

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»

Факультет філології, психології та педагогіки

**Н.О. Сайко**

**ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ  
СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

*Конспект лекцій*



Полтава 2022

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»

Факультет філології, психології та педагогіки

**Н.О. Сайко**

**ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ  
СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

*Конспект лекцій*

Полтава 2022

УДК

**Сайко Н.О.**

Теорія та методика професійної соціалізації студентів соціономічних спеціальностей. Конспект лекцій для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр. Укл. Н.О. Сайко. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2022. 149с.

*Укладач:*

**Сайко Наталія Олександрівна**, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».

*Відповідальний за випуск – Яланська Світлана Павлівна*, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

*Рецензенти:*

**Яланська Світлана Павлівна**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».

У конспекті лекцій викладено стислий зміст курсу «Теорія і методика соціалізації особистості», висвітлено психологічні та соціально-педагогічні механізми професійної соціалізації, методи та чинники професійної соціалізації.

Конспект лекцій призначений для самостійної роботи студентів закладів вищої освіти денної та заочної форм навчання, які вивчають курс «Теорія і методика соціалізації особистості».

Затверджено

вченою радою факультету

філології, психології, педагогіки

від травня 2022 р., протокол №

© Сайко Н.О. 2022

© Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2022

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b>	5
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ</b>	6
Тема 1-2. Професійна соціалізація як процес	6
Тема 3-4. Моделі професійної соціалізації	18
Тема 5. Механізми соціалізації	30
Тема 6. Становлення особистості в умовах професіоналізації	39
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МЕТОДИ УСПІШНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ</b>	57
Тема 7. Професійне спілкування та поведінка	57
Тема 8-9. Профілактика емоційного вигорання та нейтралізація внутрішніх «кілерів»	68
Тема 10. Основні акценти у підготовці фахівців до виконання професійних обов'язків	79
Тема 11. Селфемпауермент у професійному становленні особистості	98
Тема 12. НЛП (нейролінгвістичне програмування) у професійній діяльності	109
Тема 13. Коуч - технології у професійній соціалізації	131
<b>ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ</b>	137
<b>ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ</b>	145

## ПЕРЕДМОВА

Сучасні фахівці мають володіти соціальними вміннями, які забезпечать конкурентноспроможність на ринку праці. Тому значної уваги у професійній підготовці майбутніх фахівців соціономічних спеціальностей слід приділяти процесам їх соціалізації. Саме на вирішення зазначених завдань спрямована дисципліна «Теорія і методика соціалізації особистості», метою якої є формування знань щодо професійного зростання; сприяння розвитку творчої ініціативи; раціоналізації професійної діяльності; сприяння значному просуванню на шляху професійного вдосконалення. У процесі вивчення зазначеної дисципліни фокусується увага на необхідності цілеспрямованої організації процесів адаптації до умов виробництва; полегшені процесів входження молодого фахівця у професійну діяльність та підвищені її ефективності; сприянні формуванню соціально активних, креативних, цілеспрямованих молодих фахівців здатних до роботи в ринкових умовах. Зміст дисципліни передбачає формування таких компетентностей: розуміння сутності понять соціалізація, професійна соціалізація, соціальна адаптація, основні види, форми та моделі професійної соціалізації; особливості становлення особистості в умовах професіоналізації; методи організації успішної професійної соціалізації та її взаємозв'язок з успішним кар'єрним зростанням. Особлива увага приділена формуванню практичних умінь з організації процесів ефективного спілкування; нейтралізації негативний вплив професійної діяльності; ергономіці власного часу; удосконаленню індивідуального професійного стилю, професійної свідомості, професійної автономності.

Посібник містить два модулі: у першому – «Теоретичні основи професійної соціалізації» розкрито основні загальні теоретичні положення щодо професійної соціалізації особистості; у другому – «Методи успішної професійної соціалізації» представлено методи, прийоми, технології успішної професійної соціалізації. Також містяться питання для актуалізації мисленнєвої діяльності студентів, тестові завдання, перелік питань для підсумкового контролю.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ**

## ТЕМА 1-2

### Професійна соціалізація як процес

**Мета:** засвоїти сутність поняття «соціалізація»; усвідомити важливість організації цілеспрямованої професійної соціалізації.

**Основні поняття і терміни:** соціалізація, соціальна адаптація, механізми соціалізації, види та форми соціалізації.

#### План

1. Соціалізація та соціальна адаптація молодого фахівця.
2. Сутність поняття «професійна соціалізація».
3. Форми, види професійної соціалізації та адаптації.

#### Література:

1. Виноградова В. Проблеми соціалізації студентської молоді / Вікторія Виноградова. – К.: Український центр політичного менеджменту. – Режим доступу : <http://www.politik.org.ua>
2. Галус О. М. Соціалізація особистості: сутність, концептуальні підходи у наукових теоріях, напрямках, школах / О. М. Галус. – Режим доступу : <http://www.nbuiv.gov.ua>
3. Безпалько О. В. Соціальна педагогіка / О. В. Безпалько. – Київ : Логос, 2008. 344 с.[Електронний документ]. – <http://194.44.152.155/elib/local/sk742813.pdf>

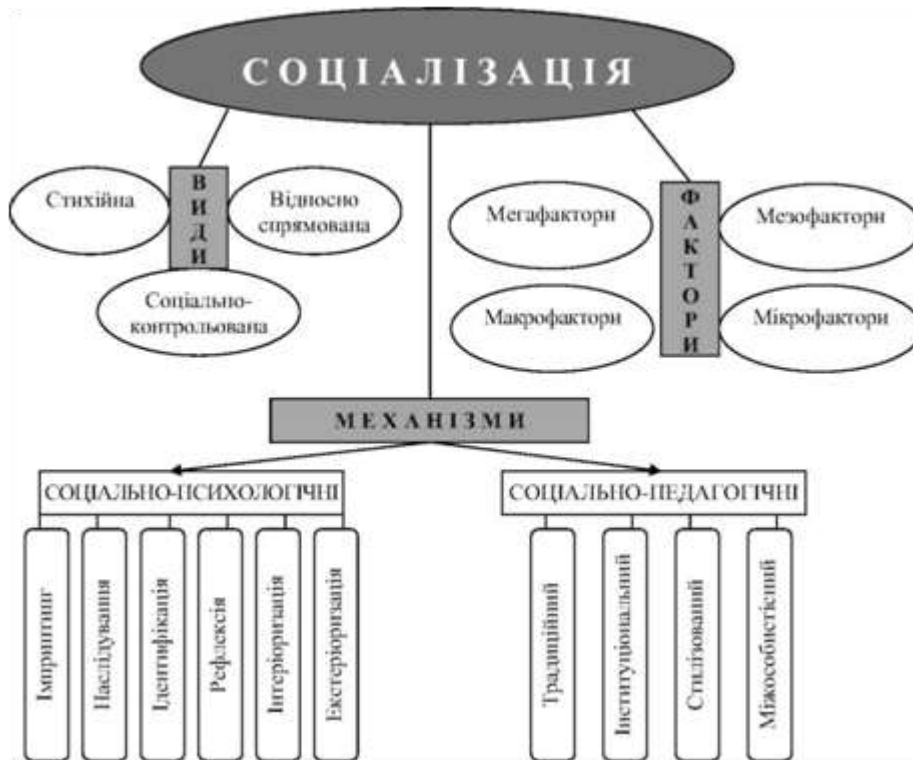
#### 1. Соціалізація та соціальна адаптація молодого фахівця.

Поняття «соціалізація» є базовою дефініцією багатьох наук. *Це процес послідовного входження індивіда в суспільне життя, що супроводжується засвоєнням та відтворенням соціального досвіду, внаслідок взаємодії людини зі стихійними та цілеспрямовано створеними умовами життя на всіх її вікових етапах.*

У процесі соціалізації формуються соціальні якості, цінності, знання, навички людини. Крім того, відбувається перетворення природжених, природних рис, а також засвоєння людиною елементів культури, соціальних норм та цінностей, які існують у суспільстві. Оволодіння соціальним досвідом і культурою відбувається як істотно історична необхідність: суспільство функціонує за допомогою передачі новим поколінням історичного досвіду, а індивід існує завдяки засвоєнню певних форм соціальності. Тому зміст процесу соціалізації зумовлений передусім соціально-економічними станом та соціокультурною ситуацією в суспільстві.

За своїм змістом соціалізація це процес двобічний, який містить, з одного боку, засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження

в соціальне середовище, систему соціальних зв'язків, з другого - активне відтворення індивідом системи соціальних зв'язків за рахунок його діяльності, входження в соціальне середовище.



Виокремлюють такі підходи до трактування соціалізації: 1) **соціологічний** розглядає соціалізацію як трансляцію культури від покоління до покоління, загальний механізм успадкування, який охоплює як стихійні впливи середовища, так і організовані, такі як виховання та освіта; 2) **факторно-інституціональний** визначає соціалізацію як сукупність, множинність і деяку автономність, а не жорстку ієрархічну систему дії факторів, інститутів та агентів соціалізації; 3) **інтеракціоністський**, у якому соціалізація в якості важливої детермінанти передбачає міжособистісну взаємодію, спілкування, без якого неможливе становлення особистості; 4) **інтерналізаційний** – соціалізація як засвоєння особистістю норм, цінностей, установ, стереотипів, які вироблені суспільством у результаті формування системи внутрішніх регуляторів та норм поведінки; 5) **інтраіндивідуальний** не вичерпує поняття соціалізації як адаптації до соціального середовища, а передбачає творчу самореалізацію особистості, перетворення себе.

У психолого-педагогічній науці розрізняють три напрями у соціалізаційній проблематиці. Перший **соціально-філософський** – відображений у працях С. Батеніна, В. Москаленко, А. Харчева та інших. У

межах соціально-філософських концепцій соціалізації смислотворчі поняття це збереження стабілізація суспільних відносин при їх засвоєнні, а також активний комунікативний вплив, у процесі якого відбувається апробація різноманітних соціальних ролей і формується автентичне соціальне „Я”.

Другий **соціально-психологічний**: у його розробці брали участь Г.Андрєєва, Н.Андрєєнкова, С.Белічева, Я.Коломінський, І.Кон, О.Леонтєв, М.Лукашевич, Р.Немов, А.Петровський та інші. Тут соціально-психологічні аспекти соціалізації означені в площині включення індивіда в різноманітні суспільні відносини, засвоєння й відтворення соціального досвіду і зв'язків, активного перетворення середовища.

Третій **соціально-педагогічний**, представники якого Б.Бім-Бад, В.Бочарова, Ю.Василькова, Б.Вульф, Н.Лавриченко, І.Зверєва, Н.Заверико, О.Мудрик, С.Савченко та інші. Особливість цього підходу – намагання розглядати соціалізацію як процес, який відображає хід соціального формування особистості в конкретному соціокультурному середовищі як формування конкретного соціального типу. У цьому випадку соціалізація це надзвичайно складний і багатофакторний процес набуття індивідом людських властивостей і якостей, направленість яких визначає конкретна соціальна ситуація. З позицій соціально-педагогічного підходу важливо враховувати, що в ході соціалізації особистість активно бере участь у процесах самоперетворення, які проходять на тлі соціокультурного середовища, що змінюється. Ступінь її участі в цих змінах визначає темпи соціалізації, а спрямованість залежить від їхньої соціальної значущості. По суті, особистість тільки на перших етапах розвитку обмежена рамками первісного соціуму, згодом ідуть активні процеси його розширення, пошуку свого місця в ньому, корекції відносин, самоорганізації індивідуального простору.

Розрізняють первинну та вторинну стадії соціалізації. **Первинна соціалізація** відбувається в дитинстві. Це найперша соціалізація, завдяки якій особистість стає повноправним членом будь-якого суспільства, оскільки вона ідентифікує себе з іншими та з суспільством загалом, засвоює культурні цінності та норми поведінки. Орієнтовно первинна соціалізація триває до повноліття особистості. **Вторинна стадія** соціалізації це кожний наступний процес, який допомагає попередньо соціалізованому індивіду входити в нові сектори світу, його інституції. Поняття вторинної соціалізації введено для того, щоб відокремлювати трансформації особистості в пізніший період (наприклад, професійну) від процесу засвоєння нею елементарних соціальних навичок у дитинстві. При цьому основна увага зосереджена на ситуаціях, коли чітко виявляються і тяжко переживаються особистістю упущення чи неадекватність первинної соціалізації в умовах, що змінюються.



Виокремлюють такі **типи соціалізації**: політична, етнокультурна (етнічна), гендерна (статеворольова), культурна, професійна.

Розрізняють кілька видів соціалізації. **Стихійна соціалізація** людини відбувається внаслідок впливу на особистість різноманітних спеціально не створених обставин суспільного життя. **Відносно спрямована соціалізація** має на меті організацію в суспільстві певних економічних, законодавчих та інших передумов, які впливають на розвиток та життєвий шлях особистості (наприклад, початок навчання в школі, мінімальний освітній рівень, віковий ценз початку трудового життя тощо). **Соціально-контрольована соціалізація** (виховання) це процес спеціально організованої передачі соціального досвіду особистості та розвитку її потенційних можливостей, який відбувається в різних державних та недержавних організаціях (школа, позашкільні заклади, дитячі та молодіжні організації тощо).

Соціалізація відбувається у взаємодії особистості з величезною кількістю різних умов та впливів середовища, які називають факторами соціалізації. Серед них виокремлюють мегафактори (космос, планета, світ); макрофактори (країна, етнос, суспільство, держава); мезофактори (тип поселення, засоби масової інформації, субкультури); мікрофактори (сім'я, сусідство, групи однолітків, виховні організації).

До соціально-психологічних механізмів соціалізації належать: імпринтинг фіксування людиною на рецепторному та підсвідомому рівні особливостей об'єктів, що на неї впливають; наслідування -копіювання людиною певних зразків поведінки та діяльності інших; ідентифікація ототожнення людиною себе з іншими людьми, групою, спільнотою; рефлексія оцінка особистістю різних проявів свого "Я"; інтеріоризація процес перетворення зовнішніх, реальних операцій соціальної діяльності у внутрішні, ідеальні; екстеріоризація процес переходу від внутрішньої, психічної діяльності до зовнішньої, практичної.

Соціально-педагогічні механізми соціалізації: традиційний засвоєння людиною норм, зразків поведінки, поглядів, стереотипів, які притаманні їй найближчому оточенню (сім'я, сусіди, родичі, друзі); інституціональний функціонує в процесі взаємодії людини з інститутами суспільства та різноманітними організаціями, а також засобами масової інформації. У процесі такої взаємодії особистість набуває знань та досвіду соціально схвалюваної поведінки та конфліктного чи безконфліктного дотримання певних соціальних норм; стилізований діє в межах окремої субкультури, як комплекс певних цінностей та особливостей поведінки, притаманний для людей певного віку, професії, національної чи соціальної групи, що в цілому впливає на стиль життя та мислення особистості; міжособистісний - функціонує в процесі взаємодії людини з авторитетними для неї особистостями.

Існує певна **система інститутів соціалізації**. Це відносно стійкі типи і форми соціальної практики, завдяки яким зорганізується процес соціалізації особистості в рамках соціальної системи суспільства. До них належать освіта й виховання, сім'я, школа, вищі навчальні заклади, неформальні об'єднання тощо.

**Агенти соціалізації** це люди та установи, діючі соціальні суб'єкти, за допомогою яких людина соціалізується завдяки процесам навчання, комунікації, прилучення до культури. Сутність соціалізації полягає в тому, що вона процес і результат розвитку та самозміни людини під час набуття нею соціального досвіду. Для того щоб зрозуміти процес соціалізації особистості, насамперед необхідно визначити, на якому фоні він відбувається. Такими фоновими показниками, на думку М. Нікандрова, є: середня тривалість життя в країні; якість життя; освітній рівень суспільства; економічний розвиток суспільства; сукупність агентів соціалізації. Ці показники, у свою чергу, обумовлюють об'єктивні умови соціалізації особистості в сучасних соціокультурних умовах: руйнація в суспільстві усталеної системи цінностей; відсутність єдиної національної ідеї; домінування матеріальних цінностей в суспільстві, зокрема культу грошей та влади; полярні оцінки історичного минулого; майнове розшарування в суспільстві; нестабільна політична ситуація в країні; критиканство влади; лібералізація статевої моралі; послаблення виховного потенціалу сім'ї; домінування культу сили; зниження морально-етичного рівня населення; поширення кримінальної субкультури; стрімкий розвиток рекламних технологій; домінування електронних засобів впливу (телебачення, комп'ютер, Інтернет).

Процес соціалізації особистості в основному є інституалізованим. Він реалізується через систему певних соціальних інституцій, які мають коректувати процес формування соціальних якостей особистості у відповідності із суспільно значимими цінностями, обмежувати чи активізувати вплив окремих соціальних факторів, або навпаки, нейтралізувати їх. Саме ці інституції забезпечують створення соціально-розвивального простору для особистості шляхом формування соціальних мереж, своєрідними „вузлами” яких є сім'я, заклади освітньої сфери, заклади соціально-педагогічного обслуговування, громадські організації.

Зараз основне завдання цих інституцій полягає у пошуку різних способів сприяння становленню індивідуальної та соціальної суб'єктності особистості, забезпеченні необхідних умов для задоволення її потреб, соціально позитивних способів самоствердження та само-реалізації.

**Адаптація** пристосування організмів до умов існування. У соціальній психології адаптацію визначають як пристосування індивіда до групових норм та власне соціальної групи. Психологічна адаптація особистості в суспільстві відбувається завдяки таким психологічним механізмам, як рефлексія, ідентифікація, емпатія, прийом соціального

зворотного зв'язку тощо. Соціальна адаптація -процес пристосування індивіда до умов соціального середовища, формування адекватної системи стосунків із соціальними об'єктами, інтеграція особистості в соціальні групи, діяльність щодо освоєння стабільних соціальних умов, прийняття норм і цінностей нового соціального середовища. Психологічна та соціальна адаптація знаходяться у взаємозалежності. Без психологічної адаптації, що спонукає людину до адаптивної діяльності, яка немовби „дає старт” соціальній адаптації, остання була б просто неможливою. На характері розвитку соціальної адаптації позначаються індивідуальні психічні ознаки особистості (мислення, увага, пам'ять, почуття); характеристики темпераменту (інтенсивність, темп реакцій, ригідність, пластичність); риси характеру особистості (цікавість, відповідальність, комунікабельність, працелюбність чи ледарство). Проте не можна переоцінювати вплив психіки на соціальну адаптацію людини, оскільки причини, що породжують соціальну адаптацію та визначають її суть, лежать у соціальній сфері.

Процес соціальної адаптації безперервний зважаючи на те, що в навколишньому середовищі постійно відбуваються зміни соціальної дійсності, які, безперечно, потребують нових способів пристосування індивіда. Соціальна адаптація здійснюється з різною мірою інтенсивності. Періоди підвищеної адаптивної інтенсивності можна співвідносити з поживленням соціальної діяльності суспільства, і навпаки, уповільнення явищ соціальної трансформації зменшують інтенсивність соціального пристосування індивіда. Соціальна адаптація особистості це атрибутивна властивість суб'єктів соціальної життєдіяльності, що реалізується шляхом інтерпретації внутрішніх та зовнішніх інформаційних моделей соціального буття з погляду їхньої відповідності адаптивним установкам, які не суперечать розумінню оточуючої дійсності та були:

- ✓ цілеспрямовано сформовані зовні;
- ✓ стихійно засвоєні в процесі соціалізації;
- ✓ відкриті самостійно.

Будь-яка адаптація, у тому числі й соціальна, це складник соціалізуючого процесу, яку необхідно розглядати в діалектичній єдності двох діяльностей: зовнішньої матеріально-духовної, яка спрямована переважно на зміну умов зовнішнього середовища, та

внутрішньої суб'єктивно-психічної, спрямованої перш за все на перетворення внутрішнього світу суб'єкта. Тому важливий компонент соціальної адаптації це узгодженість оцінок, особистих можливостей і прагнень індивіда з цілями, цінностями соціального середовища.

Тому важливу роль у соціальній адаптації особистості відіграє система її потреб. П. Кузнецов зазначає, що соціальна адаптація -це цілісний, неперервний, динамічний, відносно стійкий соціальний процес встановлення відповідності між сукупним рівнем актуальних на даний

момент потреб особистості і наявним (перспективним) рівнем задоволення цих потреб. Тобто адаптацію визначають активні на певний момент часу потреби, в той же час задоволення потреб особистості має означати „відповідність соціуму" як результат адаптованості. Процес відповідності забезпечується такими способами як засвоєння, включення, пристосування, взаємодія тощо.

Тому соціальну адаптацію можна визначати і як процес та результат встановлення взаємної відповідності між потребами особистості й вимогами соціального середовища.

**Соціальна адаптованість** проявляється у двох типах реагування на вплив середовища:

- прийняття та ефективна відповідь на ті соціальні очікування, з якими зустрічається кожній відповідно зі своїм віком та статтю;

- гнучкість при зустрічі з новими, у тому числі й потенційно загрозливими умовами, а також здатність спрямовувати події у бажаному для особистості напрямку.

*Тому адаптація це ще й вдале використання наявних умов для здійснення певних цілей та прагнень особистості.*

Значну роль у процесі соціальної адаптації відіграє **адаптаційний потенціал** людини - це рівень можливостей особистості ввійти в нові умови соціального середовища, а також ті, що перебувають у постійних змінах. Він пов'язаний з адаптивною підготовкою особистості, тобто тими вміннями та навичками пристосування, які індивід набуває в процесі життєдіяльності.

Соціальна адаптація може здійснюватися у **формі: акомодатії** (повного підпорядкування вимогам середовища без їхнього критичного аналізу); **конформізму** (вимушеного підпорядкування вимогам середовища); **асиміляції** (свідомого й добровільного прийняття норм та цінностей середовища на основі особистісної солідарності з ними).

**Розрізняють активну та пасивну адаптацію.** У процесі активної адаптації індивід прагне енергійно взаємодіяти з середовищем, впливати на його розвиток та зміни, долати труднощі й перешкоди, вдосконалювати суспільні процеси.

При пасивній адаптації індивід не прагне до змін оточуючої дійсності, пасивно реагує на існуючі норми, оцінки, способи діяльності, слабо мобілізує біологічні та психологічні ресурси для пристосування в соціальному середовищі. Через це при зустрічі індивіда з певними об'єктивними труднощами, хворобами, екстремальними ситуаціями як результат низької адаптації може формуватися соціальна дезадаптація, що виявляється в різних формах девіантної поведінки.

Коли людина починає працювати в організації, вона включається в систему внутрішньо-організаційних відносин, займаючи одночасно декілька позицій, кожній із яких відповідає сукупність вимог, норм, правил

поведінки, які і визначають соціальну роль людини в колективі як працівника, колеги, підлеглого, керівника, члена колективного органу управління. Кожна з названих позицій вимагає відповідної поведінки людини. Наймаючись на роботу в ту чи іншу організацію, людина має певні цілі, потреби, норми поведінки відповідно до яких вона ставить вимоги до організації, умов праці та мотивації. У зв'язку з цим необхідно організувати проведення адаптації та професійної соціалізації.

## **2. Сутність поняття «професійна соціалізація».**

Професійне становлення особистості можна розглядати як процес, що триває протягом всього життя та має свої особливості на кожному окремому етапі професійного шляху. Особливо тісно взаємопов'язані ці два процеси на первинному етапі занурення молодого людини у професійне середовище, коли відбувається життєве та професійне самовизначення. На кожній стадії професійного становлення існують певні цілі та завдання, які відповідають суспільним вимогам, реалізуються згідно цих вимог та у відповідності до власних потреб, інтересів, ціннісно-мотиваційних орієнтирів, особистісних властивостей тощо.

Протягом студентського періоду відбувається **професійна соціалізація молодого людини** – процес занурення у професійне середовище, засвоєння правил, норм та вимог професійної діяльності. Процес професійної соціалізації передбачає особистісну активність, оскільки взаємодія та вплив на систему соціальних зв'язків та відносин вимагає прийняття певного рішення і включає в себе набір характеристик, таких як цілеутворення, мобілізацію суб'єкта діяльності, побудову стратегій діяльності. Слід також враховувати специфіку студентства, як соціальної та вікової категорії. Саме в цей час активно розвиваються моральні почуття, визначаються життєві цілі та перспективи, відбувається переорієнтація цінностей, формуються та міцніють особистісні риси, засвоюються нові соціальні ролі, посилюється прагнення особистого успіху та досягнення власних цілей, пов'язаних із сферою навчальних та професійних інтересів. Важливо зазначити, що у молодого людини виокремлюється та відшліфовується індивідуальний стиль міжособистісної взаємодії з одногрупниками, викладачами, на якому в подальшому ґрунтується особлива професійна взаємодія. Орієнтація на особистість в процесі навчання покликана забезпечити створення адекватного для особистісного і творчого зростання студента середовища спілкування, що сприяє розвитку професійної майстерності майбутнього фахівця. Провідними цінностями повинні стати не засвоєння норм поведінки і вмінь, а гуманність взаємовідносин, свобода прояву власного Я, культивування індивідуальності, усвідомлена правова культура поведінки, творче самовираження.

## **3. Форми, види професійної соціалізації та адаптації.**

**Повна соціалізація** означає, що з усього обсягу знання і культури даної соціальної групи або оточення людина засвоюють той обсяг, який йому необхідний для вирішення своїх завдань. Так, соціальна група може мати високий рівень професійної соціалізації, що містить різні професійні знання. Але для кожного окремого її представника досить в повному обсязі опанувати однією професією або декількома, щоб бути повністю соціалізованим. **Іншими словами, повна соціалізація** - це повна відповідність вимогам своєї соціальної групи і успішне виконання тих функцій, які ставить дане соціальне співтовариство перед кожним своїм членом. Тільки в цьому випадку він стає повноцінним членом даної групи. В рівній мірі це стосується його фізичного, психологічного та інтелектуального розвитку. **Повна соціалізація повинна бути в сексуальній, матеріальній та соціальній сферах.** Інакше кажучи, людина повинна мати нормальний фізичний розвиток, стійку психіку в рамках вирішення своїх завдань і достатній рівень освіти. Людина повинна мати сім'ю і дітей - норма, приписувана в обов'язковому порядку соціальним оточенням. В іншому випадку він стає трохи не таким як усі, що і свідчить про неповну соціалізацію.

Сім'я – найважливіший інститут соціалізації підростаючих поколінь. Сім'я є об'єктом дослідження багатьох наук: психології, педагогіки, соціології, економіки, народознавства, історії тощо.

Сім'я становить персональне середовище життя і розвитку дітей, де відбувається засвоєння індивідом суспільних соціальних і культурних цінностей.

Дитячі заклади не можуть скласти конкуренцію сім'ї в головному: ефективності розвитку інтелектуальних та емоційних здібностей дитини. Сім'я володіє такою системою передавання соціальної інформації, яка дозволяє дитині засвоювати її з максимальною зацікавленістю, швидко і у повному обсязі. Було також встановлено, що навіть школа, не може цілком доповнити те, що втрачено на стадії сімейного виховання (у дошкільний період – період найвищої інтенсивності засвоєння багатьох соціально необхідних умінь і навичок). Сім'я, що є найменшим осередком суспільства, репрезентує суспільство в цілому, є його мініатюрним зображенням. З одного боку, сім'я – досить замкнуте об'єднання людей, яке ревно захищає свій внутрішній світ, і протистоїть зовнішнім впливам і втручанням. З іншого боку, - це об'єднання людей, відкрите для всього, що відбувається у світі.

**Крім того сім'я має виконувати усі соціалізуючі функції:**

**Матеріально-економічна функція** – головна. Спочатку сім'я була як виробнича одиниця (рабовласницьке та феодальне суспільство). Капіталізм віддаляє працю від сім'ї і головною стає функція нагромадження матеріальних благ у сім'ї. Залишилася лише господарська та організація споживання та побуту.

**Репродуктивна.** У сучасній сім'ї намітилася стійка тенденція до малодітного типу відтворення населення. По-друге, сім'я зберігаючи за собою функцію ранньої соціалізації дітей, все більше поділяє вирішення цього завдання з громадськими виховними закладами.

Важливою проблемою є різке зменшення кількості народжених. Омолодження шлюбу, економічна, моральна, психологічна невідповідність до сімейного життя молодих людей, виявляється у небажанні мати дітей взагалі, або обмежується однією дитиною.

**Рекреативна** – включає в себе надання фізичної, матеріальної та психологічної взаємодопомоги, зміцнення здоров'я членів сімей, організацію дозвілля. У наш час поширюється сімейний туризм, відпочинок тощо.

Важливе значення набуває роль сім'ї у забезпеченні морально-психологічного захисту своїх членів.

**Комунікативна** – задовольняє потреби членів сім'ї у спілкуванні та взаєморозумінні.

**Регулятивна** – включає в себе систему регулювання відносин між членами сім'ї. У минулому держава сприяла ствердженню у сім'ї влади та авторитету голови сім'ї. У демократичній сім'ї ця функція набуває нового змісту (зростає значення матері-господині).

