувати його зауваження.

Що стосується неконструктивної критики, то вона має яскраво виражений негативний наслідок для підлітків. Її мета не в тому, щоб допомогти комусь стати кращим.

Як правило, люди, які люблять критикувати інших, просто шукають жертв, за рахунок яких підвищують власну самооцінку. Якщо хтось критикує, то варто зрозуміти, що насправді він намагається проявити себе за інших рахунок, відсуваючи особисті проблеми на другий план. Агресія і бажання вступити в конфлікт – це саме те, чого очікує критик [40].

Немає сумніву, що відповіддю на критику буде спроба захистити або виправдати себе і, можливо, почати критикувати у відповідь. Але не варто давати волю емоціям і йти на порив критики, важливіше виробити дисципліну і вміння вирішувати конфліктні ситуації спокійно і без скандалів.

Варто зберігати спокій і не реагувати відразу на слова критикуючого, а глибоко вдихнути і обдумати відповідь.

Основною рекомендацією щодо протистояння неконструктивну впливу можна вважати наступну: при отриманні повідомлення, яке можна вважати неприємним для підлітка, варто дати відповідь пізніше і не втрачати самовладання, якщо критик робить коментар.

Критика – це те, що допомагає людям побачити себе з іншої точки зору, тому краще посміхнутися і подякувати опоненту за розмову. Цим можна не тільки представити себе вихованою і спокійною людиною, але й повністю обеззброїти критика [33].

Рекомендації щодо боротьби та реагуванням на неконструктивну

критику особам підліткового віку представлено на рис. 2.13.

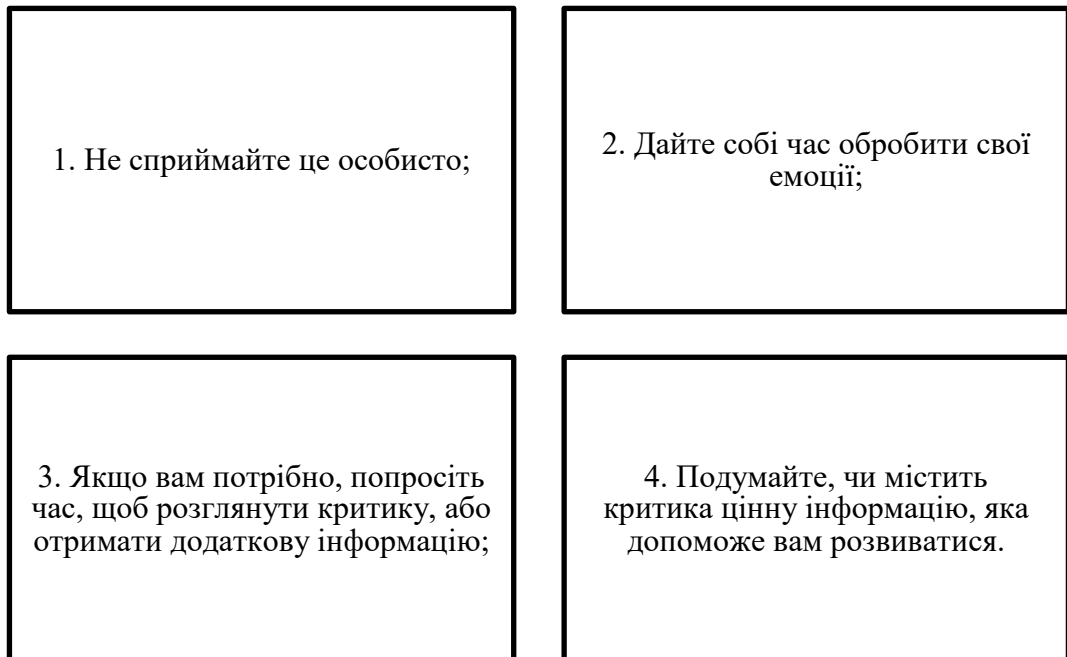


Рис. 2.13. Рекомендації щодо боротьби та реагуванням на неконструктивну критику особам підліткового віку

Погане сприйняття критики (або таке самопочуття) може залежати від багатьох змінних, включаючи поточний стан психіки, міжособистісної взаємодії з людиною, яка критикує, негативний минулий досвід і емоційний IQ.

