

**Громадська організація
«Київська наукова організація
педагогіки та психології»**

**ЗБІРНИК ТЕЗ
НАУКОВИХ РОБІТ**

учасників міжнародної
науково-практичної конференції:

**«СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ
ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
В УКРАЇНІ ТА СВІТІ»**

6-7 вересня 2019 року

ЧАСТИНА II

Київ
2019

Якубовська М. С., Будзінська В. М.
ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРОЛОГІЧНОГО СВИТОГЛЯДУ
ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО ФАХІВЦЯ: КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ
ПЕДАГОГІЧНОЇ ШКОЛИ АКАД. НИЧКАЛО Н.Г. 42

Ярославцева М. І., Воронцова Т. М.
ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИНЦИПІВ ОРГАНІЗАЦІЇ
ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ 45

СЕКЦІЯ 9. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

Ільїна Ю. Ю., Богомазова С. А.
ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ
РОЗВИТКУ САНОГЕННОГО МИСЛЕННЯ
ЯК ФАКТОРУ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ 50

Кічук А. В.
ДО КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЇ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ
ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ 54

Набил Диаб
ЦЕННОСТЬ СОБСТВЕННОЙ ЖИЗНИ У СТУДЕНТОВ:
СТРУКТУРА И ТИПОЛОГИЯ 56

СЕКЦІЯ 10. ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ

Коц С. М., Коц В. П.
СТРЕС І НЕЙРОТРАНСМІСІЇ У РОЗВИТКУ ДЕПРЕСІЇ ТА АГРЕСІЇ 61

Шашенков Д. М., Шукалова О. С.
ЧИННИКИ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ СТІЙКОСТІ ДО СТРЕСУ
ПІСЬЯКОВОСЛУЖБОВЦІВ 64

СЕКЦІЯ 11. СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Кочетков В. В.
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ
В САНУ КІЇ ЖИТЕЛІВ БОСНІЇ В ПЕРІОД ГЛОБАЛЬНИХ
СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ЗМІН 68

Наша М. Г.
ПРИВЕРЛИВА РЕАДАПТАЦІЯ СУЧАСНОЇ ОСОБИСТОСТІ 71

СЕКЦІЯ 12. ПЕДАГОГІКА ТА ШКОЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Беліков С. М.
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ КОМПОНЕНТІВ
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ СТУДЕНТІВ
У ДИДАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ 75

СЕКЦІЯ 9. ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

Ільїна Ю. Ю., кандидат біологічних наук, доцент,
доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах

Богомазова С. А., магістр соціально-психологічного факультету

*Національний університет цивільного захисту України
м. Харків, України*

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ САНОГЕННОГО МИСЛЕННЯ ЯК ФАКТОРУ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Мислення людини характеризується тим, що воно є цілеспрямованим і продуктивним процесом. Цілеспрямованість його полягає у розв'язанні нових задач, у розкритті безпосередньо не поданих, але суттєво існуючих важливих зв'язків і відношень. Продуктивність його характеризується створенням відповідних розумових образів та знань, які більш глибоко і повно відображують об'єктивну реальність. Воно як процес відбувається завдяки мисленневих дій та операцій. У психології однією з дихотомічних класифікацій видів мислення – теоретичне та практичне. В останні десятиріччя ХХ сторіччя у низці психологічних досліджень інтенсивно вивчалися закономірності теоретичного мислення. Теоретичний тип мислення – це такий тип, при якому відбувається відображення суттєвих властивостей та закономірностей у фіксованих поняттях. Практичні задачі вирішуються за допомогою саме практичного мислення, яке спрямоване на перетворення практичних ситуацій. Однією з найважливіших характеристик практичного мислення є його функціонування в умовах дефіциту часу, воно тісно пов'язане з вольовими якостями людини. Класифікація, яка передбачає розуміння взаємозв'язку мислення з емоціями, виокремлює саногенне та патогенне мислення.

