

Результати дослідження також свідчать про наявність незначних відмінностей у учасників 1-ї та 2-ї груп в показниках фрустрації та ригідності ($p < 0,05$).

Яскраво виражений такий емоційний стан, як страх: спостерігається у 2,5% підлітків 1-ї групи і у 17,5% підлітків 2-ї групи ($p < 0,01$); стійко виражений емоційний стан страху мають 67,5% підлітків 1-ї групи і 70% підлітків 2-ї групи; не яскраво виражений страх спостерігається у 30% піддослідних 1-ї групи і у 12,5% 2-ї групи ($p < 0,01$). Можемо припустити, що саме стійко виражений стан страху підштовхує підлітків до надмірного захоплення комп'ютерними іграми, що є способом відходу від виникаючих в дійсності проблем.

Дослідження з'ясувало значущі відмінності в рівнях вираженості таких станів, як гнів та смуток ($p < 0,01$).

У той же час в дослідженні не було виявлено значущих відмінностей в рівні вираженості за шкалою радості у підлітків обох груп.

Аналіз отриманих даних дозволяє зробити наступні висновки:

1. Підліткам, що звертаються до комп'ютерних ігор (KI) і підліткам, що захоплюються KI, притаманні всі досліджувані емоційні стани на всіх рівнях вираженості, але в різному відсотковому співвідношенні.

2. Рівень фрустрації та ригідності в обстежуваних групах підлітків має незначні відмінності.

3. Показники за шкалою радості статистично значимо не відрізняються.

4. Показники за шкалою страху мають вірогідні відмінності на користь підлітків, що надмірно захоплюються комп'ютерними іграми (група №2).

5. Емоційні стани підлітків 2-ї групи мають свої специфічні особливості: вони більш тривовжні, частіше відчувають гнів, смуток, страх, вони більш агресивні в порівнянні зі своїми однолітками, що проводять за комп'ютерними іграми менше години на день.

ОПАНОВУЮЧА ПОВЕДІНКА ТА ЗАХИСТ ЯК СТРАТЕГІЇ РЕАГУВАННЯ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

Селюкова Т.В.

Харківська медична академія післядипломної освіти, кафедра психотерапії

Стили реагування – це індивідуальний спосіб взаємодії з ситуацією відповідно до її логіки, значущості в житті людини та його психологічними можливостями. Виділяють два види стилів реагування на ситуацію: 1) опанування, подолання і 2) захист, відхід. Захисна стратегія (defense) полягає у відмові від рішення проблеми і пов'язаних з цим конкретних дій заради збереження комфортного стану.

Стратегія опанування («coping») – прояв конструктивної активності, спрямований на вирішення, переживання ситуації. Проблема функціонування особистості в умовах життя, що динамічно змінюються, тісно пов'язана з поняттям психологічної адаптації або процесом пристосування індивіда до вимог середовища, що в сучасній закордонній літературі розглядається як копінг-процес або опановуюча поведінка (Р. Лазарус, 1966).

У сучасній психології виділяють декілька підходів до поняття «копінг». У першому з цих підходів подолання людиною життєвих труднощів розглядається в контексті адаптації. Прихильники другого напрямку схильні використовувати поняття «копінг» для опису характерного способу поведінки людини в різних ситуаціях. При цьому опановуюча поведінка розглядається як сформований протягом життя стиль людини, як особистісний процес. Даний підхід орієнтований на дослідження диспозицій, що визначають стратегії поведінки особистості. У рамках третього напрямку акцент робиться на розгляді характеристик цілісної ситуації (що включає як зовнішні фактори, так і внутрішні, суб'єктивні умови), в якій діє людина (С.К. Нартова-Бочавер, 1997).