Критика зосереджує увагу на небажаному у поведінці (наприклад, запізнення на урок). Це може бути корисним, але окреслює передбачувані проблеми, а не рішення. Критика може окреслити, де не все добре і що можна покращити, але не повинна критикувати самооцінку. Можна бути чудовою людиною і все одно регулярно приходити надто пізно, і це сфера, у якій варто вдосконалюватися.

Коли критика стає токсичною, вона може мати намір атакувати характер, а не поведінку, щоб змусити втратити почуття власної гідності.

Конструктивний зворотній зв'язок зосереджується на тому, що потрібно

у поведінці. Це може бути набагато легше зрозуміти та прийняти, ніж критику, оскільки воно окреслює чіткі кроки для покращення поведінки. Вона часто базується на фактах, а не на думках, рішеннях, на проблемах, і співчутті, а не судженні [39].

Іноді критика є чудовим фактом для прогресу, якщо надходить у формі конструктивного критичного відгуку. Критичний відгук може бути дійсним, корисним, наданим з добротою та формою справжнього розуміння, яке допоможе покращитися. Критичний відгук чудовий, якщо можна підійти до нього з логічним розумом і не сприймати це особисто.

Іноді людям, чутливим до критики, потрібен час, щоб впоратися з будь-якими емоціями, які виникають. Для тих, хто особливо чутливий до критики, будь-який критичний зворотній зв'язок у житті чи на роботі може викликати травматичний або болісний минулий досвід і сором (і захисну броню та механізми подолання), які прийшли з ними.

Сприйняття критики – не цікавий досвід. Однак, коли у підлітка погане психічне здоров'я, сприйняття критики може бути надзвичайно важким. Самооцінка може негативно вплинути, коли психічне здоров'я погіршується, що ставить особу у вразливий стан. Сприйняття критики у особистому житті, на навчанні може бути стимулом до позитивного розвитку.

Критика є частиною життя, і в багатьох випадках вона справді має на меті бути конструктивною. Щоб стати кращим у чомусь, важливо знати, які сфери потребують вдосконалення [38].

Боротьба з депресією, тривогою, стресом, психічним виснаженням або будь-яким іншим психічним захворюванням може вплинути на самопочуття[35].

Рекомендації щодо боротьби та реагування на неконструктивну критику особам підліткового віку можна представити також у вигляді лекційного матеріалу.

Дану лекцію можна провести і в умовах дистанційного навчання.

Вчитель, звертаючись особисто до учнів, має представити їм наступний

текст:

Для боротьби та реагуванням на неконструктивну критику послушайте наступні рекомендації:

1. Навчіться уважно слухати те, що вам говорять

Стежте за неправильним розумінням речей, про які насправді не мова йдеться. Уважно слухайте, в чому саме проблема, і намагайтеся не витлумачити її неправильно; будьте обережні з читанням між рядків без потреби з такими поняттями, як тони та наміри.

Дотримуйтеся сказаного вам повідомлення; якщо ви не зрозуміли щось, ви завжди можете попросити пояснення або запитати когось, кому довіряєте, чи розуміють вони те саме, що й ви.

2. Важливо зробити хороший аналіз

Після того, як ви уважно прослухали або прочитали те, що вам сказали, ви повинні правильно це витлумачити та дійти висновку. Іншими словами, ви повинні зрозуміти значення повідомлення, яке ви отримали.

3. Практикуйте холонокровність

Не реагуйте імпульсивно та надмірно на будь-які відгуки.

4. Оцініть свою відповідь

У цьому випадку будьте конструктивні і відповідайте спокійно, навіть якщо ви не згодні зі сказаним.