Розроблені положення про типи мислення дозволили підійти до розуміння саногенного мислення як мислення, спрямованого на вирішення внутрішніх проблем, зменшення внутрішнього конфлікту, переживання негараздів, контролю потреб та бажань. Саме саногенне мислення дозволяє позбутися негативних наслідків емоційного стресу та сприяє усвідомленню та саморегуляції людиною різних емоцій, які у неї виникають [3]. Патогенне мислення призводить до того, що посилюється стрес та напруженість, підвищується ймовірність виникнення психічних розладів. Патогенному мисленню властиві цілком-

нота свобода уяви, відсутність контролю над вільним перебігом образів і думок, відсутність рефлексивного аналізу свого мислення та неусвідомленість тих розумових операцій, які породжують емоцію.

Великий внесок у визначенні особливостей саногенного мислення зробили такі вчені, як Ю.М. Орлов, В.В. Лисенко, М.С. Козловська, О.М. Александровська, А. Б. Добровіч, А.І. Захаров, Н.І. Козлов та ін. Особливостями впливу патогенного мислення на організм людини займалися так вчені, як Е. Берн, Д. Джонгвард, В. Джеймс, Д. Фонтан та Ф. Перлз.

Нашу увагу привернув підхід Ю.М. Орлова, який розглядав мислення з позиції його впливу на якість життя особистості людини. Вчений наголошує на тому, що основною функцією мислення є забезпечення виживання та регулювання поведінки людини, і від того, наскільки добре мислення виконує свою функцію, залежить благополуччя людини. Згідно з теорією Ю. М. Орлова, у процесі розбору емоцій, що виникають у особистості, відбувається усвідомлення та корекція власних очікувань, котрі є стереотипними програмами власної поведінки та поведінки інших людей. Він стверджує, що саногенне мислення сприяє запобіганню виникнення захворювань та знаттю напруги, призводить до формування здорової особистості. Автор зауважує, що таке мислення призводить до підвищення рівня толерантності особистості до дій навколишнього середовища та виступає основною функцією регуляції емоційного стану [4]. У загальному розумінні саногенне мислення – це мислення, за допомогою якого людина може позбутися негативних наслідків емоційного стресу та натренувати себе контролювати власні емоції. Патогенне мислення – це нав'язливе, стресогенне мислення, що керує поведінкою людини і негативно впливає на всі сфери життя особистості [цит. за 2].

Відомо, що однією із найважливіших рис особистості є здатність управління власними емоціями та розуміння емоцій інших людей, саме це дозволяє вибудовувати успішні соціальні взаємозв'язки. Насамперед, такі навички передбачають контроль та усвідомлення прояву власних емоцій. Контроль своєї емоційної сфери, дозволяє людині відстежувати своє самопочуття, настрої, благополуччя, успіх та здоров'я. Усвідомлення власної поведінки сприяє переосмисленню своїх вчинків і формуванню нових форм дій у певних життєвих ситуаціях. Саногенна поведінка спрямовує та наближує особистість до здоров'я та благополуччя в різних сферах її життя [3; 4; 5].

Саногенна поведінка – це поведінка, що задає вектор розвитку та покращення фізичного, психічного, духовного та соціального розвитку людини, гармонізує її внутрішній світ. Науковці підкреслюють, що саногенна рефлексія – це розумові акти різного рівня організації, які виникають у відповідь на невизначеність ситуації та призводять до визначення ситуації та вибору оптимального рішення [4]. Особливості позитивного впливу саногенної рефлексії

на особистість людини досліджували А.В. Россохін та С.Ф. Марчукова, які виявили, що відбувається оптимізація акцентуацій характеру, зниження тривожності, покращення соціально-психологічної адаптації. В.В. Лисенко, М.С. Козловська вважають, що саногенне мислення має позитивний вплив на особистість людини, бо сприяє зниженню рівня тривожності, підвищенню професійної успішності та соціально-психологічної адаптації. А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян, В.І. Петрушин зазначили, що неефективне управління особистими емоціями, нерідко може привести до порушення психічного, психологічного та фізичного здоров'я людини, що як наслідок, знижує якість діяльності та благополуччя життя.