**Виховна** – зберігає своє домінуюче значення і набуває в сучасних умовах інтегрованого соціального змісту.

**Сімейна соціалізація** враховує усю сукупність факторів, які впливають на формування і розвиток особистості, тому соціальна педагогіка розглядає виховні функції сім'ї у широкому плані. (Це не тільки цілеспрямоване виховання дітей, а й уся система взаємовідносин у сім'ї, формуючих особистість).

**Психотерапевтична** – надання допомоги і підтримки у складних життєвих ситуаціях – хвороба, втрата роботи тощо

Сім'я – головний осередок суспільства, де здійснюється базисна соціалізація дітей за рахунок посилення всіх її основних функцій, і в першу чергу – виховної, рекреативної, регулятивної та феліцітологічної (відчуття щастя у сім'ї).

**Людина повинна мати нормальне матеріальне становище і мати достатній рівень освіти і культури.** Якщо не у всіх сферах життєдіяльності людина досягла певного і необхідного рівня розвитку, то соціалізація називається неповною.

**За змістом до повної соціалізації близька актуальна соціалізація.** При актуальній соціалізації обсяг і зміст соціального знання і культури повністю відповідають тим, які притаманні тій або іншій соціальній групі. Однак **актуальна соціалізація** дозволяє вирішувати першочергові завдання, які стоять перед суспільством і будь-яким соціальним оточенням в даний момент, тобто вирішувати оперативні завдання, що знаходяться,

образно кажучи, на передньому фронті взаємодії цієї спільноти з навколишнім світом.

**Неповна соціалізація** означає, що людина з усього необхідного обсягу знань і культури опанувала тільки їх частину. Щоб бути повноцінним членом даної соціальної групи, людина повинна володіти всім необхідним набором знань і умінь, і навіть таким знанням, яке начебто і не відноситься прямо до сфери його професійних знань. Підкреслимо, необхідним обсягом, а не всім обсягом знань, яким володіє дана соціальна група. Людина в цьому випадку стає як би не такою як усі, оскільки не може успішно вирішити ті завдання, які ставить перед ним суспільство, вона перетворюється на обмеженого, другорядного члена суспільства. Неповна соціалізація може привести людину до такого стану, коли вона виявиться навіть поза даного соціального співтовариства.

**Близьке до поняття неповної соціалізації поняття часткова соціалізація.** Часткова соціалізація означає, що з необхідного і достатнього обсягу знань і культури людина опанувала лише якийсь його частиною. Так, не маючи фундаментальних знань (інститутських) в ряді професій дуже важко працювати, хоча можна бути і непоганим фахівцем.

Людина може бути повністю соціалізована для своєї соціальної групи, але її уявлення напевно виявляють в більшій чи меншій мірі неадекватні в іншій соціальній групі, хоча вона цілком може там існувати. **Адекватність** - це повна відповідність наявних у людини уявлень і поведінки тим реальним об'єктивним процесам, які її оточують. **Адекватна соціалізація** дозволяє кожен раз мати ті уявлення і здійснювати ті вчинки, які повністю або значною мірою відповідають реальним процесам, що протікають в дану хвилину в її безпосередньому оточенні.

**Відповідно існує швидка і повільна соціалізація.**

Відмітна особливість сучасного наукового соціологічного підходу до процесу соціалізації полягає в тому, що людина як суспільна істота повністю обумовлена соціальним середовищем, яка і визначає рівень, повноту, адекватність та інші форми соціалізації. Соціалізація найчастіше розглядалася саме як процес розвитку. Однак соціальне середовище може надавати і негативний вплив. На процес соціалізації може вплинути і несприятлива фізичне середовище.

Поріг соціалізації настає тоді, коли людина досягає такого рівня загальної культури і володіє такими знаннями, що він вже може самостійно рухатися далі без допомоги соціального середовища і навіть при її відсутності, випереджати соціальне середовище і тягнути її за собою. Цей процес можна назвати **самосоціалізацією**. При високій соціалізації настають такі кількісні зміни в рівні освіти і культури, які при певній критичній масі перетворюються в зовсім іншу якість.



Високо соціалізована людина за порогом соціалізації повинна володіти всією повнотою соціалізації, тобто вона має опанувати всім необхідним обсягом соціального і професійного знання, бути широко ерудованою людиною, мати фундаментальні знання і насамперед основних соціальних законів.

**Спеціальна соціалізація** - професійна, або інакше її можна назвати інтелектуальна. Мова йде про високий рівень інтелектуального розвитку, який, як правило, зводиться до тієї чи іншої конкретної професійної діяльності. Фактично ми говоримо про таку соціалізацію та інтелектуальний розвиток, коли людина не тільки відтворює минуле знання, нехай і високопрофесійно, а виробляє принципово інше, нове знання, нові ідеї, що дозволяють суспільству піднятися на новий щабель соціального розвитку. У техніці, в області природознавства це відкриття, винаходи та ін., В мистецтві - високохудожні твори.

**Можна виділити чотири етапи професійного, або інтелектуального, становлення:**

- 1 етап - накопичення загального знання і культурного базису;
- 2 етап - спеціалізація;
- 3 етап - період виробництва нового знання;
- 4 етап - повільне згасання професійних (в першу чергу) і інтелектуальних знань.

На першому етапі створюється загальне поле інтелектуального розвитку на основі високої, повної та актуальної соціалізації. Зрозуміло, що при неповній і тим більше неадекватній соціалізації, ні про яке високий професійний та інтелектуальний розвиток не може бути мови. Тільки високо соціалізоване середовище може сприяти і обумовлювати появу високопрофесійних інтелектуалів. Необхідно підкреслити, соціальне середовище, але не обов'язково суспільство.

Другий етап - час поступової спеціалізації знань, яка відбувається спочатку в школі, потім в інституті і в ході практичної діяльності. Шкільна соціалізація, безумовно, орієнтована в першу чергу на загальну соціалізацію. Але саме за шкільною партою у людини починають проявлятися перші схильності до тієї чи іншої професійної діяльності, і відбувається поділ учнів на дві нерівні групи: до першої належать ті, які в силу різних фізіологічних і соціальних причин не досягнуть високого рівня професійного та інтелектуального розвитку, і інша група, в яку входять діти, явно тяжіють до високої соціалізації.

Третій етап - підготовка до професійної та інтелектуальної соціалізації триває приблизно до 30-ти років. У цей період йде накопичення знань, загальної і професійної культури, і він займає багато часу - тридцять років, майже половину життя.

Але в якісь 5 років за певних умов відбувається стрибок, і людина майже відразу ж перебирається на вищий щабель професійної та

інтелектуальної соціалізації, непомітно перестрибуючи і професійний поріг соціалізації. До 35 \* 40 років він стає професіоналом найвищого гатунку, займає вищий щабель у професійній та інтелектуальній еліті, до якої відносяться, як правило, видатні вчені, творчі працівники. Процес професійної соціалізації триває приблизно до 60-70 років і займає другу половину життя. Саме в цей період народжуються основні ідеї, які визначають обличчя суспільства і всього людства на тривалу перспективу.

Професійна або інтелектуальна соціалізація виражається, перш за все, такою якістю і властивістю людини, як народження принципово нового знання і поява високих зразків у творчості. Потім соціалізація починає стрімко згасати і до 75-80 років практично сходить нанівець - четвертий етап.



#### **Питання для дискусії та самоконтролю**

1. *Охарактеризуйте сутність процесу соціалізації.*
2. *Доведіть необхідність організації цілеспрямованої соціалізації.*
3. *Розкрийте роль сім'ї в процесі соціалізації особистості.*
4. *Який процес називається соціальною адаптацією?*
5. *Охарактеризуйте види соціалізації?*

### **ТЕМА 3-4**

#### **Моделі професійної соціалізації**

**Мета:** сформулювати уявлення про психологічні, когнітивні, гуманістичні, соціологічні та комплексні моделі соціалізації.

**Основні поняття і терміни:** психологічні, когнітивні, гуманістичні, соціологічні моделі соціалізації.

#### **План**

1. Психологічні моделі професійної соціалізації.
2. Когнітивна модель професійної соціалізації.
3. Гуманістична модель соціалізації.
4. Соціологічні моделі
5. Комплексні моделі.

#### **Література:**

1. Семигіна Т.В. Теорії і методики соціальної роботи: Підручник для студентів вищих навчальних закладів/ За ред. Т.В. Семигіної, І.І. Миговича.- К.: Академвидав, 2005.- 328.

2. Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник / С. Д. Максименко. – Київ : Релф-бук, 2000. – 528 с.

### **1. Психологічні моделі професійної соціалізації.**

Модель - це еталонне уявлення про навчання учнів, його конструювання в умовах конкретних освітньо-виховних закладів. Вона визначає цілі, основи організації та проведення навчального процесу.

**Психологічні моделі** професійної соціалізації включають психодинамічний, біхевіористський, когнітивний, гуманістичний та екзистенційний підходи. Їх основою є психоаналітична теорія австрійського психолога, психіатра З. Фрейда.

**Психодинамічний підхід** у професійній соціалізації полягає у вивченні та аналізі свого внутрішнього життя, потреб, інтересів, базується на психічному детермінізмі – принцип, згідно з яким дії та поведінка людини породжується її мисленням, а не впливами міжособистісних відносин або навколишньої ситуації. Головне знати чого хоче особистість для самої себе. Ця модель у професійній соціалізації використовується як метод дослідження психіки, внутріпсихічних явищ, виявлення особливостей виховної системи в дошкільному дитинстві і передбачає соціальне функціонування через зміну структури «Я» - особистості.

**Біхевіористська модель** професійної соціалізації, прихильники якої вважають, що поведінка людини детермінована впливами зовнішнього середовища, і тому спрямовують свої зусилля на подолання небажаних або підсилення бажаних форм поведінки за допомогою підкріплення і соціального навчання. Біхевіористський підхід передбачає зміну поведінки людини сукупністю зовнішніх факторів, тобто реконструкцією соціального середовища, його соціальних впливів, створенням необхідних умов для самозміни людини, що призводить до покращення соціального функціонування і удосконалення внутрішньої структури «Я» - особистості. Засади **біхевіористського підходу** ґрунтуються на філософії позитивізму та охоплюють такі **основні підходи**:

1. **Класичне обумовлення** (Дж.-Б. Вотсон), що здійснюється за схемою (S-R) і полягає у конструюванні специфічного вибору стимулів для отримання потрібної поведінки або створення умов для згасання небажаної поведінки.

2. **Оперантне** (англ. operate - діяти, впливати) обумовлення (Б.-Ф. Скіннер), яке виходить з того, що поведінка, здійснюється у певному середовищі, як відповідь на «підкріплення». Наприклад, позитивне підкріплення полягає в отриманні індивідом внаслідок дії певного заохочення або покарання.

3. **Соціальне навчання** (А. Бандура) - поведінка розглядається за формулою (S-O-R), йдеться про наявність певних стимулів, що викликають у людини відповідну реакцію, сукупність таких стимулів утворюють

сукупність поведінкових реакцій людини і таким чином формується відповідний стиль поведінки.

**2. Когнітивна (лат. *cognitio* — знання, пізнання) модель професійної соціалізації** ґрунтується на тому, що більшість емоцій і форм поведінки людей зумовлені їх думками, уявленнями, переконаннями, тобто когнітивними процесами («мислення формує поведінку»).

Теоретичним джерелом формування, розвитку й реалізації цих моделей є когнітивна (лат. *cognitio* — знання, пізнання) психологія — наука, яка досліджує пізнавальні, орієнтаційні структури психіки (відчуття, сприймання, мислення, уяву, пам'ять). Згідно з когнітивним підходом людина отримує інформацію через сенсорні органи, яку інтелект сприймає, обробляє і зберігає в пам'яті, щоб у відповідний час за відповідних обставин використати її в мовленні і поведінці. Невротичні і поведінкові проблеми когнітивна психологія витлумачує як наслідки помилкового сприйняття, хибних уявлень, узагальнень та інших порушень мислення. Наприклад, страх і тривога можуть бути результатами хибного перенесення цих почуттів з минулої травмуючої ситуації на інші, які насправді є безпечними, не таять у собі жодної загрози для індивіда.

У сучасній психології **когнітивний напрям репрезентують:**

1. *Раціонально-емотивна терапія (РЕТ)* американського психолога Альберта Елліса (нар. 1913). Відповідно до цієї концепції джерелом психологічних порушень є система засвоєних у дитинстві від значущих дорослих індивідуальних ірраціональних уявлень, спрямованих на те, щоб подобатися їм. Запропонована А. Еллісом абеткова теорія особистості (А — В — С — D-теорія) може використовуватися клієнтом для самокорекції. Застосування її дає змогу фіксувати етапи процесу формування розумового висновку людини у відповідь на певну подію, яка сприяє досягненню мети або блокує його. Такими етапами є:

А (action) - активізуюча подія;

В (belief) - думка про подію;

С (consequence) - наслідок події (емоційний або поведінковий);

D (disputing) - подальша реакція на подію внаслідок мисленневого перероблення (дискутування раціональних та ірраціональних установок);

Е (effect) - завершальний ціннісний розумовий висновок (конструктивний або деструктивний).

Деструктивний розумовий висновок може сформуватися внаслідок перемоги ірраціональних переконань на етапі мисленневого перероблення. Такі ірраціональні переконання А. Елліс поділяв на первинні жорсткі примусові переконання, їхні похідні, а також вторинні примусові установки. Цей розподіл відображає здатність мислення під тиском жорстких переконань породжувати їм подібні, що змушує людину ще більше порушувати власну рівновагу. Типовим прикладом такого патологічного нагнітання тривоги є думки: «Я мушу досягти успіху і схвалення іншими

всіх моїх дій...», «Якщо я цього не зможу досягти, це буде жахливо...», «Я цього не витримаю...», «Я нікчема...», «Так буде зі мною завжди...», «Я не повинен так себе почувати — це жахливо, я винен в цьому», «Тепер я тривожуся ще більше...». Це свідчить про те, що люди часто хвилюються з приводу своєї тривоги, відчувають депресію у зв'язку з депресією, почуття провини через почуття провини. «Елегантна мета» терапії, за А. Еллісом, полягає не лише у ліквідації симптомів, а й у значному зниженні здатності особистості порушувати власну **рівновагу**.

2. *Когнітивна терапія американського психіатра Аарона Бека* спрямована на лікування когнітивних розладів – емоційних порушень, переважно депресій. Типовими когнітивними помилками, що спричиняють когнітивну вразливість людей, А. Бек вважав необґрунтовані, неадекватні реальності довірливі висновки; вибіркочну абстракцію (зосередження на деталях поза контекстом); супер-генералізацію (виведення загального правила з окремих випадків); дихотомічне мислення (мислення за принципом чорне-біле; «читання думок» та інше).

3. *Реальнісна терапія американського психолога Вільяма Глассера* ґрунтується на переконанні, що людина обумовлює свою поведінку власними рішеннями, тобто є самодетермінуючою істотою. Вона сама обирає позицію (жертви або діяча), свій світ і поведінку. В цій теорії акцентується на особистій відповідальності людини за своє життя, позитивну особисту спрямованість, що є важливою умовою її психічного здоров'я. Саме така позиція людини під час професійної соціалізації є досить важливою для досягнення успіхів і перетворення свого життя. Головною метою реальнісної Глассер визначав – це допомогти особистості стати розсудливим, емоційно стабільним, досягти особистої незалежності, підвищити рівень самосвідомості розробити план особистого вдосконалення.

*Когнітивно-біхевіористський підхід* у професійній соціалізації – (лат. *cognitio*- пізнання, англ. *behaviour* – поведінка) – передбачає успіх професійної соціалізації залежить від особливостей мислення, установок особистості, які спрямовують її дії, а також набуття людиною адекватним соціальним умовам навичок поведінки.

**3. Гуманістична модель в професійній соціалізації** ґрунтується на ідеях гуманістичної психології, яка розглядає людину як унікальну, самодостатню, самоцінну і самодетерміновану систему, орієнтує на цілісне вивчення людини. Гуманістична модель спрямована на пробудження резервів особистості людини, її сил, добра, психічного здоров'я і бажання самоудосконалюватися. За словами Р. Родженса, який був одним із засновників даної моделі, кожна людина здатна до самоудосконалення, кожен індивід існує у світі досвіду, що постійно змінюється. Тому тільки сама людина може найкраще орієнтуватися у власному досвіді, використовувати його для розвитку. Гуманістична психологія загалом

спрямована на дослідження здорової особистості, якою може бути кожна людина, якщо матиме належні умови для свого життя і буде вбережена від тиску несприятливих зовнішніх обставин і переживання складних внутрішніх проблем та виступає за створення соціальних умов, які б найповніше відповідали природі, призначенню людини, особливостям її буття.

Саме творчому началу, самоактуалізації особистості як важливої передумови єднання людини із соціумом особливого значення надавав психолог А. Маслоу. Основною потребою (вершиною потреб) людини, на його погляд, є прагнення до самоактуалізації, тобто цілковитого використання талантів, здібностей, можливостей, вибору рішення на користь розвитку кожної можливості.

Суттєва збагатили гуманістичну психологію думки американського психолога Ф. Перлза, який обґрунтував концепцію гештальттерапії (нім. Gestalt – цілісна форма, структура). Понятійним і концептуальним ядром гештальтпсихології – цілісний образ людини, конфігурація її відносин зі світом, її світосприймання. Основними типами порушення взаємозв'язку між людиною і соціумом є: **інтроекція** (цілковите поглинання зовнішніх впливів без їх усвідомлення); **проекція** (перенесення частини себе, яка не приймається, на інший об'єкт); **злиття** (нерозрізнення себе із зовнішнім об'єктом); **ретрофлексія** (спрямування на себе імпульсів, адресованих іншим). Метою гештальт терапії є зупинення постійної потреби особистості в підтримці від суспільного оточення, актуалізація його особистісних сил, налагодження його самодостатнього життя.

**Екзистенційна модель** (від лат. existentia – існування) професійної соціалізації передбачає допомогу у розкритті й усуненні страху перед усвідомленням кінцевих даностей існування, а також у встановленні контролю над власним життям, подоланні екзистенційних тривог шляхом налагодження близьких стосунків, пошуку сенсу життя.

Представники екзистенціалізму вважають, що пересічна людина мислить не абстрактно, системно, а екзистенційно – через своє буття. Основна ідея даного підходу є те, що кожна людина повинна знайти мету та сенс свого буття, що є важливим компонентом у процесі професійної соціалізації людей, особливо, якщо пережито психотравмуючі ситуації (втрата близької людини, насильство, набута інвалідність тощо).

**4. Соціологічні моделі** професійної соціалізації передбачають організацію процесу входження у професію на основі реконструкції соціальної поведінки особистості, яка є частиною групи чи організації, живе в певному суспільстві, постійно зазнає його впливів, проблеми якої зумовлені саме належністю до груп, інститутів, культури або їх відсутністю. Найпоширенішими підходами у реалізації соціологічних моделей є системний, екологічний, рольовий і радикальний.

**Системна модель професійної соціалізації** ґрунтується на ідеї, що професійне становлення людини залежить від систем, які її оточують: сім'я, група товаришів, регіон, в якому мешкає людина освіта, економіка, політика тощо.

Система – це сукупність елементів, між якими є зв'язок і взаємодія. Основою системної моделі у професійній соціалізації послугувала загальна теорія систем, запропонована австрійським біологом і натурфілософом Людвігом фон Берталанфі, який на біологічному матеріалі доводив, що всі організми - це системи, утворені з підсистем, і водночас складові надсистеми. У процесі професійної соціалізації важливим є правильне встановлення фокусної системи особистості, тобто детальна характеристика основних соціальних інститутів, в яких функціонує певна особистість, її оточення та ціннісної системи орієнтацій. Організуючи професійну соціалізацію, слід враховувати, що особистість функціонує у різних системах (освітній, економічній, політичній, релігійній, сімейній тощо), які знаходяться у тісному взаємозв'язку. Тому уповільнення соціального функціонування особистості в одній системі призводить до зниження активності в іншій, так званий «ефект доміно». Такий системний процес має назву реверберація (від лат. reverbero – відбиваю, відкидаю) – повільне зниження рівня соціального функціонування особистості.

**Екологічна модель професійної соціалізації** базується на системі знань з екології людини (соціальної екології) – наука, яка виявляє закони і закономірності взаємодії суспільства і навколишнього середовища (**природи**). Зародження ідей соціальної екології почалося ще на початку ХХ ст. у США з виходом у світ праць Роберта Езра Парка, Ернеста Берджесса та Родеріка Маккензі «Місто», та «Екологія людини», які розкривають особливості соціального конструювання міста, його інфраструктури. Екологічна теорія наголошує на цінності довкілля у всіх його вимірах, взаємозв'язках і взаємообмінів. При цьому людина своєю діяльністю змінює оточення, а довкілля своїми впливами змінює людей, що є свідченням взаємне пристосування.

**Екологічна модель професійної соціалізації** – це професійне функціонування на основі взаємодії людини з навколишнім середовищем (природним) і як результат відбувається формування екологічного світогляду особистості.

Безпосередньо практична реалізація зазначеної моделі може ґрунтуватися на різних концепціях – **концепції життєвого стресу, концепції протистояння, концепції ніші та ареалу, концепції родинності та життєвих навичок.**

**Концепція життєвого стресу** передбачає, що для людини протягом життя довкілля може мати позитивне і негативне значення. Стрес передбачає неспецифічну реакцію організму у відповідь на сильний

подразник зовні, який перевищує норму, а також відповідну реакцію нервової системи. Позитивними аспектами стресового стану є те, що відбувається мобілізація внутрішніх сил людини, що веде до зміни поведінки та удосконалення особистості.

*Концепція протистояння* акцентує увагу на здатності людини долати негативні наслідки змін чи стресів або протистояти ним. Протистояння сприяє розв'язанню проблем та управлінню емоціями, що потребує мобілізації внутрішніх ресурсів клієнта. Успішне протистояння можливе за умови розвиненості відповідних навичок, тоді як низький рівень сформованості внутрішніх і зовнішніх ресурсів є передумовою недостатнього протистояння і як наслідок – виникнення стресів та фізичних хвороб. Тому використовуючи концепцію протистояння у соціалізації, слід особливої уваги звернути на життєвий потенціал особистості, наскільки і в якій мірі вона здатна змінюватися.

*Концепції життєвої ніші та ареалу* передбачає наявність певних фізичних і соціальних умов для виживання людини – облаштованості житла, міста, села, зайнятості, матеріальний добробут, які підтримують здоров'я і соціальну діяльність. У професійній соціалізації це умови праці – чи сприяють ефективності виконанню різних функцій. Однак деякі роботодавці не мають змоги і бажання створити відповідні умови, а деякі особистості і не знають на що вони мають право. Прикладом можуть слугувати неофіційна робота, без працевлаштування.

*Концепція родинності* заснована на необхідності підтримуючої системи, яку утворюють родичі, друзі, сусіди, колеги по роботі. Людина, яка має таку систему соціальної підтримки, легше справляється з фізичними, емоційними, соціальними порушеннями. Тому професійна соціалізація залежить від того як підтримує особистість близьке оточення. Дієвими методами в рамках даної концепції є метод екомапи та метод генеалогічне дерево (*генеограма*).

*Екомапа* – графічна схема (діаграма) стосунків у родині, яка відображає взаємовпливи між клієнтом і людьми, з якими він пов'язаний, соціальними інституціями, оточенням. Інформація екомапи характеризує стать і вік, композицію сім'ї, сімейний статус, структуру сім'ї, склад домогосподарства, ситуацію з роботою, використання ресурсів громади, соціальну активність та інтереси формальні асоціації, джерела підтримки і стресу в соціальних взаємодіях між людьми, системами громади. Автором ідеї використання екомапи в соціальній роботі є американська професорка соціальної роботи Ен Гартман, яка представила її у книзі «Набуття сім'ї: Екологічний підхід до оцінювання сім'ї при усиновленні».

Суть концепції навичок полягає у тому, що для повного функціонування людини у суспільстві необхідні відповідні уміння і навички, що є передумовою її самодостатності. Самоудосконалення людини відбувається протягом всього життя і головним є вчасно



відреагувати на соціальні зміни та відповідати вимогам сучасного суспільства. Причиною порушення соціального функціонування є невчасна сформованість відповідних соціально значущих умінь або взагалі їх відсутність. Наприклад, сучасна молодь характеризується процесами деструктивного спілкування, відкоригувавши стилі спілкування, навчивши висловлювати власну думку, можна досягти успіхів у соціумі, для людей похилого віку характерна проблема не вміння користуватися комп'ютерними технологіями, але якщо допомогти їм набутися певних навичок, це дасть змогу більш повноцінного соціального функціонування.

Також до соціологічних моделей соціальної роботи належить **теорія ролей**, що розглядає суспільство як систему взаємопов'язаних змінних, а потреби особистості – змінними соціальної системи. Становлення і розвиток теорії соціальних ролей пов'язані з науковою діяльністю американських соціологів Толкота Парсонса і Роберта Мертона. Вона виходить з припущення, що люди займають певні позиції в соціальних структурах, виконуючи у них певні ролі. **Ролі** – типові очікування або поведінка, асоційовані з позиціями особистості в соціальних структурах. Ролі класифікуються за різними критеріями. **За способом їх набуття виділяють:** приписані – пов'язані зі статтю, расою, вродженою чи набутою інвалідністю; досягнуті – пов'язані з діяльністю та досягненнями; біологічні – мати, батько, донька, син; свідомо обрані – студент, волонтер, подруга, дружина. За критерієм функціональності – формальні - батько, діти, тітка; неформальні – послідовник, веселун, контролер. Роль складається з певних взаємопов'язаних компонентів, які утворюють концепцію ролі: рольові уявлення (уявлення людини про свою роль відповідно ситуації); рольові очікування (чого саме очікують від поведінки певної особи); виконання ролі (реальна поведінка особи). Протягом життя кожній людині притаманний набір ролей. Основою професійної соціалізації є компліментарність ролей, тобто їх доповнюваність. Якщо людині доводиться балансувати між різними обов'язками з'являється напруженість ролей, що призводить до міжрольового конфлікту. Послабленню рольових конфліктів сприяє відокремлення однієї ролі від іншої, тобто виконання ролей лише ситуації, яка її потребує. Також можливим є відмовитись від певних ролей, виходячи із їх важливості та ієрархії потреб людини. Важливим є бачення ролі з позиції символічного **інтераакціонізму**. Відповідно до цієї теорії формування соціальних ролей відбувається під впливом соціальних очікувань та ефекту стигматизації. **Стигма** (грец. stigma – тавро) – дискримінація індивіда через приписування йому соціально негативних рис, характеристик, які сприймаються в певному середовищі як принизливі, причиняють негативні суб'єктивні переживання. Стигми можуть бути пов'язані не лише з фізичними деформаціями людського тіла, психічними розладами, тюремними ув'язненнями, залежністю від психотропних речовин,

гмосексуальністю, а і другорядністю та нерівноправністю позиції учня у порівнянні з учителем. У деяких педагогічних колективах роль учня наділяється такими рисами як менш розумний ніж учитель, недисциплінований, не маючий права на власну точку зору. У людини, до якої утвердилось певне ставлення у суспільстві, адекватно до цього ставлення змінюється її внутрішні почуття та поведінка.

**Соціально-радикальний підхід** у професійній соціалізації особистості вбачає у дисбалансі влади, структурних елементів суспільства, у функціонуванні колективу, а не психологічні якості особистості. Головні ідеї радикальної моделі соціалізації походять від марксизму, характерною ознакою якого є розрив із соціально-політичною традицією, використання рішучих методів розв'язання проблем, зосередження зусиль на вдосконаленні соціального законодавства, орієнтація на централізоване управління. Відповідно до марксистської парадигми основна увага у соціалізації зосереджується на зміні умов колективного буття, колективістських орієнтацій особистості. При цьому велику роль відіграють особистісні, соціальні якості, соціальне становище людини, її належність до певної соціально-класової групи. Основним чинником успішного соціального функціонування особистості виступає організація спільних колективних дій, спрямованих на розвиток самосвідомості клієнта, позитивні зміни в суспільстві. Радикальний підхід до соціальної роботи спрямований на вивчення проблем, які переживають люди, в широкому контексті структурної нерівності, бідності, неадекватному побуті, дискримінації та пригніченні. Соціалізація передбачає політичну активність, боротьбу за гуманізацію оточення, в якому перебуває особистість, поглиблення обізнаності особи щодо її прав і свобод, підтримка людини у її захисті; допомога у створенні організацій, приєднанні до існуючих, заохочення до колективної діяльності, сприяння в доступі до ресурсів. Основними організаційними формами реалізації радикального підходу є групи самопомоги, навчальні групи, гуртки, клуби, товариства.

### **5. Комплексні моделі.**

Особливо поширеними у професійній соціалізації є комплексні моделі, які ґрунтуються на наукових поняттях і концепціях з різних галузей знань (психології, педагогіки, соціології, медицини) і є синтезом різноманітних теорій і підходів. До комплексних моделей належать кризове втручання, зосереджена на завданні, сімейна терапія, психосоціальна терапія та соціально-педагогічна модель.