5. Оцініть всю ситуацію

Ви вже встигли скласти свою відповідь і, можливо, трохи неправильно витлумачили критику. У будь-якому випадку пам'ятайте, що у вас завжди буде момент, щоб зробити крок назад і подумати про те, що було сказано, під час якого ви зможете подумати про те, що сталося з іншої точки зору, правильно оцінити це та дійти більш позитивного висновку.

6. Скористайтеся критикою

7. Сприймайте критику природно

Пам'ятайте, що зворотний зв'язок один з одним є нормальним способом спілкування між людьми, тому важливо навчитися реагувати на критику.

Головне ставитися один до одного з повагою і намагатися не завдавати один одному неприємностей [36].

Висновки по другому розділу. Проаналізувавши емпіричні особливості дослідження протистояння неконструктивному впливу на осіб підліткового віку, можна сформулювати наступні висновки:

1. Дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку проводилось на базі Херсонської гімназії № 3 Херсонської міської ради. В дослідженні прийняли участь 25 осіб – учнів 10-х класів.

2. Методичний інструментарій: Г. С. Пригіна «Автономність – Залежність»; Анкета власної розробки; тест ТАТ.

3. Розподіл результатів згідно методикою Г. С. Пригіна «Автономність – Залежність» представлено наступним чином:

1. 17 осіб мають тип «невизначеність»;

2. 8 осіб мають тип автономність».

24 підлітки мають уявлення про неконструктивний вплив, 1 підліток не знає нічого про неконструктивний вплив. 4 з 25 підлітків, які приймали участь в дослідженні вважають, що піддавалися неконструктивному впливу. 22 особи вважають, що можуть протистояти неконструктивному впливу, 3 особи цього робити не можуть. 3 4 осіб, які піддавалися неконструктивному впливу, 2 особи могли успішно протистояти такому впливу, 2 особи не могли цього робити. 1 з 4 осіб, які піддавалися неконструктивному впливу просили допомоги дорослих при формуванні способу протистояння конструктивному впливу. 3 з 4 осіб такої допомоги не просили, або не хотіли. Відповідно, 3 особи самостійно формували спосіб протистояння конструктивному впливу.

Отже, 13 досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «заперечення», 7 досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «проекція» та 5 досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «ідентифікація».

4. Рекомендації щодо боротьби та реагуванням на неконструктивну критику особам підліткового віку: Не сприймати критику особисто; дати собі

час обробити свої емоції; отримання часу, щоб розглянути критику, або отримати додаткову інформацію; розгляд в критиці цінної інформації, яка допоможе розвиватися.

ВИСНОВКИ

Проаналізувавши теоретичні аспекти дослідження протистоянню неконструктивному впливу, можна сформулювати наступні висновки:

Особистість – це те, що успадковується від сім'ї або розвивається. На думку психологів, особистість в основному є результатом чотирьох основних параметрів, а саме фізичних (біологічні / спадковість), соціальних (суспільство), психологічних (поведінка, емоції та внутрішні моделі мислення) та інтелектуальних (цінності та переконання). До них відносяться різноманітні культурні, ситуаційні та екологічні фактори, що визначають особистість.

Психологічний вплив – це вплив на стан, думки, почуття і поведінку іншої людини за допомогою спеціальних психологічних методів.

До видів психологічного впливу в основному відносяться переконання, зараження, навіювання, наслідування, мода, чутки.

Вплив – це не що інше, як відхилення від існуючих моделей, методів, звичаїв і систем.

Види психологічного протистояння неконструктивним впливам: контраргументація, конструктивна критика, енергетична мобілізація, творчість, ухилення, психологічна самооборона, ігнорування, конфронтація та відмова.

Світогляд – це набір установок, цінностей, історій та очікувань щодо навколишнього світу, які визначають кожну думку та дію. Світогляд визначається етикою, релігією, філософією, науковими переконаннями тощо. Світогляд – це те, як культура працює в індивідуальній практиці.