Заклали фундамент у дослідження проблеми благополуччя особистості Е. Дінер та К. Ріфф. На думку авторів, суб'єктивне благополуччя – це інтегральний показник спрямованості життя людини, з точки зору реалізації потенціалу особистості [7]. Суб'єктивне благополуччя має дві сторони самоприйняття: емоційну та когнітивну. Рівень когнітивного благополуччя має три основні компоненти: присмні, неприємні емоції та задоволення, у поєднанні яких формується рівень суб'єктивного благополуччя особистості. Емоційна сторона відображає здатність людини до сприймання та інтерпретації власних емоцій та переживань.

Науковцями виділено такі фактори суб'єктивного благополуччя: психічне та фізичне здоров'я, самовираження, свобода, задоволеність власною роботою, матеріальне благополуччя, високий рівень розвиненості міжособистісних взаємовідносин, розуміння світу. Благополуччя людини пов'язано з постійною потребою людини до саморозвитку та самоактуалізації, в залежності від ступеня реалізації яких вона і відчуває власну психологічну цілісність. Внутрішніми детермінантами, що впливають на благополуччя виступають когнітивні, емоційні та вольові компоненти людини, а також її цінності та стратегії поведінки у різних життєвих ситуаціях [5].

Р.М. Шаміонов найбільш точно сформулював поняття суб'єктивного благополуччя – це емоційне ставлення особистості до свого власного життя, своєї особистості, взаємовідносинам з іншими людьми, що мають смислове уявлення про благополуччя для цієї людини зовнішнє та внутрішнє середовище, що задовольняє її потреби та приносить відчуття щастя [6]. Психологічне благополуччя людини формується у процесі життєдіяльності, як інтеграція свідомих та несвідомих установок, у процесі саморозвитку, самореалізації та самовираження.

Актуальність дослідження особливостей впливу саногенного мислення на ефективність та успішність професійної діяльності, стає дедалі гострішою. Зростають вимоги до морально – психологічної підготовки професіоналів будь-якого напрямку, а особливо – ризиконебезпечних професій. Сьогодні

вимагає від професіонала екстремальних видів діяльності, застосування нових тактичних, стратегічних та оперативних знань, набуття спеціальних навичок. Робота в екстремальних умовах пов'язана із високою фізичною, психічною та психологічною стійкістю. Ефективність виконання професійно важливих завдань залежить від здатності особистості виконувати висунуті завдання в короткий проміжок часу, реалізовувати чіткий план заздалегідь відомих операцій, вміти правильно аналізувати, порівнювати та інтерпретувати дані.

Навчання саногенному мисленню – це новітня система, яка спрямована на керування власними бажаннями та емоціями, дає людині можливість досягти успіху як у сімейних стосунках, так і у професійній сфері. Ми вважаємо, що доцільним буде проведення дослідження щодо виявлення особливостей впливу саногенного мислення на благополуччя особистості професіоналів екстремальних видів діяльності.

Література:

1. Башкатов, С.А. Разноуровневые факторы личностного благополучия. Уфа: Академия ВЭГУ, 2010. 140 с.
2. Гільман А.Ю. Проблема саногенного мислення у зарубіжній науці. / Вісник Харківського національного університету № 1150. Харків, 2015. С. 64-68.
3. Морозюк С.Н., Мирошник Е.В. Саногенный стиль мышления: Управление эмоциями. М.: МГУ, 2006. 102 с.
4. Орлов Ю.М., Ребенок А.В. Саногенное мышление. М.: Слайдинг, 2003. 96 с.
5. Шадриков В.Д. Проблемы системогенеза профессиональной деятельности. М: Логос, 2007. 189 с.
6. Шамяионов Р.М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы/ Сб. Саратовского ун-та, Саратов, 2008. 296 с.
7. Ryff C., Keyes C. The Structure of Psychological Well-Being in Revisited. / Journal of Personality and Social Psychology. 1995. Vol. 69, № 4. P. 719-727.