Основою кризового втручання, яке використовують за необхідності подолання глибокої психологічної кризи, є обґрунтовані у 60- роки ХХ століття американським психологом і психіатром Джеральдом Капланом техніки превентивної психіатрії, що спрямовані на запобігання психічним хворобам у людей, які перенесли важкі втрати. Згодом Наомі Голан

вивчала матеріально – організаційні заходи психологічної роботи з подолання кризової ситуації. Суть такої роботи полягала в тому, що впродовж восьми зустрічей консультант повинен зуміти скоригувати сприйняття клієнта і сформувавати з ним нову модель його поведінки. Кризове втручання ґрунтується на таких теоретичних основах: індивід неминуче переживає періоди посилення внутрішнього і зовнішнього стресу, що порушує нормальний життєвий цикл і гармонійну взаємодію з довкіллям; у спробах знову досягти рівноваги людина долає декілька стадій (первинне зростання напруги, що стимулює звичні способи розв’язання проблем; подальше посилення напруги, якщо звичні способи подолання проблем були безрезультатними; значне посилення напруги, що вимагає мобілізації внутрішніх і зовнішніх ресурсів особистості, використання нестандартних резервних способів подолання проблем; підвищення напруги до крайніх меж, що є наслідком попередніх невдач); будь-який каталізуючий чинник на межі найвищого напруження може підштовхнути індивіда в стан активної кризи, яка супроводжується дезорганізацією і припиненням опору кризогенним силам.

Кризове втручання, як зазначає український науковець І. Трубавіна може бути доцільним у таких гострих і хронічних ситуаціях: відсутність важливих взаємостосунків ( безпритульність, жебракування, жорстокість у сім’ї, втрата близької людини тощо); неможливість діяльності у значущій для людини сфері вимушена міграція, втрата дієздатності, змоги займатися улюбленою працею тощо).

Найпоширенішими методами кризового втручання є кризове консультування й інтенсивна опіка. Кризове консультування – консультування, спрямоване на полегшення вираження афекту, налагодження спілкування, досягнення розуміння особистістю її проблеми і відчуттів, підвищення самооцінки, переорієнтація особистості на вирішення нагальної **проблеми**. Можливе використання технік вербалізації емоційних станів, програвання взаємних ролей, порада, методику опосередкованого спілкування, сімейне обговорення, техніку формування навичок і вмій. **Інтенсивна опіка** – стратегія втручання, яка передбачає перенесення відповідальності за стан особистості на професіоналів, які здійснюють організацію розв’язання проблем, вилучення людини із стресогенного **оточення**. Основне завдання полягає у відновленні зв’язків людини, яка перебуває в кризі, із соціальними системами.

Зосереджена на завданні модель соціалізації пов’язана з діяльністю американських дослідників В. Рейда, Е. Шайн, Л. Епштейн, центром уваги яких було короткострокове сплановане втручання, спрямоване на розв’язання конкретного завдання, а також сфокусована на завданні системна модель практики, мета якої надання допомоги людям із життєвими негараздами.

Зосереджена на завданні модель соціалізації розглядає процес професійної соціалізації як комплексний процес, основою якого є чітка послідовність процедур діагностування проблеми, роботи над її подоланням. Основними етапами зазначеної моделі є вивчення проблеми, узгодження мети і часових меж роботи, виконання завдання.

Наступною комплексною моделлю соціалізації є сімейна терапія, яка сформувалася на початку 50-х років ХХ ст. Сімейна терапія – підхід, заснований на переконанні, що пояснення і розв’язання проблем людини залежить від розуміння її взаємовідносин із значущими іншими у її минулому і сьогоденні. Цей підхід передбачає професійну соціалізацію з використанням виховного потенціалу внутрісімейного середовища.

Соціально-педагогічна модель соціалізації розглядає процес професійної соціалізації через призму поняття «адаптація» у результаті дії соціально-психологічних, інституціональних та групи соціально - педагогічних механізмів. Соціально-педагогічна модель фокусується на ідеї, що формування фахівця здійснюється через систему соціальних інститутів, що коригують формування соціальних якостей особистості відповідно до суспільно значущих цінностей, обмежують або активізують виховний вплив конкретних соціальних факторів.

Більш детально розглянемо:

1) Психоаналітична або "особистого контролю" З. Фрейда.

Головна ідея – визнання людей від народження, асоціальними внаслідок вроджених агресивних інстинктів, тому соціалізація має конфліктний характер і вимагає не тільки особистого, а й суспільного контролю.

Ця модель залишає мало можливостей для педагогічного впливу, більше орієнтується на соціальні санкції.

2) Досить розповсюджена модель "соціального наuczіння". Заснована на відомій формулі "стимул-реакція", ця модель під соціалізацією розуміє "модефікацію" людської поведінки шляхом "дозування" стимулів, тобто пропорцій покарань і заохочень для отримання бажаного результату.

3) Модель "міжособового спілкування" в якому соціалізація охоплює процес і результат групового впливу на людину.

Інтерес для організації навчально-виховного процесу має положення Дт. Міда про 3 стадії соціалізації.

I стадія – діти копіюють поведінку дорослих, не завжди розуміючи її;

II стадія – (рольові ігри), виконуючи в іграх дорослі ролі, приміряючи їх на себе, вчаться надавати своїм думкам і діям теж значення, що й дорослі.

III стадія – (колективні ігри) дитина до розуміння чикання окремих людей додає групове чикання.

Акцент на розвитку інтелекту, на важливості оволодіння мовою в процесі соціалізації дозволяє віднести до прихильників цієї моделі

представників психологічної школи Л.С.Виготського. Він розглядає проблему соціалізації у зв'язку з формуванням особистості в процесі взаємодії і взаємовпливу соціальних груп, колективів і особистості.

4) "Когнитивна" модель соціалізації (Ж.Піаже, Л.Кольберг, А.Маслоу та ін.) побудована на ідеї про те, що поведінка людини детермінована її знаннями, сукупність яких створює у свідомості образ (картину) навколишнього світу. Саме ця картина світу керує поведінкою людей, а не сама реальність. Головним аспектом соціалізації виступає процес навчання мисленню, розвитку пізнавальних, моральних, емоційних структур особистості.

Ця модель безпосередньо пов'язана з освітою завдяки якій створюється адекватна чи неадекватна картина світу.

5) Модель "інкультурації" (Ф.Боас, В.Маліновський тощо).

Соціалізація в ній розглядається як процес передачі культурних надбань. Дитина приймає участь як пасивний споживач.

Залежно від віку індивіда виділяють три основних етапи соціалізації:

1. Первинна соціалізація (дитини);
2. Маргінальна (проміжна чи псевдостійка) соціалізація підлітків;
3. Сстійка (концептуальна) цілісна соціалізація (перехід від юності до зрілості від 17-18 до 23-25 років).

Виділяють "критичні періоди", що особливо важливі для соціалізації. для первинної соціалізації – перші 2-3 роки і вступ до школи; для маргінальної – перетворення дитини в підлітка; для стійкої – початок самостійного життя.

Еволюційна теорія соціалізації (стадії людського розвитку).

I стадія – період немовлят. Немовля на основі піклування і комфорту з перших днів пізнає, в якій мірі може розраховувати на задоволення основних потреб: їжа, ласка тощо. Про подолання кризи можна говорити, якщо дитина не плаче і не сердиться, коли дорослі піклуються про неї.

II стадія – 1-2 роки. Основна проблема – автономія або сором і сумнів.

III стадія – від 3 до 5 років. Основна проблема – ініціатива або відчуття провини. Це період розвитку рухової активності, зацікавленості і уявлення.

IV стадія – молодший шкільний вік. Основна проблема – охайність, старання або нехлюйство. Головне завдання – набуття впевненості у собі, своїх здібностях, їх усвідомленні і розвитку.

V стадія – підліток-юнак. Основна проблема – становлення індивідуальності. Пошук свого місця в житті.

VI стадія – молоді роки. Основна проблема – інтимність чи самотність.

VII стадія – середній вік. Основна проблема – творча продуктивність чи застої.

VIII стадія – старість. Основна проблема – заспокоєння чи відчай.



### Питання для дискусій та самоконтролю

1. Охарактеризуйте психоаналітичну модель соціалізації.
2. Розкрийте основну сутність моделі інкультурації.
3. Проаналізуйте сутність еволюційної теорії соціалізації.
4. Охарактеризуйте концепції життєвої ніші та ареалу.
5. Охарактеризуйте концепції родинності

## ТЕМА 5

### Механізми соціалізації

**Мета:** сформувати знання про психологічні та соціально-педагогічні механізми соціалізації.

**Основні поняття і терміни:** імпринтинг, наслідування, ідентифікація, інтеріорізація, екстеріорізація, рефлексія, міжособистісний вплив, традиційний механізм, інституціональний механізм, стилізований механізм, соціальне виховання, соціальний захист, соціальне забезпечення.

### План

1. Соціально-психологічні механізми соціалізації.
2. Соціально-педагогічні механізми соціалізації.
3. Чинники професійної соціалізації

### Література:

1. Синчук С.М., Бурак В.Я. Право соціального забезпечення України: Навч. посібник. - К.: Т-во "Знання", КОО, 2003.
2. Скуратівський ВА., Палій О.М. Основи соціальної політики: Навчальний посібник. - К.: МАУП, 2002.
3. Лавриченко Н.М. Педагогіка соціалізації: європейські абрисы. К., 2000.

**1. Соціально-психологічні механізми соціалізації.** До соціально-психологічних механізмів соціалізації належать: **імпринтинг** фіксування людиною на рецепторному та підсвідомому рівні особливостей об'єктів, що на неї впливають; **наслідування** -копіювання людиною певних зразків поведінки та діяльності інших; **ідентифікація** ототожнення людиною себе

з іншими людьми, групою, спільнотою; **рефлексія** оцінка особистістю різних проявів свого "Я"; **інтеріоризація** процес перетворення зовнішніх, реальних операцій соціальної діяльності у внутрішні, ідеальні; **екстеріоризація** процес переходу від внутрішньої, психічної діяльності до зовнішньої, практичної.

**2. Соціально-педагогічні механізми соціалізації:** традиційний засвоєння людиною норм, зразків поведінки, поглядів, стереотипів, які притаманні їй найближчому оточенню (сім'я, сусіди, родичі, друзі); **інституціональний функціонує** в процесі взаємодії людини з інститутами суспільства та різноманітними організаціями, а також засобами масової інформації. У процесі такої взаємодії особистість набуває знань та досвіду соціально схвалюваної поведінки та конфліктного чи безконфліктного дотримання певних соціальних норм; **стилізований** діє в межах окремої субкультури, як комплекс певних цінностей та особливостей поведінки, притаманний для людей певного віку, професії, національної чи соціальної групи, що в цілому впливає на стиль життя та мислення особистості; **міжособистісний** -функціонує в процесі взаємодії людини з авторитетними для неї особистостями.

### **3. Чинники професійної соціалізації.**

**Соціальне середовище:** 1) складне багаторівневе утворення, конкретний прояв суспільних стосунків, що мають місце в суспільстві, у якому живе та розвивається особистість; 2) сукупність соціальних умов життєдіяльності людини (сфери суспільного життя, соціальні інститути, соціальні групи), які впливають на її свідомість та поведінку.

Наявність соціального середовища необхідна та обов'язкова умова соціалізації особистості. Воно охоплює людину від моменту її народження і впливає на неї аж до смерті. Саме соціальне середовище, зокрема його сфери: політична, соціальна, духовна формують певні очікування щодо поведінки особистості. Ці очікування відповідні соціальні інститути перетворюють на цілі, завдання, зміст соціального виховання.

Соціальне середовище існує завдяки численним взаєминам його членів та соціальних інститутів. Чим більша та різноманітніша палітра складників соціального середовища, тим інтенсивніший його розвиток та різноманітніші умови життєдіяльності особистості.

У структурі соціального середовища виділяють макро та мікро-рівні. Макрорівень соціального середовища це система соціальних відносин у суспільстві. До його структури та змісту належить сукупність багатьох факторів, зокрема економічних, правових, ідеологічних, культурних, політичних тощо. Вони впливають на індивідів як безпосередньо через закони, соціальну політику, цінності, норми, засоби масової інформації, так і опосередковано через вплив на малі групи, до яких належить індивід.

Мікрорівень соціального середовища це конкретні умови життя особистості (сім'я, сусідство) та умови в середовищі найближчого оточення (вулиця, тип поселення, навчальний або трудовий колектив, громадські організації, формальні та неформальні об'єднання).

Окрім цієї класифікації, виокремлюють види соціального середовища за принципом місцезнаходження групи у структурі суспільних відносин. На підставі цього говорять про робітниче, студентське, шкільне соціальне середовище тощо. Конкретне соціальне середовище в соціально-психологічному плані це сукупність стосунків особистості з певною групою.

Соціальне середовище як сукупність соціальних умов виховання безпосередньо впливає на механізми його регулювання. Зміни в соціально-педагогічному процесі обов'язково зумовлені реформаціями у структурі та функціонуванні соціального середовища.

**Соціальне виховання** процес забезпечення в суспільстві умов та заходів, спрямованих на оволодіння і засвоєння підростаючим поколінням загальнолюдських і спеціальних знань, соціального досвіду з метою формування в нього соціально-позитивних ціннісних орієнтацій.

Об'єктом соціального виховання є система соціальних взаємодій людини в зоні її найближчого оточення, а предметом педагогічний вплив соціальних інститутів на процес соціального становлення особистості.

Соціальне виховання здійснюється у процесі взаємодії особистості в різних відносно автономних сферах життєдіяльності: освіта, організація соціального досвіду людини, індивідуальна допомога їй. Освіта включає в себе систематичне навчання та самоосвіту. Організація соціального досвіду здійснюється завдяки участі дитини у різних формалізованих та неформалізованих об'єднаннях (клас, гурток, дворова компанія однолітків, сусідство, референтна група тощо). Індивідуальна допомога це свідома спроба інших осіб (батьків, вчителів, близьких, друзів тощо) допомогти дитині набути певних знань, навичок для задоволення власних потреб та потреб інших людей; в усвідомленні дитиною своїх цінностей та можливостей; в розвитку самосвідомості та самоствердженні, почутті належності до певної групи та соціуму.

Соціальне виховання забезпечується суспільством та державою в організаціях, що спеціально створюються для його здійснення (школа, мережа позашкільних закладів, дитячі та молодіжні організації), а також в тих, де виховання не є провідною функцією (армія, виробництво, громадські об'єднання). Роль держави в організації соціального виховання полягає в тому, що вона не тільки створює його інфраструктуру, але в першу чергу формулює завдання соціального виховання, закріплені в державних програмах та документах (Державна національна програма "Освіта"), і визначає його структуру та зміст. Провідним завданням



соціального виховання в кожному суспільстві є створення оптимальних умов для найбільш повноцінного розвитку особистості.

Основними функціями соціального виховання є: культурологічна (формування особистої культури індивіда), соціалізаційна (координація та керування шляхом виховання спрямованістю перебігу процесу соціалізації), адаптаційна (навчання ефективним моделям освоєння індивідом нових життєвих ситуацій), ціннісноутворююча (закріплення в поведінці індивіда соціально визнаних норм), інтегративна (акумуляція всіх виховних впливів соціального середовища).

**Масова комунікація** – це процес розповсюдження соціальної інформації за допомогою технічних засобів (друк, радіо, телебачення, кіно та відеотехніка), це особливий вид соціального спілкування, що здійснюється в масштабах суспільства і є важливою передумовою суспільного розвитку та організації.

Розповсюдження інформації за допомогою масової комунікації є засобом політичного, економічного та інших впливів на свідомість (мислення) та діяльність (поведінку) людей.

Розповсюдження інформації, її ритм і масштаби визначаються характером розвитку та функціонування тієї чи іншої соціальної системи.

Рівень розвитку та технічного облаштування засобів масової комунікації залежить від рівня науково-технічного розвитку суспільства і має конкретно визначений характер на кожному історичному етапі розвитку суспільства. Завдяки засобам масової інформації люди отримують доступ до культури різних народів, підвищують свій загальнокультурний рівень і рівень загальної інформованості.

Люди, що складають аудиторію масової комунікації, розглядаються як особистості, котрі „включаються” у мережу реальних суспільних відносин завдяки функціонуванню технічних засобів. Масова комунікація дозволяє встановлювати та підтримувати зв'язки з більш широким соціальним середовищем. Вона не може здійснюватися, якщо люди не мають спільних соціальних почуттів, спільного соціального досвіду. Саме цей досвід у своєму інтегративному вигляді залучає людей до процесів спілкування за допомогою засобів масової комунікації.

**Соціальні послуги** дії державних або неурядових організацій, спрямовані на задоволення потреб і забезпечення прав, вирішення проблем або подолання складних життєвих обставин окремих осіб чи соціальних груп. У ст. 5 Закону України „Про соціальні послуги” (2003 р.) виокремлено соціально-побутові, психологічні, соціально-педагогічні, соціально-медичні, соціально-економічні, юридичні, інформаційні, просвітницькі, рекламно-пропагандистські послуги та послуги з працевлаштування.

*Соціально-побутові послуги* забезпечення продуктами харчування, м'яким і твердим інвентарем, транспортом, засобами малої механізації,

здійснення патронажу, придбання медикаментів, допомога в самообслуговуванні тощо.

Різновидами *педагогічних послуг* є освітні та розвиваючі. Освітні послуги можуть надаватися у формі індивідуальних і групових занять, навчальних курсів, семінарів, відеолекторіїв, соціально-психологічних тренінгів, просвітницьких бесід, майстер-класів тощо. Розвиваючими послугами можна вважати заняття в гуртках художньо-естетичного, спортивного, технічного спрямування, участь у культурологічних заходах, ігротеках тощо. Педагогічні послуги надають у загальноосвітніх закладах, центрах соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, позашкільних закладах та закладах соціального спрямування, підліткових клубах за місцем проживання, неурядових організаціях тощо.

*Психологічні послуги* спрямовані на формування в особистості впевненості та мотивації щодо подолання складних життєвих ситуацій, розвиток навичок самовдосконалення, зміну у свідомості людини уявлення про безвихідь її становища, відновлення психологічних сил організму. Різновидом цих послуг є діагностичні та корекційні. Психологічні послуги можуть надавати у формі консультацій, психологічної діагностики, психокорекційних занять, психологічних тренінгів, зустрічей груп самодопомоги, консультування „телефоном довіри" тощо.

Приклад *медико-оздоровчих послуг* консультації спеціалістів; заняття з різних видів спорту та фізичної культури (аеробіки, шейпінгу тощо); організація та проведення туристичних маршрутів; оздоровчі програми для дітей; оздоровлення дітей у санаторіях, пансіонатах, таборах відпочинку; оздоровчі процедури (масаж, фізіотерапія, рефлексотерапія, фітотерапія, лікувальна гімнастика) тощо. Переважно оздоровчі послуги надають у загальноосвітніх закладах, спортивних клубах, центрах, клубах за місцем проживання. Медичні у реабілітаційних центрах, медичних установах, центрах репродуктивного здоров'я, дружніх клініках для молоді тощо.

*Інформаційно-довідкові послуги* надають у формі індивідуальних чи групових консультацій; консультування телефоном; шляхом забезпечення людей рекламно-інформаційною продукцією (буклети, пам'ятки, брошури, журнали тощо), розміщення інформації в Інтернеті тощо.

Надання соціальних послуг ґрунтується на принципах: адресності та індивідуального підходу; доступності та відкритості; добровільності вибору отримання чи відмови від надання соціальних послуг; гуманності; максимальної ефективності використання бюджетних та позабюджетних коштів суб'єктами, що надають соціальні послуги; законності; соціальної справедливості; забезпечення конфіденційності суб'єктами, які надають послуги; дотримання ними стандартів якості, відповідальності за дотримання етичних і правових норм.

Суб'єкти, що надають соціальні послуги, мають здійснювати свою діяльність на професійній основі. Професійна діяльність з надання

соціальних послуг спрямована на задоволення потреб та забезпечення прав, вирішення проблем або подолання складних життєвих обставин окремих осіб чи соціальних груп згідно з визначеними вимогами до соціальних послуг. Така діяльність передбачає, що послуги надаються спеціалістами, які мають необхідний рівень професійної компетентності (знання, уміння, навички), підтверджений відповідними документами про освіту та кваліфікацію фахівців.

Соціальні послуги можуть надаватися як за плату, так і безоплатно. Безоплатні соціальні послуги державними та комунальними суб'єктами в обсягах, визначених державними стандартами соціального обслуговування, надають: громадянам, які не здатні до само-обслуговування у зв'язку з похилим віком, хворобою, інвалідністю та не мають рідних, які повинні забезпечити їм догляд і допомогу; громадянам, які знаходяться в складній життєвій ситуації у зв'язку з безробіттям і зареєстровані в державній службі зайнятості як такі, що шукають роботу; жертвам стихії, катастроф, біженцям внаслідок збройних та міжетнічних конфліктів, якщо середньомісячний сукупний дохід цих осіб нижче встановленого прожиткового мінімуму; дітям та молоді, які знаходяться в складній життєвій ситуації у зв'язку з інвалідністю, хворобою, сирітством, безпритульністю, малозабезпеченістю, конфліктами та жорстоким ставленням у сім'ї. За тривалістю дії соціальні послуги поділяються на:

**постійні** (всі види соціального страхування; послуги, гарантовані діяльністю соціальних служб різного типу);

**тимчасові** (пов'язані з необхідністю отримання важливої для особистості інформації, консультації чи організації її життєдіяльності в певний період).

Аналіз соціально-економічних процесів, що відбуваються в усіх розвинутих країнах, переконливо свідчить про необхідність проведення спеціальних законодавчих та організаційних заходів по соціальному захисту і підтримці населення.

Термін «**соціальний захист**» (чи "соціальна безпека") з'явився у США у 1935 р. В Україні це поняття почало широко вживатися тільки на етапі переходу до ринку, хоча у тій чи іншій формі соціальний захист завжди був притаманний суспільству. Формування сучасних систем соціального захисту у світі було пов'язане з усвідомленням необхідності створення соціальних амортизаторів ринкових ризиків.

**У світі склались в основному дві моделі соціального захисту:**

- 1) модель соціал-демократичної орієнтації із значною роллю держави в усупільненні доходів і суттєвим значенням загальнонаціональних соціальних механізмів управління;
- 2) неоліберальна - з меншим ступенем державного втручання в соціально-економічні процеси.

**Соціальний захист** слід розглядати як систему законодавчих, економічних, соціально-психологічних гарантій, яка створює працездатним громадянам рівні умови для покращання свого добробуту за рахунок особистого трудового внеску в конкретних економічних умовах, а непрацездатним та соціально вразливим верствам населення надає перевагу в користуванні суспільними фондами споживання, пряму матеріальну підтримку, зниження податків.

**Кінцевою метою соціального захисту** є надання кожному членові суспільства, незалежно від соціального походження, національної або расової приналежності, можливості вільно розвиватися, реалізувати свої здібності. **Іншою метою** є також підтримання стабільності в суспільстві, тобто попередження соціальної напруженості, яка виникає у зв'язку з майновою, расовою, культурною, соціальною нерівністю, знаходить вияв у страйках, актах громадянської непокори, сутичках між окремими групами населення.

**Заходи соціального захисту мають подвійну спрямованість:** активну; пасивну.

*Активні* заходи покликані запобігти ситуаціям, які загрожують добробуту людини, стимулювати активність особи. Соціальний захист виконує свою превентивну, запобіжну функцію шляхом захисту особи та її сім'ї від втрат коштів, пов'язаних із безробіттям, старінням, хворобою або смертю та поліпшенням її добробуту через соціальні служби й економічну допомогу на виховання дітей. Система соціального захисту включає програми зайнятості, соціального страхування, охорони здоров'я та ін.

*Пасивні* заходи спрямовані на підтримку тих членів суспільства, які з певних причин опинилися у скрутному становищі. Пасивна підтримка надається у вигляді соціальної допомоги - допомоги суспільства особі або сім'ї, яка не має достатніх засобів для існування.

**Соціальна допомога** за своєю суттю є адресною, тому що надається лише тим, хто її потребує. Через соціальну допомогу соціальний захист виконує свою лікувально-реабілітаційну функцію, яка полягає в тому, щоб допомогти людям, котрі потрапили у скрутну життєву ситуацію, вберегтися від зубожіння та не опинитися на узбіччі суспільства.

Тобто **активними заходами** є соціальне страхування (забезпечення доходів на випадок втрати працездатності чи роботи), лікування та профілактика хвороб, а також сприяння освіті й підвищенню кваліфікації. Пасивними заходами є соціальна допомога.

**Початком законодавчого встановлення соціального захисту** можна вважати 1601 р., коли в Англії королева Єлизавета видала закон про бідних. Згідно з цим законом полегшити долю бідних мали церковні парафії.

**Нова історія соціального захисту** розпочинається у XIX ст., коли розвинулося промислове виробництво і були створені великі

підприємства найманої праці. На зміну старій доктрині соціального захисту, яка ґрунтувалася на принципах самопомоги, сімейного забезпечення та добродійності, почала формуватися нова, що декларувала відповідальність всього суспільства за добробут його членів. Пріоритет у створенні систем соціального захисту по праву належить Німеччині, де найбільше розвинулися ідеї соціал-демократії, а також завдяки політиці канцлера Бісмарка, який вважав за необхідне застосувати певні соціальні амортизатори на протипагу робітничому руху. Саме за часів Бісмарка було запроваджено систему соціального страхування для працівників промисловості. До неї входили: допомога у зв'язку з хворобою (1883 р.); допомога у разі нещасного випадку на виробництві (1884); допомога по інвалідності та по старості (1889). На початку ХХ ст. уряди інших європейських країн також почали стикатися з серйозними соціальними проблемами та дедалі настійливішими вимогами з боку робітничого класу, що змусило їх застосувати досвід Німеччини.

У 1919 р. Було утворено Міжнародну організацію праці, прийнято перші конвенції МОП у соціальних питаннях:

№ 1. Робочий час у промисловості.

№ 3. Охорона материнства.

№ 4. Праці жінок у нічний час.

№ 5. Мінімальний вік прийому на роботу у промисловості.

№ 6. Нічна праця підлітків у промисловості.

У 1935 р. у США прийнято закон про соціальний захист.

Зі здобуттям Україною незалежності й вибором курсу на побудову держави загального добробуту, із соціально орієнтованою ринковою економікою, започатковано новий етап у формуванні системи соціального захисту на цивілізованих засадах.

Головним системоутворюючим фактором соціального захисту є законодавчо-нормативна база. На підставі законів та інших нормативних актів формуються державні органи *управління* соціальним захистом, регламентуються їх взаємовідносини з недержавними організаціями та населенням. У законодавчих та інших нормативних актах обумовлюються формування фондів, які акумулюють кошти, призначені на соціальний захист, та порядок їх використання, а також підготовка кадрів соціальних працівників (як державних, так і недержавних установ).

Сучасні системи соціального захисту охоплюють весь життєвий цикл людини, передбачаючи заходи і соціальні гарантії, форми та способи соціальної допомоги, соціального страхування, що забезпечують певний рівень життя населення щодо підтримання його добробуту від народження до смерті.

**Соціальний захист** може здійснюватися в грошовій формі у вигляді пенсій і допомог, у натуральній формі, а також шляхом надання різного

роду послуг особам, які є об'єктом соціального захисту. Він може мати як компенсаційний, так і попереджувальний, профілактичний характер.

Однією з державно-правових форм соціального захисту є безпосереднє **державне забезпечення непрацездатних осіб**. Основні ознаки безпосереднього державного забезпечення - фінансування витрат за рахунок державного бюджету і встановлення категорій забезпечуваних осіб і рівня їхнього забезпечення відповідно до пріоритетів, обумовлених органами державної влади. Безпосереднє державне забезпечення в країнах з ринковою економікою має досить обмежені масштаби застосування.

Іншою організаційно-правовою формою соціального захисту є **соціальне страхування**, що широко використовується в абсолютній більшості країн з ринковою економікою відносно багатьох видів соціального захисту. В його основі лежить поняття соціальних ризиків і вимога їх обов'язкового і добровільного страхування.

У країнах з ринковою економікою активно також використовується така організаційно-правова форма соціального захисту, як соціальна допомога. Вона носить адресний характер і надається особам після перевірки їхньої нужденності, якщо підтверджується, що вони не мають інших джерел існування.

**Соціальний захист** у будь-якій державі - це комплексна система соціально-економічних відносин, призначена для надання різнобічної допомоги непрацездатним чи обмежено працездатним особам, а також родинам, доходи працездатних членів яких не забезпечують суспільне необхідного рівня життя.

Проблема соціального захисту населення по-різному вирішується в межах конкретної країни. В умовах переходу України до соціально орієнтованої ринкової економіки тягар соціального захисту лягає на державу при одночасному зростанні ролі ринкового механізму в проведенні соціальної політики.

