

Список літератури.

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник; Львів. держ. ун-т безпеки життєдіяльності. 4-те вид., випр. і допов. Київ : Знання, 2014. 1047 с.
2. Винославська О.В., Бреусенко-Кузнєцов О.А., Зливков В.Л., Апішева А.Ш., Васильєва О.С. Психологія: навч. посіб. Київ: ІНКОС, 2005. 97 с.
3. Карасевич С., Особливості фізкультурно-спортивної діяльності в аспекті підготовки майбутніх учителів фізичної культури, PRACE NAUKOWE Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna 2017, t. XVI, nr 3, s. 109–124.
4. Пашукова Т. І. Практикум із загальної психології. 2-ге вид., Київ : Знання, КОО, 2006. 203 с.
5. Стасенко О. А. Структура професійно-педагогічної діяльності вчителя фізичної культури// Вісник №143. Серія: педагогічні науки теоретико-методичні засади підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання, спорту та здоров'я людини, 2017, С.100-104.

ТИЩЕНКО А.Ю.

студентка 4-го курсу соціально-психологічного факультету
Національного університету цивільного захисту України

Науковий керівник: СЕЛЮКОВА Т.В.

старший викладач кафедри психології діяльності в особливих умовах
Національного університету цивільного захисту України

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ У ОСІБ З РІЗНИМ РІВНЕМ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ

Вступ. У людини споконвічно закладена думка, що її життя наповнене сенсом. Вона знає, що може подолати всі страхи і тривоги. І подальше існування складається відповідно до цього припущення. Тому останнім часом науковий і практичний інтерес привертає проблема дослідження таких психологічних особливостей як життєстійкість та адаптивність особистості. Життєстійкість розглядається як переконання людини, які дозволяють йому залишатися

активним і перешкоджають негативних наслідків стресу. Як і мужність, життєстійкість може не збігатися з реальністю. Людина може бути впевнений, що контролює своє життя, хоча події відбуваються поза його волею. Комп'ютери та інформаційні технології неухильно підштовхують людство в сторону нового інформаційного світоустрою. Величезні потоки інформації породжують у суспільстві найнесподіваніші наслідки. Інформація настільки проникла в соціальні процеси, що часом викликає в людях страх перед невизначеністю сьогодення і майбутнього. Відбувається переосмислення істоти особистості не тільки на тлі глобальних інформаційних потоків, а й в суперництві з ними [2].

Сучасне життя як правило називають екстремальними і такими, що спричиняють розвиток справжньому стресу. Це пов'язано з багатьма факторами і загрозами, у тому числі суспільно-політичними, інформаційними, соціально-економічними, екологічними, природними та ін. Тому сучасна психологія виявляє підвищений інтерес до такої інтегративної властивості особистості, як життєстійкість.

Поняття «життєстійкість» показує, наскільки психологічно людина живучий, наскільки він може бути ефективним і здоровим, впоратися зі стресовими ситуаціями. Те, як людина ставиться до того, що відбувається навколо нього, як він користується закладеними в нього і його психіку ресурсами, показують, чи може людина в принципі протистояти різноманітним стресам, які дають про себе знати кожен день [3].

Родоначальниками психологічного вивчення феноменів залежності від Інтернету можуть вважатися два американця: клінічний психолог К. Янг та психіатр А. Голдберг. Голдберг в 1995 році запропонував набір діагностичних критеріїв для визначення залежності від Інтернету. У 1997 році були створені дослідні веб-служби з даної проблематики. У 1998-1999 році К. Янг, Д. Грінфілд і К. Сурратт опублікували перші монографії. До кінця 1998 р, Інтернет-адикція виявилася фактично легалізована □ не як клінічне напрямком у вузькому сенсі

слова, але як галузь досліджень і сфера надання людям практичної психологічної допомоги [1].

Мета дослідження □ вивчити особливості життєстійкості у осіб з різним рівнем інтернет-залежності.

В дослідженні брали участь студенти та курсанти Національного університету цивільного захисту України у кількості 65 осіб. Для дослідження переважаючих типів особистості серед курсантів та студентів НУЦЗУ нами була використана методика Кімберлі-Янг на інтернет-залежність. Для дослідження життєстійкості в досліджуваних групах з різними індивідуально-психологічними типами особистості нами була проведена методика життєстійкості С. Мадді, адаптація Д.А. Леонтьєва і Є.І. Рассказовой

Результати дослідження. З урахуванням мети ті завдань дослідження та за допомогою методики Кімберлі-Янг на інтернет-залежність було виділено 2 групи досліджуваних: група №1 – респонденти з високим рівнем інтернет-залежності (23 особи); група №2 – респонденти з низьким рівнем інтернет-залежності (23 особи).