Зазвичай, якщо людина не ставить перед собою мету отримати у своєму житті істинні знання, встановити достовірні факти про будь-яку подію, вона впевнена, що речі та події в її житті будуть говорити відповідно до свого характеру та характеру.

Щоб шукати справжнього знання, необхідно запитувати,

зосереджуватися на найдрібніших деталях, осягати критичність, усвідомлювати будь-яке явище, яке з'являється на горизонті нашого сприйняття. Тому що це явище, незважаючи на його точну роль у розумінні світу людиною, знаходить місце в концептуальній сфері, стає матеріалом для створення додаткових уявлень про світ. Будь-яка розбіжність у світогляді тягне за собою нові хибні уявлення та розумові помилки.

Проаналізувавши емпіричні особливості дослідження протистояння неконструктивному впливу на осіб підліткового віку, можна сформулювати наступні висновки:

Дослідження неконструктивного впливу на осіб підліткового віку проводилось на базі Херсонської гімназії № 3 Херсонської міської ради. В дослідженні прийняли участь 25 осіб – учнів 10-х класів.

Методичний інструментарій: Г. С. Пригіна «Автономність – Залежність»; Анкета власної розробки; тест ТАТ.

Розподіл результатів згідно методикою Г. С. Пригіна «Автономність – Залежність» представлено наступним чином:

1. 17 осіб мають тип «невизначеність»;
2. 8 осіб мають тип автономність».

24 підлітки мають уявлення про неконструктивний вплив, 1 підліток не знає нічого про неконструктивний вплив. 4 з 25 підлітків, які приймали участь в дослідженні вважають, що піддавалися неконструктивному впливу. 22 особи вважають, що можуть протистояти неконструктивному впливу, 3 особи цього робити не можуть. 3 4 осіб, які піддавалися неконструктивному впливу, 2 особи могли успішно протистояти такому впливу, 2 особи не могли цього робити. 1 з 4 осіб, які піддавалися неконструктивному впливу просили допомоги дорослих при формуванні способу протистояння конструктивному впливу. 3 з 4 осіб такої допомоги не просили, або не хотіли. Відповідно, 3 особи самостійно формували спосіб протистояння конструктивному впливу.

Отже, 13 досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «заперечення», 7 досліджуваним особам притаманний вид

психологічного захисту «проекція» та 5 досліджуваним особам притаманний вид психологічного захисту «ідентифікація».

Рекомендації щодо боротьби та реагуванням на неконструктивну критику особам підліткового віку: Не сприймати критику особисто; дати собі час обробити свої емоції; отримання часу, щоб розглянути критику, або отримати додаткову інформацію; розгляд в критиці цінної інформації, яка допоможе розвиватися.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Сучасна освіта на шляху досконалості. URL: https://lib.iitta.gov.ua/725102/1/%D0%A1%D1%83%D1%87%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%B0_%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%B0_%D0%BD%D0%B0_%D1%88%D0%BB%D1%8F%D1%85%D1%83_%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf(дата звернення: 24.07.2023).
2. Брик О. М. Психологія впливу. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/server/api/core/bitstreams/e0480024-2304-413a-9e52-43e5f53588a0/content> (дата звернення: 24.07.2023).
3. Войтко О. В., Кацалап В. О., Рахімов В. В. Аналіз особливостей маніпуляції, як інструментупсихологічного впливу на свідомість. *Modern Information Technologies in the Sphere of Security and Defence*.2(35). 2019. С. 121–135.
4. Городнюк Л. С. Мислення і пізнання світу: про деякі феномени формування світогляду особистості. «Платон мені друг, але істина дорожча»: теоретико-практичні та методологічні аспекти розвитку сучасних гуманітарних наук : зб. матеріалів Всеукраїнської молодіжної конференції (2-3 березня 2023 року, м. Чернівці). Чернівці : Чернівец. нац. ун-т. ім. Ю. Федьковича, 2023. С. 22–24.
5. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. К: ВД «Сварог». 2020. 388 с.
6. Кебуладзе В. Феноменологічна психологія і феноменологічна соціологія. Навчально-методичний посібник. Київ, 2021. 520 с.
7. Критичне мислення: комплекс навч-метод. Забезпечення навч. дисц.КПІ ім. Ігоря Сікорського. 66 с.
8. Кудерміна О. І., Казміренко Л. І., Власенко С. Б. Соціальна психологія: навчальний посібник. Київ: НАВС, 2020. 187 с.
9. Кушнір Ю. В., Оверчук В.А., Шпортун О.М. Вікова та спеціальна