Прийнятими в Україні законодавчими і нормативними актами передбачено, що **елементами соціального захисту на сучасному етапі** є:

- \* державні гарантії в оплаті праці найманих працівників;
- \* утримання непрацездатних і підтримка життєвого рівня мало забезпечених громадян і сімей з дітьми;
- \* державні гарантії у сфері зайнятості, підготовки і перепідготовки кадрів;
- \* компенсація населенню збитків через підвищення цін на товари і послуги при проведенні комплексної реформи цін;
- \* індексація грошових доходів населення при поточному підвищенні цін на товари і послуги, запровадження механізму перегляду мінімальної заробітної плати, пенсій, стипендій і т.ін.;
- \* індексація внесків населення в Ощадбанку у зв'язку зі зростанням цін і розвитком інфляційних процесів;

- \* захист інтересів споживачів за допомогою різноманітних соціально-економічних інновацій, пов'язаних з переходом від "ринку продавця" до "ринку покупця" (стимулювання розвитку споживчого сектора економіки, антимонопольне регулювання, сприяння діяльності споживчих асоціацій тощо).



### Питання для дискусій та самоконтролю

1. Охарактеризуйте психологічні механізми соціалізації.
2. Розкрийте особливості соціально-педагогічних механізмів соціалізації.
3. Доведіть необхідність соціального захисту особистості.
4. Розкрийте роль соціального виховання в процесі соціалізації особистості.
5. Чому соціальне страхування є ознакою стабільності держави.
6. Розкрийте вплив ЗМІ на соціалізацію особистості.

## ТЕМА 6

### Становлення особистості в умовах професіоналізації.

**Мета:** познайомити з основними проблемами молодих фахівців та переконати у необхідності формування важливих соціальних умінь.

**Основні поняття і терміни:** суб'єкт, об'єкт соціалізації, жертва соціалізації, булінг, мобінг, соціальний інтелект, емоційна зрілість, лідерські якості, комунікативні уміння.

### План

1. Проблеми професійної соціалізації молодого фахівця.
2. Суб'єкти та об'єкти професійної соціалізації.
3. Соціальна компетентність молодого фахівця

### Література:

1. Лушпай Л. Досвід Великої Британії щодо подолання булінгу у середній школі/ Дитинство без насилля : суспільство, школа, сім'я на захисті прав дітей: збірник матеріалів науково-практичної конференції/ за ред. О. Кікінеджи.- Тернопіль: Стереорат, 2014. – 802 с.
2. Шибутани Т. Социальная психология. - М., 1969. - С.384-492.
3. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія:

Навчальний посібник. — Київ: МАУП, 2000.р.

4. Т. Семигіна Протидія торгівлі людьми/Навч. посіб./Т. Семигіна Києво-Могилянська академія, 2008.-166с.

### **1. Проблеми професійної соціалізації молодого фахівця:**

відсутність практичних навичок; відсутність професійного досвіду; недостатнє фінансове забезпечення професійної діяльності з боку роботодавця; замала зарплата; несвоєчасна виплата зарплати; зв'язок зарплати з об'ємом виконаних робіт відсутність житла; новий не знайомий колектив; стосунки з керівником; розчарування у значущості професії; робота не за бажаною спеціальністю; робота за найнижчою категорією; переживання відчуження та його чинники (недовикористання вмінь і здібностей суб'єкта, недостатність автономії і почуття відповідальності, змушуваний характер праці; неможливість самостійно контролювати власну діяльність та ін.); наслідки відчуження(зміщення мотивів з професійної діяльності; глибокий особистісний конфлікт).

Ускладнюються ситуація може такою досить розповсюдженою проблемою, як **булінг** (від англ: хуліган, забіяка, грубіян, бешкетник) – це, зазвичай, повторювана навмисна поведінка, спрямована на завдання шкоди іншій людині та приниження жертви. Агресор має більше влади, сили або вищий статус, ніж потерпілий; кривдником вважається людина, яка здійснює, допомагає здійснювати або підбурює інших до булінгу. Розрізняють булінг фізичний, вербальний, соціальний та/або електронний (кібербулінг). Булінг є явищем розповсюдженим і серед хлопців, і серед дівчат, воно є інтернаціональним і досліджується вченими багатьох країн: США, Великої Британії, Канади, Норвегії, Фінляндії та інших. Булінг – це неприпустиме явище в школі, і кожен, хто працює у сфері шкільної освіти, є відповідальним за виховання ненасильницької поведінки учнів. Явище булінгу досить часто трапляється і в дорослих трудових колективах, проте ця поведінка бере свій початок у молодшому підлітковому віці, коли одним з основних агентів гендерної соціалізації є школа .

Булінг визначається як тиск, дискримінація, цькування, терор. Це тривалий процес свідомого та жорстокого ставлення (фізичного чи психічного) з боку однієї особи або групи до конкретної людини; його застосовує така особистість, що прагне використовувати власну силу, реалізувати власні ресурси, виявляє бажання продемонструвати владу, щоб залякати, принизити, заподіяти шкоду іншому (слабшому) .

Відомий російський науковець І. Кон підкреслював, що «булінг» став міжнародним соціально-психологічним і педагогічним терміном, який означає складну сукупність соціальних, психологічних і педагогічних



проблем. Найчастіше мова йде про відносини у дитячому колективі, однак булінг зустрічається і серед дорослих, що проявляється, в основному, у дисбалансі влади. Хронічні акти вербальної і фізичної агресії, що спрямовані на одних і тих самих жертв, створюють між ними стабільні відносини, в яких булінг з однієї сторони доповнюється віктимізацією.

Визначають типологічні риси осіб, які схильні до булінгу: вони відчують потребу в домінуванні і підкоренні собі інших учасників виробничого процесу, таким чином досягаючи своїх цілей; вони імпульсивні і легко приходять у стан роздратування; агресивно поведуть себе по відношенню до інших; у них відсутнє співчуття до своїх жертв; відчують себе сильнішими за інших. Типові жертви булінгу, як відмічає Д. Ольвеус, також мають свої риси: вони лякливі, чуттєві, замкнені, сором'язливі, характеризуються підвищеною тривожністю, невпевнені в собі, відчують себе нещасними, мають низький рівень самоповаги, схильні до депресій і дуже часто міркують про самогубство, відчують фізичну слабкість у порівнянні з іншими та утруднені процеси спілкування. Також існує ще одна категорія жертв булінгу, так звані провокуючі жертви, або булі-жертви. Це особи, які страждають розладами уваги та підвищеною збудливістю. За своєю природою такі люди неагресивні, їхня поведінка часто викликає роздратування, що робить їх легкою здобиччю і жертвою булінгу. В свою чергу, це сприяє закріпленню соціально невігідних психологічних рис і стилю поведінки.

**Торгівля людьми** – здійснення з метою експлуатації вербування, перевезення, передачі, приховування чи отримання людей шляхом погрози силою або її застосування чи інших форм примусу, викрадення, шахрайства, обману, зловживання владою чи вразливістю стану або шляхом підкупу у вигляді платежів чи вигод для одержання згоди особи, яка контролює іншу особу. Таке визначення торгівлі людьми дає "Протокол з попередження торгівлі людьми, особливо жінками і дітьми", який доповнює Конвенцію ООН про боротьбу з транснаціональною організованою злочинністю.

З приведених вище визначень випливає, що *торгівля людьми* – це сукупність таких ознак: вербування, перевезення, передача, продаж, усиновлення (удочеріння) у комерційних цілях, використання в порнобізнесі, використання у військових конфліктах, залучення до злочинної діяльності, трансплантація чи насильницьке донорство, примус до заняття проституцією, рабство і ситуації, подібні до рабства, примусова праця, залучення в боргову кабалу, використання шантажу, погроз, насильства.

## **2. Суб'єкти та об'єкти професійної соціалізації.**

**Людина як об'єкт соціалізації.** Кожна людина, особливо в дитинстві, отрочстві і юності, є об'єктом соціалізації. Про це свідчить те, що зміст процесу соціалізації визначається зацікавленістю суспільства в тім, щоб людина успішно опанувала ролями чоловіка чи жінки (статева

соціалізація), створила міцну родину (сімейна соціалізація), могла й хотіла компетентно брати участь у соціальному й економічному житті (професійна соціалізація), була законослухняним громадянином (політична соціалізація) тощо.

Вимоги до людини в тім чи іншому аспекті соціалізації пред'являють не тільки суспільство в цілому, а й конкретні групи і організації. Особливості і функції тих чи інших груп і організацій обумовлюють специфічний і неідентичний характер цих вимог. Зміст же вимог залежить від віку і соціального статусу людини, до якої вони пред'являються. *Еміль Дюркгейм*, розглядаючи процес соціалізації, вважав, що активність тут належить суспільству, і саме воно є суб'єктом соціалізації. "Суспільство, - писав він, - може вижити тільки тоді, коли між його членами існує значний ступінь однорідності". Тому воно прагне сформувати людину "за своїм зразком", тобто стверджуючи пріоритет суспільства в процесі соціалізації людини, Е. Дюркгейм розглядав останню як об'єкт впливу суспільства. Погляди Е. Дюркгейма багато в чому стали основою розробленої *Талкоттом Парсонсом* розгорнутої соціологічної теорії функціонування суспільства, що описує в тому числі й процеси інтеграції людини в соціальну систему. Т. Парсонс визначав соціалізацію як "інтерналізацію культури суспільства, у якому дитина народилася", як "освоєння реквізиту орієнтацій для задовільного функціонування в ролі". Універсальне завдання соціалізації - сформувати в "новачків, які вступають у суспільство", як мінімум, почуття лояльності і, як максимум, почуття відданості стосовно системи. Відповідно до його поглядів, людина "вбирає" у себе загальні цінності в процесі спілкування з "значимими іншими". У результаті цього наслідування загальноприйнятих нормативних стандартів стає частиною її мотиваційної структури, її потребою. Теорії Е. Дюркгейма і Т. Парсонса вплинули і продовжують впливати на багатьох дослідників соціалізації. Дотепер багато хто з них розглядають людину лише як об'єкт соціалізації, а соціалізацію як суб'єкт-об'єктний процес (де суб'єктом є суспільство чи його складові). У концентрованому вигляді цей підхід представлений у типовому визначенні соціалізації, даному в Міжнародному словнику педагогічних термінів (Г. Террі Пейдж, Дж.Б. Томас, Алан Р. Маршалл, 1987): "Соціалізація - процес освоєння ролей і очікуваної поведінки у відносинах з сім'єю і суспільством та розвитку загальноприйнятих взаємин з іншими людьми".

**Людина як суб'єкт соціалізації.** Людина стає повноцінним членом суспільства, будучи не тільки об'єктом, а й, що важливіше, суб'єктом соціалізації, який засвоює соціальні норми і культурні цінності, виявляє активність, розвиває себе й реалізує себе в суспільстві.

В основу розгляду людини як суб'єкта соціалізації лягли концепції американських учених Ч.Х. Кулі, В.І. Томаса і Ф. Знанецького, Дж.Г. Міда.

Чарльз Кулі, автор теорії "дзеркального Я" і теорії малих груп, вважав, що індивідуальне Я здобуває соціальну якість у комунікаціях, у міжособистісному спілкуванні всередині первинної групи (родини, групи однолітків, сусідської групи), тобто в процесі взаємодії індивідуальних і групових суб'єктів. Вільям Томас і Флоріан Знанецький висунули положення про те, що соціальні явища і процеси необхідно розглядати як результат свідомої діяльності людей, що, вивчаючи ті чи інші соціальні ситуації, необхідно враховувати не тільки соціальні обставини, але й точку зору індивідів, включених у ці ситуації, тобто розглядати їх як суб'єктів соціального життя. Джордж Герберт Мід, розробляючи напрямок, що одержав назву символічного інтеракціонізму, центральним поняттям соціальної психології вважав "взаємодію індивідів". Сукупність процесів взаємодії, за Мідом, констатує (умовно - формує) суспільство і соціального індивіда. З одного боку, багатство і своєрідність наявних у того чи іншого індивідуальних Я реакцій і способів дій залежать від розмаїтості і широти систем взаємодії, у яких Я бере участь. А з іншого боку - соціальний індивід є джерелом руху і розвитку суспільства.

Ідеї Ч.Х. Кулі, В.І. Томаса, Ф. Знанецького і Дж.Г. Міда вплинули на вивчення людини як суб'єкта соціалізації, на розробку концепцій соціалізації в руслі суб'єкт-суб'єктного підходу. Автори десяти томної Міжнародної енциклопедії з питань виховання (1985) констатують, що "останні дослідження характеризують соціалізацію як систему комунікаційної взаємодії суспільства й індивіда". Суб'єктом соціалізації людина стає *об'єктивно*, адже протягом усього життя на кожному віковому етапі перед нею постають завдання, для вирішення яких вона більш-менш усвідомлено, а частіше підсвідомо, ставить перед собою відповідні цілі, тобто виявляє свою *суб'єктність* (позицію) і *суб'єктивність* (індивідуальну своєрідність).

Є три групи завдань, які людина вирішує на кожному віковому етапі чи етапі соціалізації: природно-культурні, соціально-культурні і соціально-психологічні.

**Природно-культурні завдання** - завдання досягнення певного рівня фізичного і сексуального розвитку.

На кожному віковому етапі людині необхідно: досягти певного ступеня пізнання тілесного канону, властивого тій культурі, у якій вона живе; засвоїти елементи етикету, символіки, кінетичної мови (жести, пози, міміка, пантоміміка), зв'язані з тілом і статевою поведінкою; розвинути і реалізувати фізичні і сексуальні задатки; вести здоровий спосіб життя, адекватний статі й віку (гігієна, режим, харчування, способи збереження здоров'я й оздоровлення організму, фізичного саморозвитку, керування своїм психофізичним станом); перебудувати ставлення до життя, стиль життя згідно до статевих і індивідуальних можливостей.

**Соціально-культурні завдання** - пізнавальні, моральні, ціннісні, смислові - специфічні для кожного вікового етапу в конкретному соціумі у певний період історії. Ці завдання об'єктивно визначаються суспільством у цілому, а також етнічними й регіональними особливостями та найближчим оточенням людини.

Специфічні соціально-культурні завдання постають перед людиною на кожному віковому етапі в процесі участі в житті суспільства. Від людини відповідно до її вікових можливостей очікують залучення до певного рівня суспільної культури, оволодіння певною сумою знань, умінь, навичок, певного рівня сформованості цінностей. На кожному віковому етапі перед людиною постають завдання, пов'язані з її участю в сімейному житті, у виробничо-економічній діяльності тощо.

Завдання соціально-культурного ряду складаються немов би з двох прошарків. З одного боку, це завдання, пропоновані людині у вербальній формі інститутами суспільства і держави. З іншого боку - завдання, сприйняті нею із соціальної практики, моралі, звичаїв, психологічних стереотипів безпосереднього оточення. Причому ці два прошарки не збігаються між собою й більшою чи меншою мірою суперечать один одному. Крім того, і той і інший прошарок може не усвідомлюватися людиною чи усвідомлюватися частково, а часто в тій чи іншій мірі перекручено.

Соціально-психологічні завдання - **становлення** самосвідомості особистості, її самовизначення в актуальному житті і на перспективу, самореалізація і самоствердження, які на кожному віковому етапі мають специфічний зміст і способи їх вирішення.

*Самосвідомість особистості* можна розглядати як досягнення нею в кожному віці певної міри самопізнання, наявність відносно цілісної Я-концепції і певного рівня самоповаги і розуміння себе. Так, наприклад, перед підлітком постає завдання пізнання тих компонентів свого Я, що пов'язані з усвідомленням своєї схожості з іншими людьми і відмінності від них, а перед юнаком - тих компонентів, від яких залежать світогляд, знаходження свого місця у світі тощо.

*Самовизначення особистості* передбачає знаходження нею певної позиції в різних сферах актуальної життєдіяльності і вироблення планів на різні відрізки майбутнього життя. Так, у молодшому шкільному віці дитині необхідно знайти індивідуально прийнятну і соціально схвалювану позицію в новій соціальній ситуації - ситуації вступу до школи. Вона має визначити взаємини з однолітками і дорослими, перебудувати в зв'язку з цим уже наявні в неї системи взаємин. У підлітковому віці особливого значення набуває пошук позиції серед однолітків своєї статі, що доповнюється в ранній юності появою своєї позиції у взаєминах з однолітками протилежної статі.

Стосовно планів на різні відрізки майбутнього життя, то, по-перше, мова йде про вирішення завдань найближчого майбутнього. Наприклад, якщо в середовищі однолітків вважаєте престижним мати певний інтерес і реалізувати його в якійсь діяльності, то постає завдання швидкого знаходження такого інтересу і способів його реалізації. По-друге, мова йде про вирішення завдань більш віддаленого майбутнього: вибір професії (він може неодноразово змінюватися), стилю майбутнього життя. Уже підлітки нерідко уявляють собі, де і як вони будуть подорожувати, ставши дорослими, а юнаки мають уявлення про своє майбутнє житло, вільний час тощо.

*Самореалізація* передбачає реалізацію людиною активності в значимих для неї сферах життєдіяльності і (чи) взаємин. При цьому необхідно, щоб успішність цієї реалізації визнавалася і схвалювалася значимими для людини особами. Самореалізація може мати різноманітні форми - від соціально значимих, соціально корисних, соціально прийнятних, до асоціальних і антисоціальних.

*Самоствердження* - досягнення людиною суб'єктивної задоволеності результатом і (чи) процесом самореалізації.

Вікові завдання є об'єктивними. Для їх вирішення людина ставить (чи не ставить) перед собою мету, досягнення якої й веде до їх вирішення. У залежності від того наскільки повно й адекватно усвідомлені чи відчуті завдання, від ряду інших обставин, мета людини може бути більш-менш адекватна віковим завданням.

Висунуті цілі можуть більш-менш відповідати особистісним ресурсам, необхідним для їх досягнення.

Наприклад, підліток, вирішуючи завдання з розряду природно-культурних - відповідати образу чоловіка, ставить перед собою мету значно збільшити свою мускульну силу, що в принципі цілком реально. Інший варіант: старшокласник для вирішення завдання самоствердження може ставити перед собою мету домогтися того, щоб його переживання були прийняті оточенням за їх суб'єктивною значимістю для нього самого, а не за ступенем значимості в реальному житті, що в принципі є недосяжним.

Людина усвідомлено чи підсвідомо визначає реальність і успішність досягнення тих чи інших цілей. Це дозволяє їй, знайшовши розбіжність між своїми запитами (метою) і об'єктивними можливостями її реалізації (досягнення мети), певним чином реагувати на це. Людина може змінити мету, шукати більш реальні шляхи її досягнення, нарешті, самозмінюватися.

Вирішення завдань усіх трьох названих груп є об'єктивною необхідністю для розвитку людини. Якщо яка-небудь група завдань чи істотні завдання якоїсь групи залишаються невирішеними на тім чи іншому віковому етапі, то це робить соціалізацію людини неповною.

Можливо, що коли те чи інше завдання, невирішене у певному віці, зовні не позначається на соціалізації людини, але через певний період часу (іноді досить значний) вона "спливає", що веде до нібито невмотивованих вчинків і рішень, до дефектів соціалізації.

Оскільки людина активна в рішенні об'єктивних завдань, тією чи іншою мірою є творцем свого життя, сама ставить перед собою ту чи іншу мету, оскільки вона може розглядатися як суб'єкт соціалізації.

- **Людина як жертва процесу соціалізації.** Людина не тільки об'єкт і суб'єкт соціалізації. Вона може стати її жертвою. Це пов'язано з тим, що процес і результат соціалізації мають у собі внутрішнє протиріччя.

Успішна соціалізація передбачає, з одного боку, ефективну адаптацію людини в суспільстві, а з іншого боку - здатність певною мірою протистояти суспільству, а точніше - частині тих життєвих колізій, що заважають розвитку, самореалізації, самоствердженню людини.

Таким чином, можна констатувати, що в процесі соціалізації закладений внутрішній, до кінця не розв'язаний конфлікт між ступенем адаптації людини в суспільстві і ступенем відокремлення її в суспільстві. Іншими словами, ефективна соціалізація передбачає певний баланс між адаптацією в суспільстві і відокремленням у ньому.

Людина, цілком адаптована у суспільстві і не здатна якимось протистояти йому, тобто *конформіст*, може розглядатися як жертва соціалізації. У той же час людина, не адаптована у суспільстві, також стає жертвою соціалізації - *дисидентом* (інакомислячим), правопорушником чи ще якимось відхиляється від прийнятого в цьому суспільстві способу життя.

Будь-яке модернізоване суспільство тією чи іншою мірою продукує обидва типи жертв соціалізації. Але треба мати на увазі наступну обставину. Демократичне суспільство продукує жертв соціалізації в основному усупереч своїм цільовим настановам. У той час як тоталітарне суспільство, навіть декларуючи необхідність розвитку неповторної особистості, насправді цілеспрямовано продукує конформістів і, як побічний неминучий наслідок, осіб, що відхиляються від насаджуваних у ньому норм. Навіть необхідні для функціонування тоталітарного суспільства люди-творці стають нерідко жертвами соціалізації, тому що прийнятні для нього лише як "специ", а не як особистості.

Величина, гострота і прояв описаного конфлікту пов'язані як з типом суспільства, у якому розвивається і живе людина, так і зі стилем виховання, характерним для суспільства в цілому, для тих чи інших соціокультурних прошарків, конкретних родин і виховних організацій, а також з індивідуальними особливостями самої людини.

**Людина як жертва несприятливих умов соціалізації.** Соціалізація конкретних людей у суспільстві протікає в різних умовах, для яких характерна наявність тих чи інших небезпек, що здійснюють вплив на

розвиток людини. Тому об'єктивно з'являються цілі групи людей, що стають чи можуть стати жертвами несприятливих умов соціалізації.

На кожному віковому етапі соціалізації можна виділити найбільш типові небезпеки, зіткнення людини з якими є найбільш ймовірним.

*У періоді внутрішньоутробного розвитку плоду:* нездоров'я батьків, їхнє пияцтво і (чи) безладний спосіб життя, погане харчування матері; негативний емоційно-психологічний стан батьків, медичні помилки, несприятливе екологічне середовище.

*У дошкільному віці (0-6 років):* хвороби і фізичні травми; емоційна черствість і інтелектуальна відсталість і (чи) аморальність батьків; ігнорування дитини батьками і її занедбаність; бідність родини; антигуманність працівників дитячих установ; відкидання однолітками; антисоціальні сусіди і (чи) їхні діти; відеоперегляди.

*У молодшому шкільному віці (6-10 років):* аморальність і (чи) пияцтво батьків, вітчим чи мачуха, бідність родини; гіпо- чи гіперопіка; відеоперегляди; погано розвинута мова; неготовність до навчання; негативне ставлення вчителя і (чи) однолітків; негативний вплив однолітків і (чи) старших хлопців (залучення до паління, до випивки, злодійства); фізичні травми і дефекти; утрата батьків; згвалтування, розтління.

*У підлітковому віці (11-14 років):* пияцтво, алкоголізм, аморальність батьків; бідність родини; гіпо- чи гіперопіка; відеоперегляди; комп'ютерні ігри; помилки педагогів і батьків; паління, токсикоманія; згвалтування, розтління; самотність; фізичні травми і дефекти; цькування з боку однолітків; залучення в антисоціальні і злочинні групи; випередження чи відставання в психосексуальному розвитку; часті переїзди родини; розлучення батьків.

*У ранній юності (15-17 років):* антисоціальна родина, бідність родини; пияцтво, наркоманія, проституція; рання вагітність; залучення в злочинні і тоталітарні групи; згвалтування; фізичні травми і дефекти; нав'язливе марення дисморфофобії (приписування собі неіснуючого фізичного дефекту чи недоліку); нерозуміння навколишніми, самотність; цькування з боку однолітків; невдачі у взаєминах з особами іншої статі; суїцидальні устремління; розбіжності, протиріччя між ідеалами, установками, стереотипами і реальним життям; утрата життєвої перспективи.

*У юнацькому віці (18-23 роки):* пияцтво, наркоманія, проституція; бідність, безробіття; згвалтування, сексуальні невдачі, стреси; залучення до протиправної діяльності, у тоталітарні групи; самотність; розрив між рівнем домагань і соціальним статусом; служба в армії; неможливість продовжити освіту.

Чи відбудеться зіткнення з якоюсь із цих небезпек конкретної людини, багато в чому залежить не тільки від об'єктивних обставин, а й від

її індивідуальних особливостей. Звичайно, є небезпеки, жертвою яких може стати будь-яка людина незалежно від її індивідуальних особливостей, але й у цьому випадку наслідки зіткнення з ними можуть бути пов'язані з індивідуальними особливостями людини.

### **3. Соціальна компетентність молодого фахівця.**

**Соціальна компетентність** - базисна, інтегральна характеристика особистості, що відображує її досягнення в розвитку стосунків з іншими людьми, забезпечує повноцінне оволодіння соціальною реальністю і дає можливість ефективно вибудовувати свою поведінку в залежності від ситуації й у відповідності з прийнятими в соціумі на даний момент нормами й цінностями.

**Соціальний інтелект** – набір психічних властивостей особистості, який дозволяє людині шляхом розумових операцій ефективно взаємодіяти з іншими людьми, здатність до усвідомлення і вирішення в розумовому плані різних завдань і проблем, що постають в реальних ситуаціях життя.

Соціальний інтелект є частиною загального інтелекту і передбачає здатність особистості здійснювати свою соціальну біографію: жити, творити, працювати, взаємодіяти з іншими людьми. Результатом вияву соціального інтелекту людини є набуття нею соціальної компетентності

**До структури соціальної компетентності можемо віднести такі якості:**

**Емоційна зрілість** – важлива характеристика, від якої залежить успішність людини і в соціальному, і в особистому житті. Якщо людина неспроможна контролювати свій емоційний світ, вона не усвідомлює можливостей і обмежень своєї особистості і, отже, позбавлена таких важливих рис як надійність і стабільність. Ознаки емоційно зрілої особистості Відкритість і готовність до змін Емоційно зрілі люди не бояться змін. Вони розуміють, що зміни є необхідною складовою життя – і пристосовуються до них. Самоусвідомлення Емоційно зрілі люди добре знають свої сильні та слабкі сторони. Отже, розуміють, у яких справах можуть бути найбільш ефективними і чого їм ще треба навчитися. Вони знають, яке саме робоче середовище буде оптимальним для їхнього стилю роботи. Емпатія Емоційно зрілі люди здатні розуміти почуття інших людей, поважати їхні емоції, співчувати і співпереживати. Відтак, вони можуть ставити себе на місце інших людей і не сприймати вияви емоцій як особисту образу, що дуже важливо в конфліктних ситуаціях. Відкидання перфекціонізму Емоційно зрілі люди знають, що досконалість – це недосяжний ідеал. Вони націлені на найкращий результат, але усвідомлюють обмеження, пов'язані з реальною ситуацією, і не впадають у відчай через недоліки, що їх вони добре бачать.

Водночас вони здатні вчитися на своїх помилках.



Врівноваженість. Емоційно зрілі люди вміють підтримувати баланс між особистим і професійним життям, не впадаючи в жодні крайнощі. Вони добре харчуються, достатньо сплять і мають інтереси поза своєю роботою. Цікавість і здатність радіти.

Емоційно зрілим людям властива цікавість до зовнішнього світу, вони схильні його вивчати і знаходити в ньому багато приводів для захоплення. Вони не схильні судити; натомість вони налаштовані вивчати можливості. Вони ставлять запитання і відкриті для нових рішень. Вдячність Люди з високим рівнем емоційної зрілості завжди почувуються вдячними і постійно знаходять підстави для цього.

Для них світ ніколи не буває «напівпорожньою склянкою». Вони вдоволені своїм життям і завжди мислять позитивно. Такі люди знають, як зробити світ кращим. Тим, хто не може дати лад із власними емоціями, складно розуміти почуття інших людей. А це неминуче призводить до проблем у спілкуванні. І не має значення, наскільки людина кмітлива чи освічена, наскільки у неї високий IQ – якщо вона неспроможна розуміти почуття інших людей, то не зможе побудувати ефективні стосунки ні в сім'ї, ні на роботі. Концепцію емоційної зрілості вперше було сформульовано в 90-х рр. ХХ ст. психологами з Єльського університету. Сьогодні дослідники розвивають цю концепцію в різних напрямках – наприклад, вивчають, як емоційна зрілість впливає на професійне життя людини - її кар'єру, взаємодію в колективі та продуктивність праці. Зокрема, було встановлено прямий зв'язок між рівнем емоційної зрілості працівників та успішністю компанії. Працівники з вищим рівнем емоційної зрілості більш свідомо ставляться до своїх службових функцій, краще знаходять порозуміння з колегами та своєчасно виконують робочі завдання. Емоційно зрілі працівники не сприймають критику від клієнтів як особисту травму, вони зосереджуються на результатах, а не на почутті образи. Тому такі працівники є більш цінними для компанії, ніж кандидати з подібним рівнем IQ, але нижчим рівнем емоційної зрілості.