Для дослідження життєстійкості в досліджуваних групах з різними індивідуально-психологічними типами особистості нами була проведена методика життєстійкості С. Мадді, адаптація Д.А. Леонтьєва і Є.І. Рассказовой. Рівні життєстійкості в досліджуваних групах розподілились наступним чином: низький рівень життєстійкості в групі №1 (респонденти з високим рівнем інтернет-залежності) визначається у 52,2% досліджуваних, середній рівень мають 17,4% осіб, а високий рівень життєстійкості складає 30,4% респондентів. В групі №2 (респонденти з низьким рівнем інтернет-залежності) – низький рівень життєстійкості складає у 8,6% осіб, середній – у 21,8%, а високий у 69,6% досліджуваних.

Тобто можна зробити висновок, що в першій групі (високий рівень інтернет-залежності) в переважній більшості респондентів визначається

низький рівень життєстійкості, а в групі №2 (низький рівень інтернет-залежності) – високий рівень. Це говорить про те, що представники групи №2 це особи, здатні і готові до здійснення вибору в різних ситуаціях, екстравертірованої спрямованості, емоційно стійкі, пластичні і активні.

Вони переконані в тому, що сили, що визначають їхнє життя, знаходяться всередині їх самих. Вони готові до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів; готові до самостійного планування та відповідальності. Такими людьми будь-які кризи сприймаються не як перешкоди, а як нові можливості, вони здатні до самостійного утворення, здатні до вирішення одного з найважливіших протиріч: протиріччя між природним прагненням утвердити себе (зайняти певне місце в суспільстві) і дефіцитом необхідних фізичних і духовних можливостей. В групі №1 навпаки люди з низькою життєстійкістю відрізняються: низькою товариськістю, часто високою тривожністю, вони живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем, часто відчують незадоволеність своїм життям, невіра в свої сили контролювати події власного життя.

Часто їм властивий фаталізм, переконаність в тому, що життя людини не підвладна свідомому контролю, що свобода вибору ілюзорна, і безглуздо щонебудь загадувати на майбутнє. Вони вважають за краще не замислюватися про своє майбутнє, цілі висуюють ситуативно і зазвичай не самостійно. Вони більш залежні від ситуації і думки оточуючих людей, часто схильні до «самокопання» і самобичування, не вміють цінувати себе і приймати себе такими, якими вони є.

Перспективи подальших досліджень. У подальшому дослідженні ми плануємо розглядати такі феномени як «адаптивність» та «копінг-стратегії» у зв'язку з інтернет-залежністю та особливості життєстійкості людини, оскільки вона характеризується відповідальністю за успішність подолання особистістю життєвих труднощів в ситуації вибору між залежністю і свободою.

Список літератури

1. Абульханова К. А., Березина Т.Н. Время личности и время жизни. СПб.: Алетейя, 2001. 146 с.
2. Войскунский А.Е. Феномен зависимости от Интернета // Гуманитарные исследования в Интернете.. М.: 2000. С 100-131.
3. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. Суми: МакДен, 2012. 410 с.

ТКАЧОВ С.І.

д. пед. н., професор
проректор з науково-педагогічної роботи
Харківська державна академія фізичної культури

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ СУЧАСНИХ ШКОЛЯРІВ

Вступ. Аналіз літературних джерел дає підставу зробити висновки що, не дивлячись на наявність достатнього числа робіт, присвячених вивченню мотивації до занять фізичною культурою та спортом, проблема формування мотивації до занять фізичною культурою школярів середнього шкільного віку залишається актуальною й мало розробленою.

Результати дослідження. Анкетування показало, що спрямованість мотивації залежить від схильностей і здібностей людини. Обов'язковою умовою виникнення мотивації є попередні знання, та практичний досвід у певному виді діяльності, емоційне задоволення. Мотивація до фізичної культури і спорту у школярів є результатом дії існуючої виховної системи, яка здійснюється через засоби масової інформації про великий спорт і фізичну культуру, через спортивні заходи в місті, в школі, під цілеспрямованим впливом учителів, батьків, друзів. Проведене анкетування показало, що вирішальну роль в мотивації школярів до занять фізичною культурою та спортом на уроках та у позаурочний час відіграє саме вчитель фізичної культури та, що у сучасний час інформаційних технологій