психологія: навчальний посібник. Вінниця: Центр оперативного друку «Документ Принт», 2020. 384 с.

10. Павлов В. І., Лебедєв В. О. Словник найбільш уживаних термінів з філософії, логіки, етики, естетики та релігієзнавства. Харків : УкрДУЗТ, 2019. 160 с.

11. Психологічні механізми впливу на інших людей. URL: https://alexus.com.ua/psixologicheskie-mexanizmy-vozdjstvija-na-drugix-lyudej/#google_vignette(дата звернення: 24.07.2023).

12. Руденко Л. А. Основи психології та педагогіки : навч. посібник. Львів : ЛДУ БЖД, 2020. 146 с.

13. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Вікова психологія. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

14. Теорія та практика формування особистості як суб'єкта самотворення та самозбереження. Монографія / за ред. О.М. Гомонюк. Хмельницький: ФОП Цюпак А. А., 2021. 460 с.

15. Ушакова І. Психологія. Х.: НУЦЗУ, 2020. 160 с.

16. Федоренко Р. П. Психологія: навч. посіб. Луцьк, 2019. 410 с.

17. Ханецька Н. В. Позитивна психотерапія : теоретико-практичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Хмельницький, 2020. 84 с.

18. Ханецька Н.В. Психосоматика : теоретико-практичний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Хмельницький, 2020. 194 с.

19. Alison J. Gray Worldviews. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6735033/#:~:text=A%20worldview%20is%20a%20collection,works%20out%20in%20individual%20practice> (датазвернення: 24.07.2023).

20. Botagoz Paridinova Future Teachers' Spiritual Worldview Formation Factors. 2023. URL: <https://www.hindawi.com/journals/edri/2023/9972903/>(дата звернення: 24.07.2023).

21. Determinants of Personality. URL: <https://leverageedu.com/blog/determinants-of->

personality/#:~:text=Psychologists%20say%20that%20our%20personality,(your%20values%20and%20beliefs) (дата звернення: 24.07.2023).

22. What is the nature of resistance? URL: <https://homework.study.com/explanation/what-is-the-nature-of-resistance-give-example-and-detail-of-resistance-to-change-in-an-organization.html#:~:text=Psychological%20resistance%3A%20Resistance%20occurs%20due,groups%20of%20people%20or%20society> (дата звернення: 24.07.2023).

23. What is the resistance to change? URL: <https://psychology-spot.com/resistance-to-change/#:~:text=In%20many%20cases%2C%20resistance%20to,prepared%20to%20face%20another%20change>(дата звернення: 24.07.2023).

24. Ніколаєнко С., Ніколаєнко Св. Категорія психологічного впливу в психології Світогляд – Філософія – Релігія. 2011. № 1 (1). С. 76–85.

25. Волянчук Н. Ю., Ложкін Г. В., Винославська О. В., Блохіна І. О., Кононець М. О., Москаленко О. В., Боковець О. І., Андрійцев Б. В. Соціальна психологія : навч. посіб. для здобувачів ступеня бакалавра; КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. ІгоряСікорського, 2019. 254 с.

26. Justin P Lambert How your unique worldview affects the content you create. URL: <https://ducttapemarketing.com/worldview-affects-content/#:~:text=%E2%80%9CWorldviews%20not%20only%20impact%20how,and%20desires%2C%20relationships%20and%20behaviors.> (дата звернення: 10.08.2023).