#### **Ставлення до життя: оптимістичне і песимістичне**

Питання впливу оптимізму чи песимізму на успішність у професійній діяльності детально розглядалося у дослідженні М. Селігманом, результати якого викладені у книзі «Як навчитися оптимізму». Проведене М. Селігманом у Пенсільванському університеті дослідження довело, що оптимістичний стиль пояснення світу є істотним фактором успішності студентів. Основними рисами оптимістів автор визначає: стабільність, глобальність та контрольованість. Оптиміст вірить у щасливий хід подій та бачить у перешкодах додатковий стимул для роботи. За песимістичного стилю пояснення світу, навпаки, невдачі сприймаються як сталі, глобальні та неконтрольовані явища. Песимісти сприймають неприємності як щось, що зачіпає всі сфери життя та має тривалий характер, схильні зосереджуватися на перешкодах і не

намагаються побороти їх. Позитивні події люди з деструктивним атрибутивним стилем вважають випадковими, спровокованими кимось чи чимось стороннім і цим же керованими, а значить, від них незалежними. Вчений підкреслює необхідність тренування оптимізму, як і будь-якої іншої діяльності. Для цього був запропонований метод, зміст якого полягав у зміні способу реагування людини, коли вона думає про невдачу, поразку, втрату і безпорадність. Саме контрольована зміна стилю мислення і була названа феноменом свідомого оптимізму, що дає змогу людям змінити своє життя, сприяє появі прагнення перебороти труднощі та створює мотивацію досягнення успіху, і в кінцевому результаті дозволяє відчувати більше задоволення від життя. М. Селігман наголошує на необхідності не залишати все як є, а змінювати своє песимістичне сприйняття світу на оптимістичне: адже людина здатна впливати на своє мислення, і через нього – на емоційну сферу та поведінку.

На відміну від негативних, позитивні емоції дають можливість усвідомити перспективні позитивні виходи з будь-якого складного становища. Вчені Б. Фредріксон і С. Браніган довели, що позитивні емоції допомагають швидше знаходити ресурси для вирішення проблем і позбавляться від негативних переживань, висловили також припущення, що позитивні емоції можуть асоціюватися з оптимальним рівнем психічного здоров'я людини і суб'єктивного благополуччя. В емпіричних дослідженнях за участю студентів із різними рівнями ознак психічного здоров'я вони вивчали зв'язок між співвідношенням позитивних і негативних емоцій у досвіді людини і рівнем її психічного здоров'я.

Іншими дослідженнями доведено, що оптимісти обирали проблемно-сфокусовані та соціально-орієнтовані копінг-стратегії (способи, індивідуальні шляхи подолання стресу або виходу зі складної ситуації); також їм властива позитивна переоцінка стресової ситуації. Песимісти, навпаки, заперечували позитивні сторони негативної події, акцентували увагу на емоційних переживаннях. Окрім того, дослідники М. Шеєр, Ч. Карвер стверджують, що на більш успішну адаптацію оптимістів до складних життєвих ситуацій впливає їхня включеність до широких соціальних зв'язків.

Тобто, говорячи про оптимізм-песимізм, Шеєр і Карвер мають на увазі відчуття впевненості і невпевненості, що проявляються в різних життєвих ситуаціях і пов'язані з узагальненням позитивних і негативних очікувань.

Російський учений О. Сичов, досліджуючи поняття «оптимізм», зазначає, що оптимісти більш схильні використовувати активні, дієві способи, а песимісти – емоційні, пасивні, їм більше властиві, наприклад втеча або заперечення. Автор зазначає, що навчити оптимізму – це не значить відкрити у собі «силу позитивного мислення». Навички оптимізму не мають нічого спільного з поглядами на світ «крізь рожеві окуляри»,

вони не зводяться до аутотренінгу, до постійного промовляння позитивних висловлювань – це має незначний ефект. Має значення лише те, що особистість думає у момент поразки, коли потерпає від невдач, застосування сили «протинегативного мислення». Здатність змінювати деструктивні думки, коли людина стикається зі складними життєвими ситуаціями, є мистецтвом оптимізму.

Зокрема, у відомій монографії С. Максименка «Генезис існування особистості» підкреслюється важливість вивчення ролі любові у становленні здорової особистості і, що є співзвучним з ідеями одного з напрямів позитивної психології, – ролі позитивних емоцій у забезпеченні психологічного благополуччя людини як провідної операційної ознаки психічного здоров'я .

Загалом, будучи поєднанням позитивних стосунків, життєрадісного світосприйняття та активної позиції особистості, оптимізм впливає на стресостійкість, вибір ролей та адаптивних моделей поведінки. Таким чином, сформованість оптимістичної світоглядної позиції майбутніх соціальних педагогів є основою і важливою складовою їхнього психологічного здоров'я.

Також позитивні емоції мають значний вплив на благополуччя особистості. Науковці виділяють такі основні форми благополуччя, як психологічне, суб'єктивне, соціальне, матеріальне, однак не вироблено остаточного визначення цього поняття. Існують різні підходи та тлумачення. Так, Ю. Олександров, аналізуючи поняття «психологічне благополуччя», пов'язує його з показниками саморегуляції, а також рівнем особистісної зрілості, здатністю до розвитку власного потенціалу [304].

За визначенням В. Варій, психологічне благополуччя (душевний комфорт) – це узгодженість психічних процесів і функцій, відчуття цілісності, внутрішньої рівноваги. Психологічне благополуччя більш стійке у разі гармонії особистості.

Р. Шаміонов вказує на взаємозв'язок благополуччя з наявністю мети в житті, з почуттям осмисленості свого минулого та теперішнього, спрямованістю на щось у майбутньому .

К. Ріфф і Б. Сінгер стверджують, що шість аспектів психологічного благополуччя (самоприйняття, особистісне зростання, мета в житті, позитивні стосунки з іншими, управління оточенням та автономія) тісно корелюють зі статусом ідентичності, здатністю до емоційної регуляції, особистісними цілями, ціннісними орієнтаціями, ефективними копінг-стратегіями, соціальною підтримкою та соціальним статусом, рівнем освіти та об'єктивним і самооцінним станом здоров'я, віком .

Суб'єктивне благополуччя розглядається як динамічна когнітивно-емоційна оцінка людиною якості власного життя загалом та окремих його сфер, яка формується на основі об'єктивних чинників (умов життя та діяльності, задоволеності базових потреб, стану здоров'я тощо),

сприйнятих та засвоєних особистістю із урахуванням її індивідуально-типологічних особливостей (темпераменту і характеру, спрямованості особистості, особливостей самооцінки та самоприйняття, сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій та ін.), і визначає здатність людини до реалізації особистісного потенціалу та до позитивного функціонування.

Суб'єктивне благополуччя розглядається як загальне сприйняття людиною рівня свого благополуччя, як емоційне оцінювання власного життя, суб'єктивне переживання задоволеності особистим життям.

Відомий дослідник емоцій Є. Ільїн у монографії «Емоції та почуття» поняття «суб'єктивне благополуччя» ототожнює з поняттям «задоволення життям», а щастя він вважає найвищою мірою задоволення .

Соціальне благополуччя, в основному, розглядається як сукупність соціальних умов, у яких проживає особистість, та її успіхів у соціумі. Безперечно, це правильна думка, але досягнення певних успіхів у соціумі не обов'язково буде сприйматися особистістю як благополуччя та переходити у відчуття задоволеності життям.

К. Кіз, аналізуючи явище соціального благополуччя, визначає його залежність від оцінки соціальних умов та соціального функціонування індивідуума. Вчений визначає рівень соціального благополуччя крізь призму відчуття себе комфортно в оточенні інших людей, впевненості у власних можливостях самоактуалізації в цьому оточенні; сприйняття соціального оточення, в якому людина перебуває, як упорядкованого і відчуття себе його частиною, що уможливорює певний соціальний внесок. Він доводить, що впевнена у собі людина певною мірою незалежна від навколишнього середовища, проте психологічно стійка особистість здатна підтримувати баланс між силою особистісного впливу й чутливістю до впливу навколишнього середовища. Порушення цього балансу знижує відчуття соціального благополуччя особистості.

У розумінні А. Адлера соціальне благополуччя – це задоволеність особистості своїм соціальним статусом і актуальним станом суспільства, до якого особистість себе зараховує. Це також задоволеність міжособистісними зв'язками, статусом у мікросоціальному оточенні, переживання почуття спільності.

У соціальній роботі поняття «соціальне благополуччя» розуміється як найвища соціальна цінність, з якою пов'язані життєво важливі інтереси людства. Прагнення до досягнення соціального благополуччя у всі часи було стійкою мотивацією активності соціальних суб'єктів. Сучасне розуміння сутності та змісту соціального благополуччя пов'язується з максимально ефективним використанням матеріальних і духовних ресурсів цивілізації.

Аналізуючи різноманітність форм проявів благополуччя людини, неможливо не звернутися до матеріального аспекту нашого життя.

Матеріальне благополуччя – це задоволеність матеріальним аспектом свого існування (житло, харчування, відпочинок тощо), стабільністю матеріального статку.

Ряд авторів з упевненістю доводять, що від покращення матеріального статку людина не почуває себе щасливішою. Однак, якщо у людини думки постійно спрямовані на те, що їй не вистачає їжі, одягу, не нагодовані діти тощо, то таке життя неможливо назвати успішним, щасливим.

Більш стабільну роль у детермінації відчуття щастя мають особистісні риси: високий рівень екстраверсії, низькі показники нейротизму, відкритість до досвіду, відчуття міцної соціальної підтримки корелюють із показниками задоволеності життям.

Серед чинників зниження задоволеності життям учені виділяють низьку самооцінку, очікування негативних подій, ірраціональні переконання, вплив мікростресорів, низький рівень доходів, погану соціальну підтримку та нестачу інтимності у стосунках, слабкий когнітивний самоконтроль, поганий стан фізичного здоров'я, екстернальний локус контролю. Також особливий вплив на формування почуття задоволеності життям, створення оптимістичної, активної світоглядної позиції має фізична активність.

**Відкритість до спілкування забезпечується чесністю та відвертістю.**

*Психологи розрізняють п'ять основних цілей, досягнення яких намагаються досягти за допомогою брехні.*

**Контроль.** Прикладом такої поведінки часто служать відносини свекрухи і невістки. Боротьба за увагу і любов призводить до постійного спотворення інформації в свою користь і спроб контролювати вчинки сина/чоловіка.

**Вигода.** Багато людей не говорять всієї правди, намагаючись покращити свій добробут. У сім'ї така брехня нерідко проявляється у прикрашанні результатів навчання дітьми для отримання грошей на кишенькові витрати.

**Самозахист.** У деяких випадках правда провокує сплеск негативних емоцій, і люди намагаються цього уникнути, виклавши неповну або недостовірну інформацію. Чим захищають себе від гніву оточуючих.

**Спокій.** Так звана брехня на благо може служити заспокійливим обманом. Наприклад, батьки часто недоговорюють про проблеми зі здоров'ям для того, щоб діти не хвилювалися.

**Увагу.** Це найнебезпечніша категорія. Брехня, необхідна для того, щоб підняти свою значимість в очах інших людей, стає патологічною і призводить до серйозних наслідків.

Чесність – рідкісне явище. Вважається, що цим якістю володіють люди, впевнені у власних силах. Фахівці зазначають: людина, що приймає

себе таким, який він є, не має потреби в прикрашанні переваг або досягнень. А це позитивно позначається на стосунках з оточуючими.

### **Користь від чесного і відкритого спілкування**

**1. Допомагає боротися з маніпуляторами.** Багато неприємні ситуації виникають через небажання співрозмовнику говорити правду. І цим часто користуються люди для досягнення своїх цілей.

Наприклад, якщо чесно сказати колезі, що його проект не має сенсу, то не доведеться допомагати у його доопрацюванні. Звичайно, важливо не образити співрозмовника зайвою різкістю, але постійно перебільшувати його успіхи на шкоду собі теж не варто.

**2. Робить життя простішим.** Особливо актуально це для скромних або невпевнених у собі. Небажання висловити свої справжні почуття може привести до появи непотрібних помилок. Чесне визнання у симпатії або неприязні позбавляє від нерозуміння або неприємного спілкування.

**3. Зберігає здоров'я.** Кожен раз, коли людина бреше, він відчуває незручність і збентеження, а це негативно відбивається на здоров'ї. Сильні емоційні переживання можуть призвести до появи небезпечних захворювань.

**4. Позбавляє від докорів совісті.** У будь-якому людині щирість закладена природою від народження, тому вимушена брехня провокує неприємні відчуття. Причому вони виникають навіть тоді, коли брешуть інші люди.

«Чесні люди завжди мають погану звичку з соромом опускати очі перед нахабством і нахальною підлістю» (Белінський В. Р.)

**5. Економить час.** Згадайте, скільки сил витрачено на придумування різних відмовок. Вчасно сказана правда змогла б захистити вас від великої кількості тривожних хвилин.

Наприклад, чесна відповідь про те, що ви не любите відпочинок у селі, звільнив би від необхідності поїздок на дачу до родичів, а не змушував вигадувати хвороби або невідкладні справи кілька разів на рік.

Ми не можемо чесно відповідати на всі питання, так як правда призводить до образ. Компроміс необхідний, але істина теж приносить користь.

Будь-яка людина, практикуючий чесність, помічає, як з його оточення відсіваються люди, які не бажають чути про себе невтішні відгуки. Але потрібно пам'ятати, що такий тип поведінки обов'язково призведе до того, що і ви будете чути гірку правду. Тому задумайтесь, наскільки важлива абсолютна відвертість і чи не легше буде жити як всі.

**Мислення** – це передусім психічний процес самостійного пошуку й відкриття суттєво нового, тобто процес опосередкування та узагальнення відображення дійсності під час її аналізу й синтезу, що виникає на основі практичної діяльності й досвіду. Інакше кажучи, це узагальнене та

опосередковане пізнання світу в процесі практичної і теоретичної діяльності індивіда, засіб творчості особистості.

**Словесно-логічне мислення** – це провідний засіб теоретичного освоєння дійсності, що інтенсивно формується під час оволодіння дітьми науковими поняттями в процесі навчання. Воно має вигляд міркування, і здійснюється шляхом таких мислительних дій, як аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, абстрагування, порівняння.

**Аналіз** – розчленування об'єкта мислення як цілого на частини за допомогою зовнішніх або внутрішніх дій чи операцій.

**Синтез** – практичне або теоретичне об'єднання виділених у процесі аналізу частин у нове ціле. В процесі розв'язання задачі аналіз закономірно переходить у синтез, а синтез спонукає пошук характерних ознак нового цілого, тобто кожен новий результат аналізу змінює об'єкт мислення, зумовлює необхідність синтезу.

**Абстрагування** – виділення одних властивостей об'єкта мислення серед інших.

**Узагальнення** – об'єднання важливих властивостей об'єкта мислення, отриманих у результаті аналізу, синтезу, абстрагування. Рівень узагальнення свідчить про ступінь продуктивності мислення, його адекватність.

**Порівняння** – мислительна операція, що дає змогу встановити подібні і відмітні ознаки аналізованих об'єктів. На перших етапах розвитку мислення порівняння є провідною формою пізнання: дитина пізнає речі, порівнюючи їх між собою. Згодом воно набуває більш чи менш розгорнутого характеру і залежить від складності порівнювальних об'єктів та мети порівняння.

Відчуття реальності – уміння критично аналізувати події та стани. Задля отримання повної картини світу варто задіювати якомога більше сенсорних каналів і пам'ятати, що критичність мислення зберігається у спокійному емоційному стані.

**Самоконтроль** - здатність контролювати свої емоції, думки і поведінку. Самоконтроль ґрунтується на волі - вищій психічній функції, що визначає здатність людини приймати усвідомлені рішення і втілювати їх у життя. Самоконтроль тісно пов'язаний з поняттям психічної саморегуляції. Самоконтроль є найважливішим елементом в здатності людини досягати поставлених цілей. Рівень самоконтролю визначається як вродженими генетичними характеристиками, так і психологічними навичками людини. Самоконтроль протиставляється імпульсивності - нездатності протистояти миттєвим бажанням.

**Самоконтроль** – інтегративна здатність аналізувати та оцінювати власну поведінку та власну діяльність з метою перевірки досягнутих результатів та приведення їх у відповідність з поставленими особистими цілями, суспільно значущими нормами, правилами, еталонами, а також

суб'єктивними вимогами та уявленнями. Самоконтроль – невід'ємний регулятивний компонент будь - якої людської діяльності (ігрової, навчальної, виробничої). Чим більш значущою є поставлена особою мета, чим важче її досягнути, тим більшу роль відіграють процеси самоконтролю

**Вміння приймати рішення**- тісно пов'язано з умінням робити вибір. Потрібно окреслити позитивні і негативні сторони певного рішення, поділивши навпіл лист паперу.



### Питання для дискусії та самоконтролю

1. Проаналізуйте проблеми молодого фахівця..
2. Схарактеризуйте особистість як суб'єкт та об'єкт соціалізації.
3. Дайте визначення поняття жертва соціалізації.
4. Охарактеризуйте правила працевлаштування, які допоможуть уникнути проблеми торгівлі людьми.
5. Проаналізуйте поняття булінг та наведіть приклади.
6. З'ясуйте сформованість яких саме якостей особистості забезпечує ефективність професійної соціалізації.

## ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МЕТОДИ УСПІШНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

### ТЕМА 7

#### Професійне спілкування та поведінка

**Мета:** з'ясувати сутність спілкування, основні його функції та ефективні методи комунікації.

**Основні поняття і терміни:** бізнес, етика бізнесу, підприємництво, культура підприємництва, культура спілкування партнерів. спілкування, моделі спілкування, вимоги до спілкування.

#### План

1. Сутність поняття «професійне спілкування та його значення.
2. Моделі комунікації.
3. Спілкування як взаємодія.



4. Механізми соціальної перцепції.
5. Емпатійне спілкування.

### Література:

1. Волкова Н. П. Педагогічні комунікації: інноваційні методи навчання : навч. посіб. / Н. П. Волкова. - Д. : РВВ ДНУ, 2004. - 52с.
2. Педагогічна майстерність : підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамушенко, І. Ф. Кривонос та ін. ; за ред. І. А. Зязюна. - 2-ге вид., доп. і перероб. - К. : Вища шк., 2004. - 422 с.
3. Хміль Ф. І. Ділове спілкування : навч. посіб. / Ф. І. Хміль. - К. : Акдемвидав, 2004. - 278 с.

#### 1. Сутність поняття «професійне спілкування та його значення.

Одним з головних інструментів професійної діяльності виступає спілкування. Саме в його процесі налагоджується контакт з іншими, з'ясовуються проблеми та відбувається накопичення інформації, необхідної для розв'язання проблеми. Одночасно в ході спілкування здійснюється цілеспрямований вплив один на одного. Окрім того, від володіння методами спілкування часто залежить результат ділових переговорів з представниками структур влади, ділових кіл, різних закладів та організацій. Отже, без перебільшення можна сказати, що спілкування є чи не найважливішою, а почасти й найскладнішою сферою діяльності фахівців.

**Фахівці мають володіти значним комунікативним потенціалом.** Така характеристика людини визначає якість її спілкування й складається з: комунікативних якостей, які характеризують розвиток здатності до спілкування; комунікативних здібностей, тобто здібностей володіти ініціативою в спілкуванні, здатності емоційно відгукуватися на стан партнерів по спілкуванню, здатності до самостимуляції та взаємної стимуляції в спілкуванні; комунікативної компетентності, тобто знання норм і правил спілкування .

Особливості професійного спілкування значною мірою обумовлені етичним стандартами професійної поведінки, цінностями, культурними традиціями, віковими, інтелектуальними та іншими характеристиками тощо. Якщо у звичайному спілкуванні механізми міжособистої взаємодії діють спонтанно, то у професійному спілкуванні вони мають стратегічне значення. Тому вони й вимагають досконалого вивчення та оволодіння, вміння зважати на контекст і специфіку роботи з певним групами та колективами. Так, для людини іноді важливо, щоб їй потиснули руку. Для неї це є ознакою довіри. Для людей похилого віку важливою є увага. Тож не треба шкодувати часу на вислуховування, співчуття, демонстрацію інтересу і поваги до їхніх заслуг і досвіду. Часом вони пропонують

пригоститися чимось і їм важливо побачити, що це приймається. Запропонована ними (і прийнята!) чашка чаю свідчить про їхню потрібність, підвищує самооцінку. З дітьми бажано погратися, спробувати розвеселити, зацікавити чимось. Коли ж людина пригнічена, досить посидіти поруч і просто помовчати. Але завжди потрібно намагатися бути природним.

І все ж найбільше значення в процесі комунікації має вміння слухати й уміння говорити. Уміння слухати не випадково стоїть на першому місці. Адже тільки після того, як ми вислухали людину, а найголовніше - почули те, що вона хотіла нам сказати, ми можемо приймати певні рішення, що і як сказати у відповідь, які питання перед ним поставити.

Теоретичні засади спілкування є складними. Але чи не найскладнішою і найвідповідальнішою є практика спілкування. Існують комунікативні мікро-техніки, опанування якими дає можливість фахівцю діяти більш ефективно. Тим не менш, реальні ситуації включають етичний вимір, що визначає професійну поведінку. Ситуація, наведена нижче, ілюструє різні аспекти професійного спілкування.

**Що ж означає вміння спілкуватися? І що таке спілкування?** У психології спілкування визначають як складний, багатоплановий процес установалення й розвитку контактів між людьми, що спричинено потребами в спільній діяльності й передбачає обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії та розуміння іншої людини.

**Суб'єктами спілкування є живі істоти, люди.** Зрештою, спілкування властиве для будь-яких живих істот, але лише у людини процес спілкування стає усвідомленим, пов'язаним вербальними та невербальними актами.

У будь-якому спілкуванні виділяють низку аспектів, зокрема **зміст, мету, засоби, функції.**

*Зміст спілкування* - інформація, яка в міжіндивідуальних контактах передається від однієї живої істоти до іншої.

*Мета спілкування* полягає в тому, що вона задовольняє соціальні, культурні, творчі, пізнавальні, естетичні та інші потреби людини.

*Засоби спілкування* - способи кодування, передачі, переробки та розшифрування інформації, яка передається в процесі спілкування від однієї людини до іншої. Інформація між людьми передається за допомогою почуттів, мови та інших знакових систем, писемності, технічних засобів запису та збереження інформації.

*Функції спілкування* поділяють на: 1) інформаційно-комунікативну (охоплює процеси формування, передання та прийому інформації); 2) регулятивно-комунікаційну (завдяки спілкуванню людина здійснює не тільки регулювання власної поведінки, а й поведінки інших людей і

впливає на їхні дії); 3) афективно-комунікаційну (спілкування впливає на емоційні стани людини та формування міжособистісних стосунків).

**Процес спілкування** має кілька складових:

По-перше, він складається з самого акту спілкування чи комунікації, в якому беруть участь комуніканти, яких має бути не менше двох.

По-друге, комуніканти повинні здійснювати саму дію, яку ми називаємо спілкуванням, тобто робити щось (говорити, жестикулювати, дозволяти зчитувати зі своїх облич певні вирази, які свідчать про певний стан, що його переживає людина).

По-третє, необхідно визначити в кожному акті канал отримання інформації. При розмові по телефону таким каналом є органи слуху та мови (аудіо-вербальний, слухословесний канал). Форма і зміст листа сприймаються зоровим каналом (візуально-вербальний). Рукостискання - спосіб передачі дружнього привітання кінестетикотактильним (рухово-дотикальний) каналом. Якщо ми за вбранням дізнаємося, що людина - узбек, то інформація надійшла візуальним (зоровим) каналом, а не візуально-вербальним, бо про це нам ніхто не говорив.

Виділяють комунікативну, перцептивну, інтерактивну сторони спілкування. Комунікативна сторона спілкування (чи комунікація) полягає в обміні інформації між індивідами, які спілкуються. Інтерактивна сторона полягає в організації взаємодії між індивідами, які спілкуються (обмін діями). Перцептивна сторона спілкування означає процес сприйняття і пізнання один одного партнерами по спілкуванню і встановленню на цій основі взаєморозуміння.

Отже, у процесі спілкування відбувається: взаємний вплив людей один на одного; обмін різними ідеями, інтересами, настроями, почуттями. Співрозмовники певним чином сприймають один одного, тобто кожен із них формує цілісний образ іншого, оцінюючи його зовнішній вигляд та поведінку. Сприйняття й розуміння співрозмовників відбувається під впливом багатьох чинників, які слід знати і враховувати у своїй практичній діяльності.

## **2. Моделі комунікації**

Існують різні теоретичні парадигми комунікативного простору, сформовані в рамках психологічних, лінгвістичних, соціологічних, філософських теорій. Найпростіша модель процесу комунікації має принаймні три елементи: 1) відправник, тобто той, хто є джерелом інформації; 2) повідомлення, тобто та інформація, що її передають; 3) одержувач, тобто той, кому цю інформацію передано.

Процес комунікації починається з того, що відправник формулює ідею повідомлення, або, простіше кажучи, думає про те, з якою метою та яку інформацію необхідно довести до відома одержувача. В процесі спілкування відправник також складає зміст повідомлення та обирає

засоби передачі інформації з урахуванням можливостей і особливостей одержувача стосовно сприйняття запропонованого змісту повідомлення.

Подання ідеї, яку намагається донести до одержувача відправник, у формі мови, зрозумілої одержувачеві, називається кодуванням. У цьому разі як кодові знаки можуть бути використані: слова усного й письмового мовлення (лексика, а також темп, стиль мови), візуальні образи (людей, предметів інтер'єру), пахощі (квітів, парфумів тощо), звуки (мелодії, інтонація й тембр голосу, модуляція), кольори, світло (яскраве, тьмяне), рухи та міміка тощо.

У свою чергу, одержувач сприймає представлену відправником інформацію, обробляє її (декодує), інтерпретує, тобто тлумачить повідомлення, співвідносячи його контекст із власного системою понять, і, нарешті, демонструє своє розуміння чи нерозуміння повідомлення відправникові. Комунікативний вплив відбувається лише за наявності єдиної чи подібної системи кодифікації й декодифікації в комунікації (людини, що направляє інформацію) і реципієнта (людини, що приймає її).

Досить часто комунікацію розглядають як **двосторонній динамічний** процес, що на практиці означає надання зворотного зв'язку тій людині, що відправляє інформацію, та приділення уваги каналу комунікації. Як зворотний зв'язок виступає будь-яка інформація, яку людина отримує від реципієнта своєї поведінки. Він може бути прямим або опосередкованим, негайним або відстроченим, апаратним і особистісним (вербальним і невербальним, оціночним і нейтральним, емоційним і описовим, нейтральним, інтерпретативним).

Загалом, зворотний зв'язок вважають важливим чинником у соціальній роботі. Адже він надає соціальному працівнику інформацію про те, як його сприймає клієнт, як він реагує на поведінку працівника, як розуміє, інтерпретує його; як його (працівника) поведінка діє на інших. Він дає можливість глибше зрозуміти проблеми клієнта. Для створення ефективної системи зворотного зв'язку у процесі професійного спілкування необхідна атмосфера взаємного сприйняття, доброзичливості, взаємної зацікавленості.

Як зазначалося раніше, комунікація може бути **невербальною й вербальною**. У процесі професійного спілкування фахівці повинні уникати упередженого ставлення та покvapливих висновків.

Увага має бути приділена таким виявам невербальної поведінки, як відстань між співрозмовниками, поза, контакт очей, паузи. Важливу інформацію дає порівняння невербальної поведінки з тим, що співрозмовник розповідає. Так, якщо співрозмовник запевняє, стискуючи кулаки, що, мовляв, у нього чудові стосунки в сім'ї, слід вказати йому на таку суперечність в його поведінці.

**Вербальні, або словесні, засоби спілкування** - це засоби мови, тобто те, що знаходить вираження у словах. Якщо взяти до уваги, що бесіда є

найпоширенішою формою взаємодії, то стає зрозумілим, що вміння говорити є одним з найважливіших засобів у професійній діяльності.

Особливістю мовлення в цьому випадку є те, що воно відбувається у формі діалогу. А це означає, що для успішного спілкування потрібно не тільки вміти точно й зрозуміло формулювати думки, підбираючи необхідні слова, а й підтримувати постійний зворотний зв'язок, орієнтуючись на реакцію співбесідника, виявляючи чутливість до невербальних сигналів, володіючи мистецтвом запитувати.

Успішність професійного спілкування фахівця значною мірою залежить також і від уміння слухати. Отже, потрібно розвивати в собі **навички активного слухання**, під час якого увагу зосереджено на важливому питанні співрозмовника, демонструванні *уважної поведінки*. Мова йде про формування відповідних якостей голосу (тембр, тональність), контакту очей, мови тіла. Таке слухання пов'язано з критичним мисленням та використанням **навичок спостереження**, які можуть включати відстежування особливостей та змін вербальної і невербальної поведінки співрозмовника.