Одна з дискусійних проблем у вивченні опановуючої поведінки пов'язана з визначенням самого цього терміну. Одні автори розділяють опанування (coping) та захист (defense) як специфічні (різні) форми поведінки. Інші дослідники під копінгом розуміють як опановуючі (спрямовані на перетворення ситуації), так і захисні стратегії подолання труднощів, об'єднуючи їх в єдине ціле. В зарубіжних джерелах по-

ряд з термінами активний копінг, продуктивний копінг, використовуються поняття регресивний копінг та копінг, спрямований на уникнення (Т.А. Ткачук, 2007). Щодо термінів «стратегія опановуючої поведінки» та «стиль опановуючої поведінки» в роботах зарубіжних авторів стиль характеризується як узагальнений спосіб копінга. Стратегії ж розглядаються як актуальні відповіді людини на сприйману загрозу. Копінг-стратегії виявляються в поведінці індивіда, що реагує на специфічні стресори в специфічних контекстах. В сучасній науковій літературі виділено загальні принципи, покладені в основу різних систематизацій. До них відносяться: модальність (сфера психічного, з якою співвідноситься стратегія; когнітивна сфера, емоційна або поведінкова); ступінь інтенсивності опанування (активність-пасивність); спрямованість зусиль людини (на ситуацію, на себе, на інший предмет); адаптивність-деадаптивність стратегій тощо (Є.В. Бітюцька, 2006).

ПРОФЕСІЙНА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОФІЦЕРІВ ДСНС УКРАЇНИ З ТОЧКИ ЗОРУ ЦІННІСНИХ ОРІЕНТАЦІЙ ОСОБИСТОСТІ

Селюкова Т.В.

Національний університет цивільного захисту України

Професійна самореалізація як процес розвитку своєї особистості містить у собі кілька аспектів, одним із яких є ціннісно-сміслова сфера особистості. У контексті вибору професії можна говорити про ступінь диференціації життєвого простору як про якість, що визначає, якою мірою вибір професії буде реалістичним і, отже, досяжним у майбутньому. Усвідомлення й розвиток особистістю свого власного потенціалу дозволяє ефективно втілювати свої здатності в особистому й професійному житті, відчувати задоволення від власних досягнень.

Самореалізація є невід'ємною частиною розвитку особистості людини, вона притаманна людині на різних етапах життєвого шляху, має свою специфіку і характерні відмінні особливості. Зміна принципів організації життя і діяльності людей, їх соціальних і поведінкових норм і цінностей викликає необхідність пошуку нових механізмів, шляхів і засобів їх регулювання і управління ними.

Професійна самореалізація курсантів ДСНС досягається завдяки узгодженості вну-

трішньоособистісних та соціально-професійних норм і трактується як професійне самовизначення – процес формування в людині позитивного, зацікавленого, творчого ставлення до професійної діяльності в обраній ним сфері.

Таким чином, розуміння значущості проблеми вдосконалювання навчального та робочого процесу з метою підвищення рівня компетентності фахівців ДСНСУ порушує питання про першорядну важливість виявлення й вивчення системи ціннісних і значеннєвих орієнтацій фахівців залежно від їхньої особистісної спрямованості.

Мета нашого дослідження полягала в вивченні особливостей самореалізації офіцерів ДСНСУ в залежності від різного рівня ціннісних орієнтацій. Ми використовували наступні методики: «ціннісної орієнтації» М. Рокіча та Тест самоактуалізації – САТ (Е. Шострома в адаптації Ю. Альшиної, Л. Гозмана, М. Загіки і М. Кроза).

В дослідженні приймали участь офіцери 28-ДПРЧ ДСНС України. Загальна вибірка досліджуваних складала 60 осіб. Дослідження дало нам змогу визначити осіб з різним рівнем ціннісних орієнтацій і завдяки математичним методам (критерію Пірсона) виявити кореляцію між ціннісними орієнтаціями досліджуваних та самоактуалізацією особистості.

Офіцери ДСНС мають високий рівень самоактуалізації і вона досить успішна. Це проявляється в зацікавленості у власній роботі та бажанні вдосконалювати себе та свої навички як спеціаліста високого гатунку. Також слід відмітити те, що служба в ДСНС має під собою чітку ієрархію підпорядкування. Самоповага та самоприйняття грають не аби яку роль в житті кожного із офіцерів, тому що від того, як особистість сприймає себе та відноситься до себе, залежить не тільки клімат групи, виконання службових обов'язків, але й особисте життя.

Дослідження також показало, що офіцери структури ДСНСУ мають в більшості високий рівень самореалізації, що є гарною основою для подальшого вдосконалення ними власних навичок та вдосконалення самої служби ДСНС у цілому.