27. Mirzakhlov N. T. Factors influencing a person's worldview. EPRA International Journal of Multidisciplinary Research (IJMR) – Peer Reviewed Journal. Volume: 7. Issue: 5. May 2021. P. 196–198.

28. Історія Херсонської гімназії №3. URL:<https://school3.ostrov.net.ua/index.php/nasha-istoriya/istoriya-gimnaziji>(дата звернення: 10.09.2023).

29. Thematic apperception test.

URL:https://en.wikipedia.org/wiki/Thematic_apperception_test(дата звернення: 10.09.2023).

30. Traveen Shrestha Thematic Apperception Test in Psychestudy. 2017. URL: <https://www.psychestudy.com/general/personality/thematic-apperception-test>(дата звернення: 10.09.2023).

31. Thomas A. Widiger, Kimberly I. Saylor Thematic Apperception Test. URL:<https://www.sciencedirect.com/topics/neuroscience/thematic-apperception-test>(дата звернення: 10.09.2023).

32. Механізми психологічного захисту особистості. 2021. URL:<https://real-life.kr.ua/termini/mehanizmi-psihologichnogo-zahistu-osobistosti>(дата звернення: 10.09.2023).

33. Як реагувати на неконструктивну критику. 2023. URL:<https://topgorod.com/stil-zhizni/psikhologiya/25432-yak-reaguvati-na-nekonstruktivnu-kritiku.html>(дата звернення: 10.09.2023).

34. Melanie Hess How students can accept criticism and grow from feedback curriculum & skills. URL:<https://www.connectionsacademy.com/support/resources/article/how-students-can-accept-criticism-and-grow-from-feedback/>(дата звернення: 10.09.2023).

35. Chelsy Ranard How to take criticism well when you are sensitive to criticism: mental health guide. 2023. URL:<https://www.youthemployment.org.uk/criticism-at-work-with-mental-health-struggles/>(дата звернення: 10.09.2023).

36. Rafael San Román Rodríguez How to handle criticism: 10 tips to help you approach it. 2021. URL:<https://ifeelonline.com/en/occupational-health/how-to-handle-criticism/>(дата звернення: 10.09.2023).

37. How to know the difference between constructive and non constructive criticism. 2023. URL:<https://www.wikihow.com/Know-the-Difference-Between-Constructive-and-Non-Constructive-Criticism>(дата звернення: 10.09.2023).

38. Chris Skoyles Dealing with non-constructive criticism.

URL:<https://www.lifehack.org/articles/communication/dealing-with-non-constructive-criticism.html>(дата звернення: 10.09.2023).

39. The primary difference between constructive and destructive feedback. 2021. URL:<https://matterapp.com/blog/the-primary-difference-between-constructive-feedback-and-destructive-feedback-is>(дата звернення: 10.09.2023).

40. Maureen Obatomi How to give and take constructive criticism. 2023. URL:<https://www.betterup.com/blog/how-to-give-and-receive-constructive-criticism-at-work> (дата звернення: 10.09.2023).

ДОДАТОК А

Додаток 1

**КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ
ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНЬСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

Я, Малка Анастасія Юріївна учасник(ця) освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

- дотримуватися:
 - вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
 - принципів та правил академічної доброчесності;
 - нульової толерантності до академічного плагіату;
 - моральних норм та правил етичної поведінки;
 - толерантного ставлення до інших;
 - дотримуватися високого рівня культури спілкування;
- надавати згоду на:
 - безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
 - оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
 - використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;
- самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;
 - надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;
 - не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;
 - своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;
 - не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;
 - підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;
 - поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;
 - не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;
 - відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;
 - запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;
 - не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;
 - не підроблювати документи;
 - не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;
 - не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;
 - не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;
 - не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;
 - не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;
 - не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;
 - не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.

15.10.2022
(дата)

 _____

Анастасія Малка
(ім'я, прізвище)