Втім не завжди спілкування є ефективним, у ньому можливе виникнення **комунікативних бар'єрів**. Проблема комунікації полягає в тому, що на всіх стадіях комунікативного процесу виникають певні викривлення інформації з причин впливу різних перешкод, бар'єрів спілкування (так званого інформаційного шуму). Вже на етапі створення повідомлення існує небезпека неточного формулювання змісту і тексту, нелогічності, двозначності висловлювання. Навіть якщо відправник намагається висловлюватись якнайточніше, все-таки виникає розбіжність між думками і словами: одну й ту саму ідею можна виразити різними словоформами. Є чимало слів, які мають кілька і навіть десятки значень, і їх можна зрозуміти по-різному залежно від контексту розмови, очікувань і установок сприйняття. Таким чином, хоча відправник добре уявляє, як одержувач мав би інтерпретувати його повідомлення, проте результат інтерпретації, тобто розуміння й тлумачення повідомлення одержувачем, не завжди відповідає очікуванням відправника у зв'язку з дією цілої низки чинників.

#### **Комунікативними бар'єрами можуть також стати:**

- організаційні чинники: непристосоване приміщення, постійні відволікання співрозмовника через зовнішні подразники (телефонні дзвінки, звернення колег, неочікувані візити відвідувачів, виклики керівництва) та через власні дії (перебирання речей на столі, погляди на екран комп'ютера, прислухування до розмов із сусідньої кімнати), зосередження на інших речах (вбранні та зовнішності клієнта, власній зовнішності);
- особистісні чинники: втома, обмеженість часу, особистісні упередження, неприйняття співрозмовника та його поглядів, ігнорування

невербальної поведінки, нудьга та формальне ставлення, заклопотаність власними проблемами .

До бар'єрів можна віднести: побоювання чи страх перед невдачею; різницю в культурі, звичаях; наголоси та спосіб ведення розмови, темп мовлення; емоції (гнів чи депресія); фізичні незручності (голод, необхідність довго сидіти); перебивання та «читання думок»; мрії з відкритими очима в той час; професійний жаргон.

### 3. Спілкування як взаємодія

Спілкування як взаємодія передбачає, що люди встановлюють контакт один з одним, обмінюються певною інформацією для того, щоб будувати спільну діяльність, співпрацювати. Щоб спілкування як взаємодія відбувалося безпроблемно, воно може складатися з таких етапів:

- 1) встановлення контакту (знайомство). Передбачає розуміння іншої людини, представлення себе іншій людині, встановлення довірливої атмосфери;
- 2) орієнтація в ситуації спілкування, осмислення того, що відбувається, витримка паузи;
- 3) обговорення проблеми, яка цікавить;
- 4) вирішення проблеми;
- 5) завершення контакту (вихід з нього).

Отже, необхідною умовою успішного процесу спілкування є встановлення контакту зі співрозмовником. **Контакт** - це стан гармонії, сумісності, який сприяє взаєморозумінню, довірі, щирості і встановленню робочих стосунків між співрозмовниками. На початку бесіди важливо створити атмосферу психологічного комфорту. У пригоді можуть стати факти, що свідчать не про вашу байдужість, а навпаки - зацікавленість у переживаннях людини: «Я розумію, що вас непокоїть. Так, це дуже неприємно, що...». Усе це має бути сказано так, щоб людина зрозуміла, що розмова дуже потрібна співрозмовнику, а не тільки йому самому. Встановлення контакту зі співрозмовником відбувається в перші три-чотири хвилини бесіди, потім слід перейти до наступного етапу спілкування.

Для того, щоб зорієнтуватись у ситуації, слід уважно вислухати людину, дати їй можливість висловитися, розкритися. А це вимагає, з одного боку, уважного слухання, а з іншого - постійного виявлення зацікавленості, відвертості, доброзичливості й підтримки. Тут цілком доречними будуть засоби рефлексивного слухання, тобто час від часу слід стимулювати розповідь співрозмовника, підбадьорювати його простими репліками на зразок: «Так-так, я вас уважно слухаю...», «Зрозуміло...», «І що далі?..», «Так, звичайно...» «Продовжуйте, це справді важливо...», «Чи не змогли б ви зупинитися на цьому детальніше?..» .

Поряд з вислуховуванням слід підтримувати й розвивати розмову, висловлюючи власне ставлення до почутого, ставлячи різноманітні запитання, щоб краще з'ясувати суть справи та співрозмовника до спільного пошуку рішень, поглядів. Розвиток діалогу, отримання необхідної і якомога повнішої інформації значною мірою залежать від того, наскільки правильно ставляться запитання (*відкриті, закриті*), визначати фокус розмови. Адже саме за допомогою цього бесіду спрямовують у потрібне русло, досягаючи мети в оптимальний термін.

Звичайно, важливо дотримуватися міри й такту, не бути надокучливим і стереотипним. Якщо людина хвилюється, слід заспокоїти її, сказавши, що докладете всіх зусиль, аби допомогти розібратися у складному питанні. Іноді краще мовчки слухати співбесідника, не перебиваючи. Є багато випадків, коли людині важливо просто висловитись, як то кажуть, «відвести душу», «поплакатися комусь у жилетку». Вивільнення негативних емоцій та переживань, так звана вербалізація емоційних станів уже сама по собі є ефективним прийомом.

У фаховому спілкуванні значне місце посідає й переконання, проведення переговорів, врегулювання конфліктних ситуацій. І хоча існують різні підходи до переговорів та розв'язання конфліктів, найприйнятнішим виглядає такий, коли: учасники разом вирішують проблему; мета полягає у дружлюбному та ефективному досягненні результату; проблеми відокремлені від особистостей; у стосунках з людьми встановлено «м'який» курс, але при цьому стосовно вирішення проблеми зайнято досить жорстку позицію; увагу сконцентровано на проблемах, а не на позиції учасників спілкування; проаналізовано інтереси учасників; учасники відкриті для доказів інших, поступаються доказам, а не тиску. При цьому важливо пам'ятати, що процес переговорів завжди існує на двох рівнях: на одному рівні обговорення стосується змісту предмета переговорів, на іншому - воно зосереджується, зазвичай приховано, на процедурі вирішення питань по суті. Тим часом неможливо переконати людей у протилежному, коли вони думають, що хтось намагається їх використовувати.

#### **4. Механізми соціальної перцепції**

Важливою стороною спілкування є **перцепція** як процес і результат сприйняття, розуміння та оцінки людиною явищ навколишнього світу, соціальних об'єктів: інших людей, самих себе, груп. У вужчому сенсі соціальну перцепцію розглядають як міжособистісне сприйняття: процес сприйняття зовнішніх ознак людини, співвідношення їх з її особистісними характеристиками, інтерпретація чи прогнозування на цій основі її вчинків. При взаємодії та спілкуванні соціальна перцепція є взаємною, люди сприймають, інтерпретують та оцінюють один одного.

У процесі спілкування з часто виникають різні почуття щодо поведінки співрозмовника, його манери ввести себе, ідентифікувати власну

проблему. Особливості сприйняття визначаються значною мірою так званими механізмами соціальної перцепції.

**Механізми соціальної перцепції** - способи, завдяки яким люди інтерпретують, розуміють та оцінюють іншу людину. Найпоширенішими є: атракція, каузальна атрибуція, ідентифікація, соціальна рефлексія, емпатія.

**Атракція** - особлива форма сприйняття і пізнання іншої людини, що заснована на формуванні стосовно неї стійкого позитивного почуття. Завдяки позитивним почуттям симпатії, дружби, любові, між людьми виникають певні взаємини, які дозволяють глибше зрозуміти один одного. Атракція як механізм соціальної перцепції розглядається в трьох аспектах: процес формування привабливості іншої людини, результат даного процесу, якість ставлення. Так, формуючи позитивне ставлення до людини ще напередодні зустрічі з ним, можна попередити виникнення оціночних суджень, стигматизації. Вважається, що більш позитивне сприйняття сприяє глибшому дослідженню проблем людини.

**Каузальна атрибуція** - приписування людині причин її поведінки, коли виникають власні припущення про те, чому індивід, який сприймається, поводить певним чином. Спостерігач це робить або на основі схожості поведінки індивіда з будь-яким знайомим йому обличчям чи образом людини, чи на основі аналізу власних мотивів, які можна передбачити в подібній ситуації. Ці образи можуть бути нереальними людьми (образи художніх героїв), усвідомленими чи формуватися на підсвідомому рівні. Прикладом дії такого механізму може виступати взаємодія з людиною, що повернувся з місця позбавлення волі.

Сприйняття іншої людини залежить також від його здатності поставити себе на місце іншого, ототожнити себе з ним. Процес і результат такого ототожнення називається ідентифікацією - як соціально-психологічний феномен. Цей механізм є схожим з емпатією, однак емпатію можна розглядати більшою мірою як емоційне ототожнення іншого, розуміння його емоційних переживань, почуттів; при ідентифікації ж відбувається інтелектуальне ототожнення, результати якого більш успішні тоді, коли спостерігач точно визначив інтелектуальний рівень того, кого сприймає.

У процесі сприйняття є певні викривлення сприйняття образу, які часто можуть бути обумовлені певними соціально-психологічними ефектами сприйняття. Серед них виділяють ефект первинності та недавності, згідно з яким якщо людину знаємо досить довго, то найбільш значимою буде остання інформація, якщо людина незнайома чи мало знайома - перша інформація. Також виділяють ефект *позитивного чи негативного ореолу*. Часто цей ефект виникає стосовно людини, про яку складається загальне оціночне уявлення через нестачу інформації.



Прикладом викривлень сприйняття є також стереотипи - як надмірне узагальнення якогось явища, яке переходить у стійке переконання і впливає на систему взаємин людини, способи поведінки. Особливо поширеними є етнічні стереотипи, які часто призводять до дискримінаційного ставлення за етнічною ознакою та соціального виключення групи людей.

Процес формування стереотипів називають *стереотипизацією*, внаслідок якої формується соціальна установка - схильність, готовність людини сприймати щось певним чином і діяти певним способом. Вважають, що установка лежить в основі вибіркової активності людини, тому є показником можливих напрямків діяльності. Знаючи соціальні установки людини, можна прогнозувати її дії.

Деякі автори вирізняють три види помилок у сприйнятті в процесі спілкування, що спричиняються відповідно чинниками переваги, привабливості та «ставлення до нас».

Перший різновид помилки, спричиненої фактором переваги, полягає в тому, що при першій зустрічі з людиною, котра має (порівняно з нами) перевагу за суттєвим для нас параметром, ми схильні до перебільшення і в інших оцінках цієї людини. І навпаки - якщо нам здається, що ми переважаємо співбесідника, знову ж таки за однією будь-якою значущою для нас характеристикою, то це призводить до того, що ми недооцінюємо його і в інших аспектах .

Дія фактору привабливості полягає в тому, що зовнішній вигляд співбесідника досить суттєво впливає на сприйняття та оцінку з боку його візаві. До людини, котра подобається нам, ми ставимося прихильніше й дещо переоцінюємо інші її якості. Якщо ж співбесідник має непривабливий для нас вигляд, то й інші його характеристики сприймаємо негативно. Це явище влучно відображено в прислів'ї: «Не судять по одежі - судять по розуму».

Третій вид помилок викликає чинник «ставлення до нас», що виявляється за схемою: «Тих людей, котрі до нас ставляться добре, ми сприймаємо й оцінюємо за всіма іншими характеристиками набагато ліпше, ніж тих, хто за нашими уявленнями ставиться до нас погано». Виходить, що в першому випадку ми схильні «приписати» людині позитивні якості, навіть якщо вони їй і не властиві, а в другому - ніби не помічати чеснот, а навпаки, підкреслювати й перебільшувати вади партнера .

Отже, особистість мусить виробити в собі такі перцептивні навички, як управління власним сприйняттям; адекватна оцінка соціально-психологічної налаштованості партнера по спілкуванню; вміння розуміти зміни в голосі, жестах, виразі обличчя партнерів! Визначати тон спілкування; налагоджувати потрібний контакт прогнозувати хід розмови тощо.

## 5. Емпатійне спілкування.

Основу професійного спілкування становить емпатія (від англ. empathy - вчування, проникнення), яка розглядається як здатність особи осягнути емоційний стан іншої людини, проникнення в переживання іншої людини шляхом внутрішнього відчуття. В практиці спілкування прийнято розглядати *емоційну* (та, що ґрунтується на механізмах проєкції та наслідування моторних і афективних реакцій іншої людини), *когнітивну* (ґрунтується на інтелектуальних процесах) *предикативну* (як здатність людини передбачити афективні реакції іншої в конкретних ситуаціях) *емпатію*.

Сам термін «емпатія» ввів відомий психолог Едвард Тітченер. Альфред Адлер вважали, що певний ступінь емпатії властивий будь-якій ефективній бесіді, вона є фундаментальним процесом у романтично-інтимних відносинах. Карл Юнг називав емпатію центром естетичних теорій. Деякі автори вбачають у ній містичний стан, особливі людські взаємини і рекомендують використовувати емпатійне слухання у діяльності вчителів, проповідників і всіх тих людей, чия професія пов'язана з впливом на людей. Інколи емпатію протиставляють розумінню людини людиною, оскільки емоційна природа емпатії виявляється в тому, що ситуація іншої людини не так «продумується», як «відчувається».

Як правило, емпатійність є вродженою властивістю й зростає з віком. Однак безпосереднє використання особистого досвіду для пояснення поведінки інших людей може призвести до атрибутивних помилок в інтерпретації міжособистісної взаємодії. Тому у соціальних працівників її тренують за допомогою спеціальних методик.

У практиці професійного спілкування розрізняють кілька **рівнів емпатійності**. **Надзвичайно високий** рівень відповідає хворобливо розвинутому співпереживанню. Надмірна сенситивність (емоційна чутливість і вразливість) виявляється у постійному неспокої за інших людей. Підвищена вразливість часто спричиняє страждання й комплекс провини навіть тоді, коли на те немає підстав. У професійному спілкуванні це може викликати стрес, депресію, а відтак і неспроможність приймати виважені рішення, діяти наполегливо й рішуче, зберігати внутрішні ресурси для подальшої діяльності.

**Високий рівень** емпатійності характеризується чутливістю до проблем оточуючих людей, великодушністю, здатністю прощати інших. У людини з розвиненою емпатією проявляється щирий інтерес до життя інших людей, бажання бути причетним до поліпшення їхньої долі.

Переважній більшості людей притаманний **середній рівень** емпатійності, який характеризується врівноваженістю, розсудливістю, достатнім рівнем самоконтролю над власними емоціями. Це теж прийнятний ступінь розвитку цієї якості для особистості, адже стосунки та

поведінка інших оцінюється більшою мірою за допомогою логіки, а не почуттів та емоцій.

Для людини з низьким рівнем емпатійності характерними є емоційний холод, нерозуміння емоційних проявів у вчинках інших, керування лише однією логікою, «суха» розсудливість, відчуженість. І, як наслідок, брак друзів, самотність, життя у власному «панцирі».

Дуже низький рівень емпатійності має ті ж самі властивості, що й низький, але з більшою мірою ускладнень. Це і відторгнення у стосунках з колегами, складності у спілкуванні, непорозуміння, конфлікти. Причиною є саме надмірна акцентуація на власній особі, егоїзм, а звідси - нездатність зрозуміти емоції і почуття інших людей .

Зрозуміло, що останні два рівні несумісні з успішною соціалізацією, оскільки суперечать її гуманістичній сутності, що вимагає від спеціаліста певного розвитку чутливості до життя інших, і не тільки «ближніх», а й «дальніх».

У процесі спілкування варто зважити й на існування трьох основних стилів спілкування - візуального, аудіального та кінестетичного (комунікація через бачення, слухання/говоріння та почуття), а також їхню надзвичайну важливість для зразків (патернів) людської взаємодії. Хоча кожен з нас - якщо тільки його органи не є якимось чином ушкодженими - використовує всі три способи спілкування, проте один з цих трьох стилів є для нас найбільш природним та усталеним, наприклад, кожен з нас має відповідну силу зору, слуху/говоріння, почуттів. Таке надання переваги у способі спілкування, можливо, закладено ще в дитинстві.



### Питання для дискусій та самоконтролю

1. Сутність поняття «спілкування».
2. Правила ефективного спілкування.
3. Види комунікації.
4. Як створити емоційний клімат у процесі спілкування?
5. Етапи ефективного спілкування.

## ТЕМА 8-9

### Профілактика емоційного вигорання та нейтралізація внутрішніх «кілерів»

**Мета:** сформуванати уявлення про ознаки емоційного вигорання з метою вчасної діагностики, познайомити з методами профілактики емоційного вигорання.

**Основні поняття і терміни:** професійна деформація, емоційнйне вигорання, способи виходу та профілактики.

### **План**

1. Сутність понять „професійна деформація”.
2. Профілактика та шляхи подолання професійного вигорання
3. Способи виходу.
4. Стратегії допомоги спеціалісту.
5. Стратегії самодопомоги.

### **Література**

1. Мигович І.І. Теоретичні й організаційно-методичні аспекти підготовки фахівців для соціальної роботи /І.І. Мигович //Матеріали наук.-практ. конфер. „Соціальна робота в Україні початку ХХІ століття: проблеми теорії і практики”. - К., 2005. -С. 51-52.
2. Безсонов С.П. Професійна деформація особистості: психологічний практикум/ С.П. Безсонов.- СПб.: Мова, 2004. – 272 с.

#### ***1. Сутність понять „професійна деформація”***

Професійна діяльність займає важливе місце в житті людини, суттєво впливає на її соціальне формування та поведінку. Однією із серйозних проблем, яка виникає в процесі професійної діяльності, є професійна деформація. Найбільше вона впливає на особистісні характеристики представників професій типу „людина-людина” (психологи, педагоги, лікарі, соціальні працівники, консультанти, продавці, менеджери, агенти, журналісти, керівники), а також військовослужбовців та спеціалістів, які працюють в екстремальних умовах.

Соціальний педагог при довготривалому виконанні професійних функцій піддається різноманітним впливам, які пов’язані зі специфікою його діяльності. У результаті відбувається зміна якостей і властивостей його особистості.

Науковці визначили це явище терміном „професійна деформація”.

**Поняття „деформація особистості”** (від лат. - *deformatio* - зміна форми, викривлення) характеризує зміну якостей і властивостей особистості (стереотипів сприйняття, ціннісних орієнтацій, характеру, способів спілкування та поведінки) під впливом тих чи тих факторів, які мають для неї життєво важливе значення.

Професійна деформація - це зміна якостей і властивостей спеціаліста під впливом професійних факторів діяльності .

Проблема професійної деформації вивчалася багатьма дослідниками із різних галузей діяльності: зарубіжними - К. Мас- лач, С. Браун, В.

Холдер, Дж. Коллінс, А. Пайнас, М. Ганн, Дж. Едельвич та вітчизняними - А. Бродським, Д. Труновим, В. Самойловою, Л.Мардахаєвим, В. Полуектовим, М. Фірсовим, О. Хухлаєвою.

Безпосередньо теоретичні аспекти деформації почали досліджувати Л. Мардахаєв, В. Подвойський, Н. Нікітіна, Л. Мітіна та інші.

Професійна деформація особистості має епізодичний або стійкий, поверхневий або глобальний, позитивний або негативний характер. На думку психологів, професійна деформація виявляється у психологічній деформації через постійний тиск на людину як зовнішніх, так і внутрішніх факторів.

Відзначається підвищеним рівнем агресивності, неадекватності сприйняття ситуацій і людей. Це породжує нездатність до ефективного розвитку та самовдосконалення. Д. Трунов, розглядаючи феномен професійної деформації, визначив його як процес проникнення „Я-професійного” в „Я-людське”, маючи на увазі те, що при професійній деформації вплив установок не обмежується професійною сферою. Так після виходу людини з професійної ситуації не відбувається її „виправлення”, тому і в особистісній сфері життя людини продовжує нести на собі деформуючий відбиток професії.

Учений представив механізм деформуючого впливу у формі метафори, де виробничий процес виготовлення будь-якого виробу за допомогою пресування проходить вплив преса, втрачає свою стару форму і на виході має нову форму, що відповідає конфігурації преса. Для того, щоб процес деформації відбувся, необхідна достатня сила преса, яка взаємодіє з певними властивостями матеріалу. Матеріал може не змінити своєї форми, якщо процес недостатньо сильний. Через деякий час він приймає первинну форму. Для того, щоб цього не сталося, у деяких виробничих процесах використовуються різні способи закріплення одержаної форми, напр., „обжиг” під час виготовлення керамічних виробів. Якщо ж матеріал недостатньо стійкий, то на виході виробничого процесу він трансформується. Ці зміни можуть бути як позитивними, так і набувати негативного забарвлення. Дослідник проводить таку аналогію, де властивості матеріалу - особистісні якості спеціаліста, психічна рухливість/ ригідність, світоглядна незалежність, особистісна зрілість/ незрілість; конфігурація преса - це ті професійні рамки, в які вводить себе спеціаліст (принципи, установки, професійні навички, проблематика клієнтів, умови роботи); сила преса - ступінь впливу попередніх факторів (віра у методи та авторитет учителів, особистісна значимість професійної діяльності, відчуття відповідальності, залученість у професійну діяльність, мотивація, почуття обов'язку, розуміння своєї місії, сила зовнішнього контролю тощо; „обжиг” - фактор, який сприяє закріпленню форми і пов'язаний з отриманням позитивних емоцій від професійного успіху, вдячності клієнтів, схвалення вчителів, визнання колег та інше.

В результаті завдяки успішному поєднанню вищезазначених факторів, з'являється ризик одержання деформованого спеціаліста, який не може відновити свою початкову людську форму без зовнішнього втручання та допомоги.

Завдяки впливові професійної діяльності деякі наслідки можуть бути позитивними, а саме: характеризувати „особистісний ріст” спеціаліста, більш глибоке усвідомлення себе та оточення, здатність до рефлексії, емпатії; набуття навичок комунікативних та подолання кризових, психотравмуючих ситуацій, саморегуляції.

Серед негативних наслідків, які ми називаємо „професійною деформацією”, можна назвати: проектування негативної проблематики на себе та інших, нав'язлива діагностика себе та інших, консультивання оточення, „прийняття ролі вчителя”, надмірний самоконтроль, *idea fixe* - „робота над собою”, перенасиченість спілкуванням.

Професійна деформація фахівця проявляється у професійному жаргоні, манерах поведінки, зовнішньому вигляді. Окремими проявами професійної деформації вважаються „управлінська ерозія”, „синдром вигорання”.

Термін „*burn-out*” - „вигорання” означає явище, яке трапляється у людей, зайнятих у соціальній сфері; подібне до надто тривалої роботи двигуна без техогляду і профілактики. Двигун, як відомо, згорає. Подібним чином „вигорають” і люди при великих обсягах роботи, повторюваності важкої виснажливої праці без перерв, з великою внутрішньою віддачею і без відчутного заохочення.

Вигорання - це процес і результат поступового охолодження спеціаліста, до роботи, яку він виконує.

Опитування фахівців виявило, що значна їх кількість часто відчувають втому від роботи з великою кількістю звітної документації, постійної підконтрольності вищим органам, конфліктів у колективі, вирішення складних, негативних життєвих ситуацій та завдань. Постійне виконання своєї професійної ролі, перенесення її в інші сфери життя унеможлиблює вихід з неї, що негативно позначається на емоційному самопочутті фахівця.

Науковці окреслили низку специфічних факторів, які впливають на деформацію професіонала: соціальний статус професії і самої професійної діяльності у суспільстві; соціальний статус спеціаліста ; середовищний статус спеціаліста в суспільстві; суб'єктивний статус; зміст професійної діяльності; сама професійна діяльність; негативна культура об'єктів; психологія колективу; авторитет керівника та колег; емоційні фактори та їх впливи; фактор середовища; результат професійної діяльності .

Найбільш типовими позитивними проявами професійної деформації, які обумовлюють розвиток фахівця, визначаються: самовдосконалення,

підвищення особистісної культури, відповідальності, організованості, зібраності, дисциплінованості.

Особистісна позитивна деформація спеціаліста характеризується розвитком професійних якостей, техніки, професійної культури, активної творчості, культури праці та її результативності.

Особистісно-поведінкова зміна поведінки характеризується високим рівнем моральності.

Серед проявів негативної деформації за результатами досліджень європейських спеціалістів кінця ХХ століття визначається дегуманізація, емоційний хронічний стрес, фізичне та емоційне виснаження, вичерпаність особистих ресурсів, втрата інтересу до клієнтів, гнів, цинізм, роздратованість. Негативні прояви професійної деформації виявляються у використанні свого службового становища у корисливих цілях, неповазі до інших, авторитарності як прагненні підкорити собі партнерів, перенесення такої поведінки у сім'ю тощо.

Вульгарно-безконтрольна деформація характеризується грубістю, неконтрольованістю мовлення у процесі взаємодії з колегами, членами сімей. Ситуативна деформація, яка виявляється у дуалістичній поведінці спеціаліста в залежності від ситуації (спокійний і шанобливий - на роботі і грубий та жорстокий - у сім'ї) тощо.

Найбільш типовими негативними характеристиками деформації вважаються розчарування у професії, кар'єрна криза, втрата авторитету через зміну ставлення керівництва до спеціаліста.

Симптоми професійного вигорання

- Почуття постійної хронічної втоми
- Відчуття емоційного і фізичного виснаження
- Зниження сприйнятливості і емоційності
- Погіршення стану здоров'я
- Різка зміна ваги
- Порушення сну
- Погіршення роботи аналізаторів
- Постійне переважання негативних емоцій
- Дистанціювання від колег
- Почуття гіпервідповідальності і страх

## ***2. Профілактика та шляхи подолання професійного вигорання***

У наш час проведено певну кількість досліджень, присвячених пошуку шляхів профілактики та мінімізації професійної деформації. У контексті її розв'язання важливе місце займає питання підтримки та

впливу трудового колективу і сім'ї з огляду на підтвердження віри в себе, впевненості у тому, що, незважаючи на складні умови життя та роботи, спеціаліст може вийти з негативних ситуацій. Також питання про особливості емоційної гнучкості спеціаліста. Так, Л.М. Мітіна визначає емоційну гнучкість як оптимальне поєднання емоційної чуйності та емоційної стійкості, що являє собою якість психіки, завдяки якій фахівець здатен здійснювати необхідну діяльність у складних емоційних ситуаціях. Найчастіше емоційна стійкість обумовлена рівнем розвитку саморегуляції. Сфера саморегуляції характеризується самокритичністю, усвідомленням дій, умінням співвідносити свою поведінку з діяльністю інших людей, проявляється у здатності людини управляти своєю поведінкою та діяльністю через рефлексію і аналіз своїх стосунків.

**Умовно всі методи гармонізації психофізичного стану людини можна об'єднати в 3 групи:**

1. Фізіологічний рівень регуляції психофізичного стану (вплив на фізичне тіло): достатньо тривалий і якісний сон, збалансоване харчування, достатнє фізичне навантаження, заняття спортом, ранкова гімнастика, танці фітотерапія, масаж, ароматерапія, терапія мінералами, дихальні вправи, водні процедури тощо.

2. Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану (вплив на емоційний стан): гумор (сміх позитивно впливає на імунну систему, активізуючи Т-лімфоцити крові; у відповідь на усмішку організм продукуватиме бажані гормони радості; гумор чудово «перезаряджає» негатив); музика (найкраще сприяє гармонізації психоемоційного стану прослуховування класичної музики, хоча у малих дозах рок теж буває корисним, він допомагає вивільнитись від негативних емоцій); спілкування з сім'єю, друзями; заняття улюбленою справою, хобі (комп'ютер, книжки, фільми, в'язання, садівництво, рибальство, туризм ); спілкування з природою (природа завжди дає людині відчуття приливу сил, відновлення енергії); спілкування з тваринами; медитації, візуалізації (уявити щось гарне, приємне); аутотренінги.

3. Ціннісно-смысловий рівень регуляції психофізичного стану (вплив на думки, зміна світогляду): позитивно сприймати світ, професійні невдачі розглядати як методи самоудосконалення, не зациклюючись на негативі

### **2.1. Способи виходу**

Основними шляхами мінімізації професійної деформації вважаємо такі:

- професійний відбір, який враховує індивідуально-психологічні особливості і особистісні якості абітурієнтів;
- конкретизація організації та результативності навчально-виховного процесу професійної підготовки у ВНЗ;



- підвищення рівня виховної роботи у напрямі підвищення статусу професії , спеціаліста та професійного самовизначення і самовдосконалення;

- залучення до викладання і керівництва практикою студентів кращих спеціалістів з галузі, супервізорів.

З урахуванням акмеологічного підходу та специфіки оволодіння професією важливо на всіх його стадіях конкретизувати організацію результативності навчально-виховного процесу, акцентуючи увагу на відповідних етапах, проблемних ситуаціях, труднощах. Так, на початковій навчальній стадії необхідно з'ясувати, закріпити професійні та особистісні наміри усвідомленого вибору професії з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей студента. Для якісної професійної підготовки головні зусилля викладачів і студентів повинні зосереджуватися на засвоєнні системи необхідних знань, умінь, навичок, набутті досвіду теоретичного і практичного розв'язання професійних ситуацій і задач.

Цьому сприяє залучення до викладання і керівництва практикою досвідчених працівників, цілеспрямована виховна робота в академгрупах, зв'язки з громадськістю, що у подальшому сприяє професійній адаптації - входженню студентів у майбутню спеціальність, засвоєнню ними нових соціальних ролей, професійному самовизначенню, формуванню необхідних особистісних якостей, досвіду самостійного виконання багатьох видів робіт, усвідомленню статусу професії .

В рамках виховної роботи пропонуємо практикувати такі організаційні форми роботи:

- зустрічі з досвідченими спеціалістами, свято професій , тижні професії;

- конкурси професійної майстерності; „круглі столи” на теми професійної діяльності, значення професії у сучасних умовах;

- дискусії - „Моя майбутня професія”, „Статус професії у нашому суспільстві”, „Труднощі, які виникають у процесі професійної діяльності” та ін.;

- тренінгові форми роботи: розвиток навичок продуктивної комунікації, особистісного зростання і професійного росту, тренінги саморегуляції емоційної сфери тощо;

- участь у студентських конференціях на теми: „Професія в сучасному вимірі”, „Особистість професіонала. Вимоги до фахівця”, „Виміри професійних успіхів”;

- творчі роботи: „Моя професія”, „Професійна кар'єра”, „Задоволеність працею - важливий професійний фактор”, „Професійна адаптація” та ін.

На завершальних етапах більше половини навчального часу має відводитися на практику під керівництвом супервізора, який допоможе краще усвідомити суть професії, її зміст, особливості, різноманітність

впливових факторів на діяльність; знайти своє місце в ній, зрозуміти специфіку роботи у закладах різного типу на сучасному етапі; виробити реалістичний підхід до майбутньої діяльності.

## **2.2. Стратегії допомоги спеціалісту**

Шляхами виходу з професійної деформації є також підвищення рівня психологічної компетентності та оволодіння прийомами саморегуляції психічних станів, навчання методам аутотренінгу та релаксації як у період навчання та професійної підготовки, так і в період практичної діяльності.

М. Фірсов пропонує такі способи зняття наслідків професійних ризиків

1. метод індивідуальної роботи;
2. різні види консультування;
3. метод супервізії (супервізія - це процес інтеракцій, головною метою якого є спілкування однієї людини — супервізора
4. з іншою людиною, що проходить супервізію з метою пошуку більш ефективних шляхів Допомоги іншим людям).

А. Кадушін виділяє три основні функції супервізії: освітню, підтримуючу, адміністративну і направляючу.

Освітня функція має на меті постійний аналіз змісту та процесу роботи поширення робочих знань, навичок, одержання інформації та нового погляду на ситуацію, а також зворотного зв'язку від процесу та змісту роботи.

Підтримуюча функція передбачає шляхи, що протидіють стресам, болю, негативному фону діяльності, який впливає на спеціаліста, одержання оцінки та підтримки як працівника і як особистості та запевнення в тому, що вантаж труднощів і проблем можна розділити з іншими спеціалістами; вивчення ознак власного дистресу.

Направляюча та адміністративна функції пов'язані з контролем діяльності спеціаліста, виявленням його некомпетентності, плануванням та ефективним використанням професійних ресурсів.

### **Стратегії допомоги спеціалісту:**

#### **1. Словесні інформативні стратегії:**

- а) інформування про проблему та її причини, ознаки і прояви;
- б) проведення циклу бесід про взаємозв'язок емоційного благополуччя та психосоматики;
- в) розповіді про страх помилки та особистої недосконалості.

#### **2. Стратегії накопичення ресурсів:**

- 6) святкування днів народження;
- 7) організація різноманітних свят, колективний спів;
- 8) організація відпочинку, чаювання, походи до театру, виїзди на природу;
- 9) участь у спортивних змаганнях.

### 3. Стратегії „погладжування”:

- а) заохочення, позивне схвалення;
- б) відзначення позитивних якостей і досягнень професійного і особистісного характеру.

Використання творчих вправ, які сприяють розвитку професійних навичок (уміння слухати, говорити, уміння виявляти проблему, розробляти шляхи виходу зі складної ситуації). Однією із таких вправ може бути - „Створи свій портрет”, в якій знайдуть відображення сили, приховані у кожній людині.

#### **2.3. Стратегії самодопомоги**

У подоланні ознак професійного вигорання та з метою профілактики цього явища використовуються робота у групах, діяльність тренінгових клубів („ігри у самих себе”) [8].

Тренінг самодопомоги у професійному вигоранні.

Роботу тренінгових клубів можна розбити на дві частини: аналітичну та релаксаційну. Аналітична частина передбачає сприйняття симптомів вигорання спеціалістів, усвідомлення їх та можливість зрозуміти, що відбувається з людиною.

З цією метою проводиться діагностика картини емоційного вигорання з використанням відомих методик „Діагностики рівня емоційного вигорання” (В.В. Бойко), яка дозволяє діагностувати характерні симптоми емоційного вигорання, визначити, до якої фази розвитку стресу вони належать: „напружен ня”, „резистенція”, „виснаження”. Результати методики можуть дати об’ємну характеристику особистості спеціаліста, оцінити адекватність емоційного реагування у конфліктних ситуаціях, рівень тривожності та рівень сформованості симптомів емоційного вигорання.

Методика складається із 84 суджень, які спрямовані на визначення характеристики симптомів вигорання, а також листка обробки результатів.

Результати дослідження можуть бути ілюстрацією для обговорення учасників тренінгу з практичним психологом.

Використовуються також вправи про задоволеність праці як важливого професійного фактору: питання та відповіді або окремі дискусії про те, що заважає отримувати задоволення від праці, визначення причин незадоволеності, робота у групах з виявленням різних причин незадоволення роботою, робота в мінігрупах та визначення списку і загальних причин незадоволення роботою.

Другий етап передбачає релаксацію учасників з використанням вправ саморегуляції та вправ на релаксацію та навчання цим вправам, а також з використанням музикотерапії, аро-мотерапії, казкотерапії, бібліотерапії тощо.

#### **Стратегії та методи самодопомоги.**

Кроки з подолання професійного вигорання:

2. Використовувати метод самодіагностики на виявлення ознак професійної деформації, перевірити себе на наявність таких симптомів:
3. а) чи викликає у Вас робота почуття емоційного виснаження, байдужості;
4. б) чи властиве Вам почуття негативного ставлення до колег;
5. в) чи відчуваєте Ви негативне професійне самосприйняття - власну некомпетентність, недостатню професійну майстерність;
6. г) використання словоформ самонавіювання з метою само-допомоги (девізів, закликів): „Наша сила в нашому тилві, в нашій сім'ї, яка в нас вірить і пишається нами”, „Моя робота приносить мені задоволення”, „Своєю роботою я приношу радість і користь іншим людям, вношу гармонію у їх життя” тощо;
7. Розібратися із собою: усвідомити мету, завдання, уявити образ майбутнього, відповісти собі на запитання „У чому сенс того, що я роблю...”, „Куди я йду...”, „З ким я йду...”, „Навіщо...”, „З якою метою...”;
8. Використовувати вправи і тести: „Як навчитися правильно оцінювати себе”, „Виявлення сильних та слабких сторін”, „Як проявляти свої здібності і бути кваліфікованим працівником”, „Як виявляти свої життєві потреби та труднощі”, „Як виявляти свої сильні сторони”, „Як виявляти свої особистісні властивості, що впливають на стосунки з іншими людьми та підопічними”;
9. Піднятися над ситуацією, подивитися на свою діяльність з більш глобальної точки зору (знайти інший напрям системи цінностей);
10. Поставити акценти на тому, що знаєш, що вмєєш, а не на тому, що є проблемою. Перетворити ці знання про себе в інструмент саморозвитку (наприклад, навчитися майстерності управляти, освоїти нові комп'ютерні технології тощо);
11. Провести ревізію своєї майстерності, визначити, що рівень її недостатній, сформулювати особливе бажання вдосконалювати свою майстерність;
12. Приділяти увагу кожен день і кожну годину бесіди з собою, використовуючи методи самооцінки, самосхвалення, самоаналізу, самоінформації;
13. Знайти новий інтерес, заняття, окрім роботи (в'язання, музика, вишивка, флористика, гербарій, дизайн, спорт, екстремальні захоплення тощо);
14. Використовувати поради практичних працівників, вчитися пишатися результатами своєї справи, підвищувати свою самооцінку, любити життя;

15. Створювати систему справ, які підвищують значимість професії („Головне - почути, допомогти і полюбити самого себе”, Н. Зайкова).

**Саногенне мислення.** Сформованість саногенного мислення та поведінки означає сформованість умінь протистояти всім негативним факторам, що шкодять їхньому фізичному, психічному здоров'ю, викликають внутрішній дискомфорт та зовнішню дисгармонію; усвідомлення здоров'я, особистісної свободи як найвищої цінності. Це передбачає позбавлення внутрішніх «кілерів», що заважають повноцінно жити та відчувати задоволеність життям (у кожного це свої внутрішні перепони, наприклад, страх, тривога, невпевненість тощо), а також нейтралізація зовнішніх негативних впливів зі сторони клієнтів, керівництва, різних соціальних умов та оволодіння різними методиками, прийомами, які допомагають відновити фізичний, психоемоційний стан. Піклування про фізичний стан організму передбачає правильне харчування, раціональне використання часу, гігієну розумової праці, режим дня, а також обов'язковим є, враховуючи стиль життя сучасної молоді, заняття спортом, фізкультурою та різними її сучасними видами.

Як зазначає відомий сучасний психолог С. Максименко, саме живий людський рух – головний регулятор нашої енергетики. Позбавити людину рухів – значить, провокувати виникнення в неї феномена хаотичної енергії, простіше кажучи – приректи її на загибель. Більшість людей живуть у стані перевитрат енергії, з енергетичним боргом. У них пасив оперативного енергопотенціалу – дефіцит енергетичного балансу: відновлення витраченої енергії відбувається повільно, оскільки здатність її «заробляти» власними розумовими або психомоторними діями втрачена внаслідок перевтоми або хвороби. Енергія – необхідна умова розвитку, переходу від можливості дії, уявлення про неї – до дійсності, матеріалізації образів, почуттів і думок. Тому потрібно вміти, особливо людям, які працюють у системі «людина-людина», не лише витратити енергію, а й поновлювати свій енергопотенціал.

Тонізуючий вплив фізичних вправ полягає у стимуляції інтенсивності біологічних процесів в організмі та обумовлений тим, що кора великих півкуль головного мозку, надсилаючи імпульси руховому апарату, одночасно збуджує центри вегетативної нервової системи. Посилення діяльності залоз внутрішньої секреції покращує функціонування серцево-судинної системи, дихальної та інших систем, обмін речовин і різних захисних механізмів, у тому числі й імунобіологічних. Чергування вправ, що посилюють процеси збудження в НС (силові вправи для крупних м'язів у швидкому темпі), з вправами, які посилюють процеси гальмування (дихальні вправи, на розслаблення м'язів), сприяють відновленню нормальної рухливості нервових процесів.

Заняття спортом поліпшують не лише фізіологічні процеси, а й впливають на формування необхідних рис характеру, таких, як лідерські. Тому акцент на розвитку лідерських якостей, формуванні психології та світогляду лідера майбутніх у процесі професійної підготовки є необхідним.



### **Питання для дискусії та самоконтролю**

1. Охарактеризуйте поняття професійна деформація та її види.
2. Проаналізуйте поняття «емоційне вигорання».
3. Назвіть основні причини та ознаки емоційного вигорання.
4. Охарактеризуйте групи методів нейтралізації дії на організм емоційного вигорання.
5. Розкрийте сутність поняття «саногене мислення».

## **ТЕМА 10**

### **Основні акценти у підготовці фахівців до виконання професійних обов'язків**

**Мета:** сформувати активного ставлення до формування професіоналізму.

**Основні поняття і терміни:** професійна компетентність, професійна готовність, професійна свідомість, професійна придатність, професійний стиль, професійний потенціал та активність, професійна автономність

#### **План**

1. Сутність та зміст професійної підготовки та готовності.
2. Професійна компетентність.
3. Професійна свідомість, професійна придатність, професійний стиль.
4. Професійний потенціал та активність
5. Професійна автономність.

#### **Література:**

1. Балл Г. О. Про психологічні засади формування готовності до професійної праці / Г. О. Балл // Психолого-педагогічні проблеми професійної освіти : наук.-метод. зб. / ред. І. А. Зязюн та ін. – Київ, 1994. – С. 98–100.
2. Сайко Н. О. Вплив професійного потенціалу на успішність роботи соціального педагога / Н. О. Сайко // Всеукраїнський науково-

практичний журнал «Директор школи, ліцею, гімназії». – Київ, 2017. – № 1–2. – С. 73–78.

3. Сайко Н. О. Соціальна реабілітація молодших підлітків у роботі соціального педагога загальноосвітніх навчальних закладів : монографія / Н. О. Сайко ; ПНПУ імені В. Г. Короленка. – Полтава : ФОП Гаража М. Ф., вид-во «Сімон», 2017. – 335 с.

## **1. Сутність та зміст професійної підготовки та готовності фахівця.**

Навчальний процес у ЗВО містить у собі три основні компоненти: зміст навчання або зміст освіти спеціаліста; навчальна і формуюча діяльність вчених-педагогів, спрямована на досягнення цілей і завдань з підготовки спеціаліста і реалізації змісту навчання; самостійна навчально-пізнавальна діяльність студентів. Виділяють такі специфічні особливості вузівського навчального процесу: у вищій школі вивчається наука в її розвитку; єдність наукового і навчального досвіду; висока активність самостійної навчально-пізнавальної діяльності студентів і їх зближення з науково-дослідною роботою; готується фахівець на рівні сучасних вимог суспільства.

Основними функціями навчально-виховного процесу є освітня, що полягає у сприянні засвоєнню системи загальнотеоретичних та спеціальних знань, перетворенню їх у власні надбання та втілення у професійній діяльності і поведінці; виховна - націлена на формування світоглядних поглядів, переконань, ціннісних орієнтацій майбутніх фахівців та надання їхній професійній діяльності ціннісно-сміслової завершеності; розвивальна, яка забезпечує розвиток особистісних сфер майбутніх фахівців, сприяє розвитку «висококультурної індивідуальності» та спонукає до ефективної діяльності .

Майбутня професійна діяльність – це одна з найбільш значущих сфер буття людини. Саме в ній відбувається самоактуалізація людини як індивіда, особистості, неповторної індивідуальності. Основними функціями процесу професійної підготовки спеціалістів Н.Л. Коломінський вважає:

- ✓ когнітивну (забезпечення належного рівня професійних знань, умінь, навичок, наукового і культурного світогляду);
- ✓ ціннісно-установчу (формування професійних установок: цільових, смислових, операційних);
- ✓ розвивальну (креативна): розвиток професійних здібностей, духовних потреб особистості;

- ✓ мотиваційну (стимулююча): стимулювання, формування, підтримка мотивів особистісного зростання, самоактуалізації через професію;
- ✓ морально-виховну (виховання моральних якостей, що відповідають вимогам суспільства та професійної специфіки фахівця).

Аналізуючи наукову літературу, слід зазначити, що найчастіше термін "готовність до діяльності" науковці пов'язують з процесом професійно-педагогічної підготовки. Це пояснюється тим, що рівень готовності спеціаліста залежить від змісту та якості підготовки.

Підготовка – це дії, спрямовані на вироблення навиків, передачу знань і формування активної життєвої позиції.

Професійна діяльність - це соціально-значима діяльність, виконання якої потребує спеціальних знань, умінь і навиків, а також професійно зумовлених особистісних якостей. В залежності від виду праці (предмету, цілей, засобів, умов) розрізняють види професійної діяльності. Співвіднесення цих видів з вимогами до людини та її діяльності, утворює професію.

Підготовленість – наявність арсеналу необхідних знань, навиків, досвіду у певній галузі діяльності, набутих шляхом систематичного навчання. Підготовленість – це результат освітнього процесу, що відображує здатність особистості оперувати знаннями, уміннями у вирішенні певного типу теоретичних і практичних завдань і досягати наміченого результату діяльності. Готовність відрізняється від підготовленості наявністю мотивів і переконань особистості, достатнім рівнем розвитку здібностей, певними знаннями, професійними навиками, уміннями та її досвідом. Можна говорити, що готовність і підготовленість – це дві характеристики фахівця, які відрізняються його певною позицією – активною або пасивною. Знаю, але не хочу діяти, знаю і прагну до діяльності. Однак, є різні тлумачення взаємозв'язку даних понять. Так, Мороз О.Г. пояснює термін підготовленість як систему теоретичних знань, на основі якої відбувається формування практичної готовності.

На думку інших вчених, стан готовності є первинною, фундаментальною умовою успішного здійснення будь-якої діяльності (м. Дьяченко, К. Дурай-Новакова, Л. Кандилович, В. Сластьонін та інш.). Підготовка являє собою саме процес, що передуює підготовленості або готовності, які є її складовими.

Професійна готовність передбачає сформованість системи знань, умінь і навичок, особистісних і професійних якостей, що сприяють виконанню завдань соціальної реабілітації з усунення наслідків дидактогенії.



Під професійними вміннями слід розуміти певний рівень готовності особистості самостійно виконувати основні види діяльності у сфері професійної діяльності .

На думку А. Ліненко, готовність розуміється як цілісне утворення, яке характеризує емоційно-когнітивну і вольову мобілізаційність суб'єкта в момент його включення в діяльність певного спрямування .

Російський учений Ю.Т. Русаков виділяє функції готовності до професійної діяльності: гностична, яка забезпечує якісну освітню підготовку та виявляється у пізнавальній активності студентів; інтегративну, що пов'язана з встановленням процесуальної єдності між метою і дією, з вміннями узагальнювати знання, володіти загальнонауковими методами пізнавальної діяльності; прогностичну, що відображує результат діяльності та виявляється в вміннях оцінювати наявні умови, визначати можливі найбільш дієві способи діяльності; ціннісно-орієнтовну, яка пов'язана з осмисленням значимості професійної діяльності.

## **2. Результатом професійної готовності є професійна компетентність.**

На думку української дослідниці А.Й. Капської, компетентність у конкретній сфері діяльності можна розглянути як міру професіоналізму, міру володіння професією на рівні творчості, майстерності .

Г.К. Селевко дорівнює професійні здібності, готовність до професійної компетентності.

М.М. Левіна, розкриваючи сучасну технологію підготовки фахівців, зазначає, що важливим компонентом є операційно-технологічна компетентність, який включає формування знаючого і творчого фахівця, навчання його трансляції наукових знань, прийняттю рішень, аналізу і відбору інформації .

О.В. Акулова, Н. Ф. Радіонова, А.П. Тряпціна розглядають професійну компетентність як інтегровану характеристику, яка визначає здатність розв'язувати професійні проблеми і типові професійні завдання, що виникають у реальних ситуаціях професійно-педагогічної діяльності, з використанням знань, професійного і життєвого досвіду, цінностей, схильностей.

В.О. Сластьонін визначає професійну компетентність як інтегральну характеристику ділових і особистісних якостей спеціаліста, яка відображає не тільки рівень знань, умінь, досвіду, достатніх для досягнення цілей професійної діяльності, а й соціально-моральну позицію особистості. У поняття «професійна компетентність» учений включає три аспекти: проблемно-практичний, смисловий та ціннісний. Різновидами професійної компетентності В. Сластьонін вважає такі: практична (спеціальна), соціальна, психологічна, інформаційна, комунікативна, екологічна, валеологічна .

Н.В. Заверико, Ю.Р. Мацкевич визначають професійну компетентність як готовність суб'єкта певного виду діяльності до успішного виконання функцій, передбачених стандартами відповідної професії.

На думку Г. Беленької, професійна компетентність - це професійна підготовленість і здатність суб'єкта праці до виконання завдань і обов'язків повсякденної діяльності. Вона обумовлена когнітивним і діяльнісним компонентами підготовки фахівця, виступає мірою і основним критерієм визначення його відповідності вимогам праці. У структурованому вигляді професійна компетентність може бути зображена як триступінчата піраміда, фундамент якої складають професійні знання, на їх основі формуються уміння та навички, а індивідуалізація та інтерпретація їх особистістю стає базисом професійної діяльності.

Компетентність на сучасному етапі є показником якості вищої освіти, що формує основи її професійного аспекту, необхідного для прийняття рішень і діяльності у сфері обраної професії.

### **3.Професійна свідомість та професійна придатність.**

Розвиток професійних умінь, навиків на рівні професіоналізму залежить від ставлення людини до процесу навчання, наскільки усвідомлюється необхідність набуття освіти і як її використає людина у своєму житті. Мова йде про професійну свідомість на індивідуальному та суспільному рівнях.

Перше наукове обґрунтування поняття «професійна свідомість» було зроблено І.Я. Лернером, який розумів професійну свідомість як простір людської культури, в якому втілюється сукупність професійних ідей, поглядів, почуттів, цінностей, ілюзій, помилок в області професійної діяльності, під впливом яких суспільство здійснює діяльність теоретичного або практичного характеру. До структури професійної свідомості можна віднести усвідомлення норм, правил, моделей професії; формування професійного іміджу, концепції майбутньої праці; співвідношення себе з деяким професійним еталоном, ідентифікацію; оцінку себе іншими, професійно референтними людьми; самооцінку в когнітивному та емоційному аспектах.

Соціально-філософський аналіз професійної свідомості передбачає дослідження цього феномену як ідеального утворення в системі соціальних зв'язків, як соціально значиме явище комплексного поєднання морально-психологічних механізмів та соціально-значимих компонентів. Тому професійна свідомість, як форма суспільної свідомості являє собою сукупність соціальних вимог, ідеалів, уявлень, що стосуються конкретної професії, проекцію спеціалізації трудового досвіду конкретних професійних груп у результаті суспільного розподілення праці.

На основі аналізу понять «свідомість», «професійна свідомість» обґрунтовується таке визначення професійної свідомості фахівця як ядерне утворення його особистості в інтегративній єдності професійної спрямованості, мислення, професійної компетентності, професійної діяльності, емоційно-вольового й регулятивного компонентів, які складають структурну й функціональну цілісність буттєвого й рефлексивного шарів свідомості та забезпечують усвідомлення й засвоєння системи нормативних професійних ідей, теорій, вироблення нових цінностей, смислів і значень професійної діяльності. Доведено, що суттєві характеристики особистості, суб'єкта професійної діяльності (мислення, спрямованість, саморегуляція діяльності тощо), які впливають на ефективність процесу професіоналізації, що починається з етапу професійної підготовки, безпосередньо пов'язані з професійною свідомістю як інтегратором особистісних і операціональних компонентів. Тобто професійно значущі характеристики особистості як суб'єкта професійної діяльності тісно пов'язані зі свідомістю й зумовлюють, з одного боку, успішність процесу професійного зростання на всіх його етапах, а з іншого – розвиток і саморозвиток особистості в професійній діяльності, що, у свою чергу, стає подальшою умовою розвитку професійної свідомості.

Досліджуючи професійну свідомість, російська вчена І.В. Архипова вводить поняття «навчально-професійна свідомість», яка визначається як система навчальних і професійних знань, уявлень і суб'єктивних стосунків, що набуваються в процесі вищої освіти.

Структура навчально-професійної свідомості, за І.В. Архиповою, складається з таких компонентів: когнітивних уявлень (судження оцінного характеру, «образ Я»); емоційно-оцінних стосунків (система самооцінок); навчальних і професійних намірів студента.

Конструкт «Я» – концепція, як динамічна система уявлень людини про себе, виступає «кінцевим продуктом» розвитку навчально-професійної свідомості.

В структурі професійної свідомості можна **виділити нормативний та індивідуальний аспекти**. Нормативний аспект простежується в системі професійної ідеології, тобто свобода вимог, які суспільство ставить до спеціаліста – професіонала, а також в системі норм, що регулюють взаємовідносини спеціалістів. Індивідуально-особистісний аспект професійної свідомості виявляється як професійна психологія, тобто індивідуальні переконання спеціалістів, які перетворилися у частину суспільних поглядів на певну професійну діяльність. Індивідуально-особистісний аспект професійної свідомості в сучасній науковій літературі часто характеризується як професійна самосвідомість особистості, і розглядається як частина професійної свідомості та являє собою формування уявлень особистості про свої професійні якості, які необхідні

їй для професійної діяльності. Сформованість професійної самосвідомості є суттєвою умовою готовності до професійної діяльності, так як становлення професійної свідомості відображає формування особистості професіонала.

Зміст професійної свідомості включає систему усвідомлених професійно необхідних узагальнених і оперативних знань про цілі, засоби, плани, програми, об'єкти, суб'єкти, параметри, норми професійної діяльності. Специфіка професійної свідомості, її структура залежить від змісту професійної діяльності, але можна виділити спільні компоненти: гносеологічний – теоретичні та історичні знання, що необхідні для реалізації певної професійної діяльності; практичний компонент включає практичні уміння і навички, правила і норми професійної діяльності та являє собою певний професійний досвід; аксиологічний компонент – професійно-етичний досвід практичної і теоретичної діяльності в рамках певної професійної діяльності, являє собою фундамент професійної моралі та формується під впливом етичних стандартів, які задекларовані у нормативних документах професії.

Основним механізмом успішної професійної підготовки майбутніх фахівців К.В. Бакланов розглядає процес формування основ самоусвідомлення особистості. Ним розроблено модель, яка містить три основні рівні розвитку самоусвідомлення: перший рівень відповідає періоду професійної підготовки - це рівень формування основ; другий рівень відповідає закінченню професійної підготовки і оволодінням системою професійних знань, умінь та навичок, які становлять професійну компетентність; третій рівень - це рівень, яким володіє сформований професіонал, що має досвід професійної діяльності і володіє професійною духовністю як гармонією загальнолюдських, професійних і особистісних ідеалів.

Аналіз базової категорії «професійна свідомість» з філософських, педагогічних та психологічних позицій дозволяє зробити висновок про те, що професійна свідомість – це усвідомлення значення своєї професії як на суспільному, так і на індивідуальному рівнях, свідоме ставлення до набуття теоретичних і практичних умінь. У свою чергу свідоме ставлення та усвідомлення значення професії не можливе без наявності цілей у процесі освоєння професії. Майбутній фахівець повинен чітко усвідомлювати цінність професійної діяльності особисто для нього, співвіднести її зі своїми життєвими мріями, потребами (матеріальними і духовними), створити програму реалізації своїх життєвих планів. Лише за таких умов професійна підготовка буде ефективною та її кінцевим продуктом буде професіоналізм.

Ставлення до навчання, як до засобу досягнення мети, утворює стійкий рівень мотиваційно-цільової основи навчання – навчальну мотивацію. Вона складається з оцінки студентами різних аспектів

навчального процесу, його змісту, форм і способів організації з точки зору їх особистих, індивідуальних потреб і цілей, які можуть співпадати або не співпадати чи співпадати частково з метою навчання. Сама структура навчальної мотивації багатозначна за змістом і формами. Студенти можуть краще або гірше навчатися, тому що хочуть або не хочуть: отримати професію (професійна мотивація); отримати нові знання та задоволення від самого процесу пізнання (пізнавальні мотиви); мати більш високу заробітну платню (прагматичні мотиви); принести користь суспільству (широкі соціальні мотиви); утвердити себе та зайняти в майбутньому певне місце в суспільстві в цілому та в найближчому соціальному оточенні (мотиви соціального та особистісного престижу) і т.д. Кожен з названих різновидів навчальної діяльності може займати в загальній структурі домінуюче або підпорядковане значення і тим самим визначати той чи інший рівень індивідуальних досягнень у навчанні, а разом з ними обумовлювати і ступінь наближення до кінцевої мети. Москалюк О.І. визначено, що найбільш дієвим є поєднання соціальних та пізнавальних мотивів навчання .

Враховуючи те, що абітурієнти не завжди підходять виважено до професійного вибору, робота з визначення основних життєвих цілей повинна починатися з першого року навчання. Цілі можуть бути різноманітні - самоудосконалення, досягнення кар'єрного зростання, створення різних центрів, отримати ремесло для заробляння грошей або просто, як найчастіше це буває отримати диплом про вищу освіту тощо. Бажано, щоб людина бачила проєкцію своєї майбутньої професійної діяльності, чітко розуміла де вона застосує ті або інші уміння, тому деякі цілі студентів потребують педагогічної, психологічної корекції. У відповідності до поставлених цілей розробляється програма формування фахових знань та умінь, що має враховуватися навчальними програмами дисциплін підготовки фахівців. Лише за умови розуміння особистої користі від професії, фахівець зможе вийти на суспільний рівень професійної свідомості.

### **Професійна придатність.**

Професійна спрямованість закладає фундамент професійної придатності, яка розуміється як властивість особистості, що визначається вимогами конкретної трудової діяльності за двома критеріями: успішне оволодіння професією та ступінь задоволення людини від своєї праці.

Професійна придатність:

- визначається співвідношенням вимог професії та індивідуальних особливостей людини;
- має конкретний об'єкт реалізації (певна категорія людей і вид діяльності, етап професіоналізації);

- відображає стан і ступінь розвитку сукупності індивідуальних якостей людини, що визначають його професійно важливі якості як суб'єкта професійної діяльності;

- виступає як динамічні властивості системи діяльності.

Психологічною основою професійної придатності є відповідність психографічних показників людини вимогам професійної діяльності, тобто професіографічним показникам конкретної трудової діяльності.

Визначають два типи професійної придатності:

1. Абсолютну – придатність до професій такого типу, де необхідні спеціальні здібності.

2. Відносну – придатність до професій, оволодіння якими доступно практично будь-якій здоровій людині .

Сергеєнкова О.П. основними компонентами професійної придатності визначає схильність, готовність і включеність. Схильність пов'язана зі специфічними анатомо-фізіологічними і психічними особливостями людини. Вона передбачає відсутність протипоказань щодо діяльності «людина – людина», відповідний рівень інтелектуального розвитку, емпатійність, позитивний емоційний тон. Готовність свідчить про спрямованість людини на професію, її світоглядну зрілість, широку і системну професійно-предметну компетентність, а також комунікативну та дидактичну, потреби бути серед інших людей та спілкуватися з ними. Включеність передбачає легкість та адекватність встановлення контакту зі співрозмовником, уміння стежити за його реакцією, правильно реагувати на неї, отримувати задоволення від спілкування .

Професійна придатність до професійної діяльності пов'язана з наявністю у людини фізичного і психічного здоров'я, хороших мовних даних, врівноваженості нервової системи, здатності витримувати дії сильних подразників, проявляти витримку і т.д. До числа особистісних якостей, що характеризують придатність до професійної діяльності, також належать: схильність до комунікабельності (прагнення і вміння спілкуватися з іншими людьми), тактовність, спостережливість, розвинену уяву, організаторські здібності, висока вимогливість до себе. Все це цілком піддається медичної та психолого-педагогічної діагностики, визначенням тестування. На жаль, при наборі студентів в університети поки не передбачається визначення їх професійної придатності, зараховують усіх, хто здає необхідні вступні іспити. Ось чому дуже багато випускників не працюють за фахом, вони завідомо професійно непридатні, що різко негативно позначається на виробництві та успіхах професійної діяльності .

К . М. Гуревич зазначає, що кожна мисляча людина, у принципі, може опанувати будь-яку професію, але вся річ у тому, скільки на це знадобиться зусиль і часу. Період трудової активності у житті обмежений, а непродуктивна, безрадісна діяльність сприймається людиною як

особисте нещастя. Тому прогнозування фахової придатності і шляхів її формування не втрачає своєї актуальності .

Особливо цінним у професійній придатності є поняття здоров'я.

Здоров'я – це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність до праці та є базовою для гармонійного розвитку людини. Воно виступає передумовою пізнання навколишнього світу, самоствердження і щастя людини.

Поняття «здоров'я» досліджується у різних аспектах: медичному, психолого-педагогічному, соціально-педагогічному.

Медицина розуміє це поняття як стан живого організму, при якому організм у цілому та усі його органи здатні повністю виконувати свої функції; відсутність хвороб .

У психолого-педагогічному значенні поняття «соціальне здоров'я» розуміється як моральна стійкість, адекватна оцінка свого «Я», самовизначеність особистості, наявність оптимальних для розвитку соціальних умов мікро- і макросередовища (сім'ї, класу, школи, соціальної групи тощо) .

У соціально-педагогічному аспекті – це оптимальні, адекватні умови соціального середовища, що перешкоджають виникненню соціально зумовлених захворювань, соціальної дезадаптації та, які визначають стан соціального імунітету, гармонійного розвитку особистості в соціальній структурі суспільства .

Також це свідоме ставлення до власного здоров'я та розуміння того, що потрібно не нашкодити своєму організму та уміти відновлювати втрачені функції.

Будь-яка робота супроводжується великим психоемоційним навантаженням, що призводить до руйнування внутрішньої гармонії фахівця. Тому особливу увагу слід приділити розвитку умінь майбутніх фахівців відновлювати свій психо-емоційний стан.

Проблема відновлення психоемоційного стану вивчалася багатьма зарубіжними та вітчизняними вченими: С. Архіповою, І. Астер, С. Безсоновим, В. Бойко, Н. Іванцовим, К. Маслач, Л. Мардахасвим, Г.Нестеревою, В. Самойловою, Н. Саморукіною.

Умовно всі методи гармонізації психофізичного стану людини можна об'єднати в 3 групи:

1. Фізіологічний рівень регуляції психофізичного стану (вплив на фізичне тіло): достатньо тривалий і якісний сон, збалансоване харчування, достатнє фізичне навантаження, заняття спортом, ранкова гімнастика, танці фітотерапія, масаж, ароматерапія, терапія мінералами, дихальні вправи, водні процедури тощо.

2. Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану (вплив на емоційний стан): гумор (сміх позитивно впливає на імунну систему,

активізуючи Т-лімфоцити крові; у відповідь на усмішку організм продукуватиме бажані гормони радості; гумор чудово «перезаряджає» негатив); музика (найкраще сприяє гармонізації психоемоційного стану прослуховування класичної музики, хоча у малих дозах рок теж буває корисним, він допомагає вивільнитись від негативних емоцій); спілкування з сім'єю, друзями; заняття улюбленою справою, хобі (комп'ютер, книжки, фільми, в'язання, садівництво, рибальство, туризм ); спілкування з природою (природа завжди дає людині відчуття приливу сил, відновлення енергії); спілкування з тваринами; медитації, візуалізації (уявити щось гарне, приємне); аутотренінги.

3. Ціннісно-смысловий рівень регуляції психофізичного стану (вплив на думки, зміна світогляду): позитивно сприймати світ, професійні невдачі розглядати як методи самоудосконалення, не зациклюючись на негативі .

Професійна придатність знаходиться у прямій залежності від рівня сформованості індивідуального стилю діяльності – це фактор, який показує наскільки людина пристосована до діяльності. Індивідуальний професійний стиль – це набір способів виконання діяльності, їх специфічне поєднання.

**Власний професійний стиль** формується протягом перших трьох років самостійної роботи, але його сформованість залежить від бажання людини, вольових зусиль та стійкості характеру. Дослідження проблеми формування індивідуального стилю фахівця присвячена велика кількість наукових робіт:

- як стійку індивідуально-специфічну систему психологічних засобів, прийомів, методів виконання тієї чи іншої діяльності розглядає А.В. Петровський;

- як різні індивідуально-типологічні особливості нервової системи, які допомагають досягти успіхів у діяльності та її ефективності (Є.О. Клімов, В.С. Мерлін);

- як результат впливу індивідуально-типологічних особливостей особистості, особливостей самої діяльності та об'єктів діяльності (І.А. Зимня).

Індивідуальний стиль є єдністю професійно незмінного та індивідуально неповторного у діяльності фахівця. Власний професійний стиль передбачає збереження індивідуальності і неповторності особистості, розуміння того, що безсвідоме копіювання чужого стилю руйнує особистість та знецінює її досягнення.

Дослідженнями професійного «Я» - образу займалися такі вчені як І. Андрійчук, підкреслюючи важливість адекватності та еталонності самооцінки, високий рівень самоповаги, відсутність суттєвих особистісних проблем та особистої тривожності. .

Головним у процесі формування «Я» - образу професіонала є усвідомлення та знання своїх можливостей, постійне порівняння образів



«Я» - студент – початківець та «Я» - професіонал. Тобто це передбачає знайомство студентів з ідеальним образом професіонала та складання індивідуальної програми досягнення запланованих цілей. Студент має розуміти, що траєкторія формування «Я» - образу професіонала є індивідуальною і обов'язковим має бути усвідомлений рух уперед до визначених ідеалів, моделей професійної поведінки.

**Поняття „спрямованість”** особистості, введене в науковий обіг С.Л. Рубінштейном.

Професійна спрямованість – складний динамічний процес, котрий характеризується, на думку Г.Х. Айсіної, такими рівнями сформованості: вищий рівень – це: а) становлення професійної домінанти; б) сформованість способу життя в індивідуальній свідомості студента; в) повна сформованість образу професії та себе як її суб'єкта; нижчий рівень профспрямованості характеризується: а) уявленням про професію, тобто наявністю узагальненого образу уявлення про професію, про її специфіку, цілі, про сам процес здійснення професійної діяльності, фактори, що сприяють або перешкоджають цій діяльності. Професійна спрямованість, з одного боку, вона розглядається як спрямованість всього навчального процесу вищої школи на формування висококомпетентної та розвинутої особистості майбутнього спеціаліста та розуміється як оволодіння спеціальними знаннями, навичками, вміннями. З другого боку, власне з психологічної точки зору, професійна спрямованість – це провідна, інтегральна, соціально зумовлена властивість особистості. Саме спрямованість визначає психологічний склад особистості, саме через неї виявляються потреби, цілі, мотиви особистості, її суб'єктивне ставлення до різних сторін дійсності, трудової діяльності, до її характеристик і якостей.

В.О.Сластьонін відзначає, що професійна спрямованість як одне зі структурних утворень особистості означає достатньо усвідомлену й емоційно виражену її орієнтацію на певний рід та вид професійної діяльності.

М. Дьяченко та Л. Кандилович розглядають такі напрямки розвитку особистості студента як майбутнього фахівця в процесі навчання у ВНЗ:

- міцніє професійна спрямованість, розвиваються необхідні здібності – професійно-важливі якості;
- вдосконалюються, „професіоналізуються” психічні процеси, стани, досвід;
- підвищується почуття обов'язку, зростає відповідальність, професійна самостійність, більш рельєфно виступає індивідуальність студента, його життєва позиція;
- зростає рівень домагань студента щодо своєї майбутньої спеціальності;

- на основі інтенсивного засвоєння соціального і професійного досвіду та формування необхідних професійно-важливих якостей, зростає соціальна, духовна й моральна зрілість;

- студентом все більше усвідомлюється важливість самовиховання стосовно формування якостей, вмінь, навичок, тобто, досвіду, необхідних йому, як майбутньому спеціалісту;

- міцніше, повніше проявляється професійна самостійність і готовність до майбутньої практичної роботи. [Дяченко Канд].

Отже, професійна спрямованість передбачає відповідної світоглядної позиції професіонала та бажання функціонувати в сфері професійної діяльності.

#### **4.Професійний потенціал та активність**

Однак, трапляються випадки коли наявне бажання працювати, але недостатньо внутрішніх або зовнішніх ресурсів. Мова йде про професійний потенціал особистості, який є необхідним підґрунтям успішної професійної діяльності. У науковій літературі поняття «потенціал», «професійний потенціал» аналізується і вивчається на основі ресурсного, резервного підходів та з різних позицій: гуманістичної самоактуалізації особистості (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт); формування здібностей і зокрема творчих здібностей (М. Вертгеймер, Дж. Гілфорд, Е.П. Торренс; Т.І. Артем'єва; ресурсів особистості (Р. Лазарус, С. Хобфолл, В.О. Бодров, К.О. Абульханова, Л.І. Анциферова, К. Муздибаєв, Н.Є. Водоп'янова, Л.В. Куликов, Д.О. Леонт'єв, Т.В. Корнілова); педагогічної творчості як елементу педагогічної майстерності (О.А. Абдулліна, І.А. Зязюн, М.В. Савін, Н.В. Кузьміна, В.О. Сластьонін, З.І. Слепкань, Р.Х. Шакуров, І.С. Якиманська).

Поняття «потенціал» (від лат. *potencia* – узагальнена здібність, можливість, сила) розглядається як засоби, запаси, джерела, які є в наявності і можуть бути мобілізовані, приведені в дію, використані для досягнення певної цілі, реалізації планів, вирішення тих чи інших задач як окремою особистістю, так і суспільством, державою в цілому.

В.М. Марков, поняття «потенціал» визначає як психологічний феномен, інтегрально описує феномени мотивів і здібностей. Здібності індивіда відображаються як уже реалізований потенціал, а мотивація особистості – як подальші перспективи розвитку потенціалу, тобто нереалізований потенціал. Він пропонує ієрархічну модель опису потенціалу людини як соціально-особистісної системи: біологічний потенціал (визначається біоенергетичними процесами і їх специфікою) – психологічний потенціал (пов'язаний з психічною саморегуляцією) – особистісний потенціал (охоплює особистісно-професійний та професійно особистісний потенціали) .

У великому тлумачному словнику сучасної української мови поняття «потенціал» визначається як сукупність усіх наявних засобів,

можливостей, продуктивних сил і т. ін., що можуть бути використані в якій-небудь галузі, ділянці, сфері; запас чого-небудь, резерв; приховані здатності, сили для якої-небудь діяльності, що можуть виявитися за певних умов .

В акмеологічному розумінні потенціал розглядається не тільки як природно обумовлені (здібності, природно обумовлені професійно важливі якості, позитивні спадкові фактори), а поповнювані ресурси (інтелектуальні, психологічні, вольові та інші), але поповнювані чи відновлювані не «автоматично», а довільно, тобто спрямовані самою особистістю відповідно до обраних цілей, в тому числі орієнтовані на прогресивний особистісний та професійний розвиток .

З.Ф. Сіверс зазначає, що потенціал особистості може мати творчу або руйнівну спрямованість. Оскільки людина зажди перебуває на різних щаблях поступу до більш високих рівнів свого розвитку, то доцільно оцінювати не тільки її наявний потенціал, але й різницю потенціалів різних рівнів, тобто резерв або ресурс .

Професійний потенціал розглядається як:

- система професійної майстерності, яка об'єднує різнопланові та різнорівневі аспекти підготовки і діяльності фахівця і трактується як здатність ефективно виконувати свою роботу на рівні сучасних професійних вимог;
- база професійних знань, умінь, навичок у єдності з розвиненою здатністю фахівця активно мислити, творити, діяти, втілювати свої наміри в життя, досягати запроектованих результатів;
- спрямованість фахівця на ціль і здатність її досягти, тобто важливим є співвідношення намірів і досягнень;
- ціннісно-мотиваційна орієнтація на виконання професійної діяльності, адже одних лише здібностей мало для якісного виконання професійних обов'язків;
- система природних і набутих у процесі професійної підготовки та практичної діяльності якостей та здібностей.

Специфіка професійного потенціалу полягає у тому, що фахівець розглядається з позиції теперішнього часу та робиться проєкція майбутньої професійної діяльності, визначаються її перспективи розвитку та процесу формування фахівця з урахуванням таких аспектів: минуле – сукупність рис і якостей, накопичених людиною у процесі особистісного і професійного розвитку; теперішнє – актуалізація можливостей та їх застосування у професійній діяльності; майбутнє – тенденції майбутнього професійного і особистісного розвитку .

Актуальним є питання про детермінанти розвитку потенціалу особистості. На думку А.О. Деркача, розкриття потенціалу особистості насамперед пов'язано з розвитком здібностей людини, особливо тих, які стосуються діяльності чи відповідають спрямованості особистості.

Перспективними психотехнологіями розвитку професійного потенціалу педагога є: технологія коучингу; технологія раціонального використання і примноження індивідуальної ресурсності суб'єктів праці; технологія саморегуляції психічних станів як фактор підвищення працездатності й ефективності діяльності; технологія тайм-менеджменту.

Узагальнюючи проаналізовані підходи до поняття «професійний потенціал», можна зробити висновок що основними його складовими є біологічні ресурси людини такі, як стан здоров'я, задатки від природи, особливості психічних процесів тощо та соціальні – рівень освіти, вихованості, рівень розвиненості, умови, в яких проживає та розвивається особистість: педагогічні, економічні, матеріальні, психологічні, екологічні тощо. Також професійний потенціал знаходиться у тісному взаємо зв'язку з попередньо розглянутими поняттями такими як «професійна підготовленість», «професійна готовність», «професійна компетентність», «професійна свідомість», «професійна придатність», «професійна спрямованість».

Однак, успішне формування усіх перелічених компонентів неможливе без **професійної активності**. Специфіка професійної діяльності полягає у постійному прояві ініціативності, лідерських якостей, бажанні удосконалюватися, соціально перетворювати світ, бути суб'єктом у реалізації суспільних завдань.

Єдиної точки зору щодо механізмів формування суб'єктивної професійної активності не існує.

Суб'єктивну професійну активність слід розглядати крізь призму активності особистості. Під активністю особистості розуміють спроможність людини робити соціально значущі перетворення навколишнього, що виявляється у спілкуванні, спільній діяльності, творчості . Хто не активний, той знеособлений, а відповідна пасивність призводить до неспроможності спрямовувати дії клієнта і свої особисті у відповідне русло.

Позиція стосовно професійної діяльності має бути позицією активного суб'єкта, який самостійно приймає рішення відповідно до внутрішніх цінностей, мотивації, переконань. Для суб'єкта характерне активне, діяльнісне начало людини, через реалізацію якого вона виражає своє ставлення до дійсності. Про це наголошує В. Семиченко, зазначаючи, що не кожна людина може виступати дійсним суб'єктом, тобто активним, ініціюючим, рефлексуючим, коригуючим центром, творцем засад власного життя і професійної діяльності. Багато людей просто пасивно «пливуть за течією життя», слідуючи зовнішнім обставинам і власній імпульсивності .

Поняття «суб'єкт» можна трактувати у двох значеннях: суб'єкт діяльності, здатний її освоїти і творчо перетворити; суб'єкт життя, внутрішнього (духовного) світу, здатний вибудувати стратегію й тактику своєї життєдіяльності .

Виділення у професійній позиції суб'єктної складової відображає спосіб самореалізації, самоствердження і саморозвитку його як професіонала та має наступні прояви: суб'єктивна фіксація професійно-значущих способів діяльності, вироблення на цій основі власної системи дій; вироблення особистісних критеріїв і норм професійної діяльності; вихід за рамки нормативної діяльності, здатність авторського проектування особистісно значущого способу здійснення життєвих і професійних стратегій.

В.М. М'ясищев вважав, що людина не тільки індивід, що взаємодіє зі своєю дійсністю, але є особистістю, тобто суб'єктом, активно й ініціативно ставиться до дійсності .

Важливими у плані розробки проблематики активності суб'єкта є роботи К.О. Абульханової-Славської, яка запропонувала принцип аналізу особистості через її життєдіяльність, через спосіб життя. Суб'єкт життя в її трактуванні постає як такий, що активно перетворює обставини власного життя і формує в певних межах позицію й лінію свого життя. Категорія життєвої позиції при цьому означає спосіб самовизначення особистості в житті, «сукупність реалізованих життєвих відносин, цінностей, ідеалів і знайдений характер їхньої реалізації, який і визначає подальший хід життя» .

Дослідник Г.О. Балл розглядає суб'єктивну активність у контексті таких внутрішніх факторів особистості як ініціативність, вольові зусилля, творчість, надситуативність, самоуправління та пов'язує з особистісною свободою . У роботі О.М. Волкової суб'єктність пояснюється як особистісна властивість людини, що розкриває сутність її способу буття і полягає в усвідомленому та діяльному ставленні до світу і себе у ньому, здатності здійснювати взаємозумовлені зміни у світі й у людині.

Джерелом активності особистості, як зазначають психологи, є потреби. Потреба – це стан живої істоти, що відображає її залежність від умов існування та спричиняє активність у ставленні до цих умов.

Найкращих результатів можна досягти лише у тому випадку, якщо створені оптимальні умови у процесі навчальної діяльності. Тобто, людина в період свого становлення, у тому числі в період професійного становлення, повинна знаходитись у певних умовах, які забезпечують всебічний розвиток усіх сторін її особистості з урахуванням генетичної програми і у відповідності з соціальною програмою .

У свою чергу така взаємодія потребує розвитку умінь **приймати відповідальні рішення**. Перш за все слід усвідомити, що прийняття рішення – це навичка, яку потрібно виробляти і тренувати. Здатність приймати рішення, брати відповідальність за наслідки свого вибору є ознакою зрілої особистості з добре розвинутим мисленням. Багатьом людям складно прийняти те чи інше рішення, бо вони відчувають страх. Особливо це стосується професійної діяльності. Усі мабуть стикалися з

ситуацією адміністративної переадресації проблеми або як зазвичай називають «ходіння по кабінетам». Причиною цього є не уміння, страх прийняти відповідальне рішення. Самостійне прийняття рішення спирається на такі індивідуально-особистісні характеристики мислення: самостійність, критичність розуму, незалежність суджень, наявність мотивів до прийняття рішення.

Підґрунтям формування умінь приймати відповідальні рішення є самооцінка фахівця. Соціальний педагог з низькою самооцінкою не в змозі конструктивно вирішувати професійні питання, його особистість характеризується такими якостями, як понижена гідність, страх зробити помилку, постійна думка про фізичну та інтелектуальну недосконалість, прагнення діяти вже відомими шляхами, несприйняття компліментів, залежність від оцінки оточуючих.

І.С.Кон виділяє важливі компоненти у формуванні самооцінки особистості: когнітивний, що містить уявлення суб'єкта про себе і навколишнє середовище, в якому він перебуває (рівень пізнавальних здібностей, сила інтелекту, вміння аналізувати свої внутрішні психічні процеси, задоволеність чи незадоволеність своїм соціальним становищем порівняно з іншими, статус у групі, колективі, суспільстві); емоційно-оцінний - авторитет серед ровесників, ставлення інших до власного «Я», міра впливу на інших; суспільно-поведінковий: бажання завжди бути лідером, прагнення самоутвердитися з – поміж інших, зайняти пріоритетне місце, спираючись при цьому на свої сильні якості інтелектуальних здібностей, фізичні та моральні переваги або, навпаки, бути непомітними у групі (колективі), триматися осторонь відповідальних колективних справ, знаючи «слабкі місця свого «Я».

Також у подальшому для формування суб'єктивної професійної активності слід створювати відповідні умови, сприятливе професійне середовище функціонування фахівців з врахуванням позитивних стимулюючих методів прояву професійної активності, наприклад, поступове збільшення заробітної платні, заохочення та схвалення творчих підходів до виконання професійних завдань, підвищення у посаді, фіксування успіхів у професійній діяльності тощо.

## **5. Професійна автономність.**

Сучасна система професійної діяльності та її специфіка вимагає від фахівців професійної автономності. Здатність діяти автономно розглядається як ключовий момент компетенцій професіоналів усіх напрямів підготовки у документах Болонського процесу та визначається у широкому сенсі як готовність брати на себе відповідальність за спосіб життя, уміння адаптуватися до змін світу і діяти самостійно .

Автономність – здатність особистості як морального суб'єкта до самовизначення на основі особистісних цінностей, ідеалів, установок,

уміння виокремлювати себе із світу оточуючих людей, відділяти свої цілі від цілей інших людей .

У філософії автономність пов'язується з проблемою діалектики залежності і незалежності. При цьому автономність розглядається як дієвий фактор внутрішньої незалежності, реалізація мотивів і потреб через зовнішні умови . Автономність дозволяє особистісні характеристики, раціонально співвіднести їх з певними зовнішніми умовами, керувати ситуацією на основі вибору.

Під автономією особистості розуміється форма особистісного буття, інтегральна сутність якої проявляється в таких характеристиках особистості: самостійне цілепокладання; усвідомленість поведінки; розвинена рефлексія; гнучкість та креативність мислення й діяльності. Вона не зводиться ані до незалежності, ані до емансипації, але є механізмом адаптації особистості до мінливим умов, визначаючи успішність особистісного та професійного розвитку .

Психологи стверджують, що автономність виступає основою позитивної спрямованості розвитку особистості і морального здоров'я особистості, сприяє розвитку механізмів саморегуляції і самодетермінації особистості, формує відповідальність за свої дії, значимість своєї особистості і постійне прагнення до особистісного розвитку.

Автономність як поняття прийнято асоціювати з уміннями спрямовувати особисту діяльність, з незалежністю суджень, здатністю до критичної рефлексії, прийняттю рішень і незалежністю дій .

У роботі «Learning to learn» («Як навчитися вчитися») Дж. Трім пояснює автономність як бажання і здібність діяти самостійно як соціально-відповідальна особа, а також скеровувати свої особистісні дії, процес навчання на користь собі .

Д Літл вважає автономність психологічним ставленням особистості до процесу навчання та професійної діяльності, яке виявляється у здатності до відокремлення, критичної рефлексії, прийняття рішень і незалежності у діяльності .

Л. Маріані вважає, що автономність людини неможлива без залежності, яка зумовлює прагнення до незалежності. Він співставляє поняття «автономність» і «залежність» з поняттями «виклик» і «підтримка» .

Л. Дікінсон порівнює автономність з поняттями «самокерівництво» (self-direction), «індивідуалізація» (individualised instruction) .

Заслуговує на увагу робота Л. Ван Лієра «Інтерактивність у навчальній програмі з вивчення мови». Автономна особистість, згідно Л. Ван Лієру – активна, відповідальна людина, здатна самостійно приймати рішення відносно того, що і як робити .

Учені М. Брін та С. Манн визначають такі риси автономності: відповідальність, внутрішня і зовнішня мотивація, самоконтроль і

впевненість у собі, мета когнітивні уміння, мобільність мислення, готовність та здатність до змін, цілеспрямованість, здатність до партнерської взаємодії.

Англійський учений Д. Ньюман виділяє етапи формування автономності: усвідомлення цілей і завдань; включеність, що передбачає можливість вибору способів вирішення завдань; безпосередня участь в реалізації запланованих змін; вибір шляхів для реалізації завдань, що найбільш відповідають власній особистості; вихід за межі тієї структури, в якій відбувається професійна діяльність .

Автономність забезпечує стимуляцію розвитку творчих здібностей і моральних якостей особистості, її духовного потенціалу, соціальної компетентності, позитивної Я-концепції, виховання поваги до прав і свобод особистості і навиків функціонування у демократичному просторі.

О.В. Камалетдінова зазначає, що автономність особистості може слугувати показником особистісного здоров'я і психічної стійкості, індикатором позитивного спрямування особистісного розвитку .

У педагогічних дослідженнях акцентується увага на тому, що тільки вільна людина, яка здолала страх і залежність від зовнішньої оцінки, від нав'язаних цілей, засобів, методів, педагогічних стереотипів, може бути мудрим наставником інших .

У педагогічному словнику академіка С. Гончаренка автономія розглядається як встановлення норм (правил) для самого себе. Суб'єктом автономії може бути як особистість, так і група людей. Це індивідуальна позиція людини і незалежність у виборі мотивів, мети, стилю поведінки та ін.

Особливого значення має професійна автономність , яка є необхідною умовою автономності особистісної; являє собою основу професійної соціалізації і формування професіоналізму; є фактором забезпечення психологічного комфорту, задоволеності роботою та профілактики емоційного вигорання; забезпечує особистісний розвиток, самореалізацію фахівців; забезпечує стійкість до стрес-факторів та є показником позитивно спрямування особистісно-професійного саморозвитку .



### **Питання для дискусії та самоконтролю**

- 1. Охарактеризуйте сутність понять «професійна підготовка» та «професійна готовність»*
- 2. Доведіть необхідність формування власного професійного стилю та автономності особистості.*
- 3. Охарактеризуйте дії людини, яка зрозуміла, що вона профнепридатна.*



4. Проаналізуйте вплив професійної свідомості на успішність професійної діяльності.
5. Схарактеризуйте методи формування професійного потенціалу.

## ТЕМА 11

### Селфемпауермент у професійному становленні особистості

**Мета:** сформувати уявлення про емпауермент як метод досягнення цілей.

**Основні поняття і терміни:** емпауермент, селфемпауермент, етапи селфемпауерменту.

#### План

1. Сутність поняття «емауермент» та його види.
2. Фази селф – емпауерменту.
3. Психологія лідера.

#### Література:

1. Семигіна Т.В. Словник з соціальної політики.- К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія».- 2005. – 255 с.
2. Гено С. Методи і техніки селф-емпауермента в соціальній роботі/ГеноС.,АрмандоР.–[електроннийресурс]: [www.maksora.ru/uploads/metod\\_selfempaurm.doc](http://www.maksora.ru/uploads/metod_selfempaurm.doc)

#### 1. Сутність поняття «емауермент».

Емпауермент – (наснаження, активізація) – підтримка особистості, підвищення їхньої впевненості, самооцінки, компетенції.

Походження емпауерменту як теоретичної концепції бере свої витоки у Бразильського гуманітарія і освітянина Фрейре (Freire, 1973), який запропонував план «звільнення» пригноблених людей через освіту . В психологічних науках поняття «емпауермент» бере свій початок саме з психології обшин США в 70-ті роки .

В економічних науках емпауермент визначається як управлінська практика поділу інформації, заохочень і влади з працівниками для того, щоб вони могли брати ініціативу, приймати рішення та розв'язувати проблеми, а також покращувати послуги та виконання завдань. Це базова концепція, яка полягає в наданні працівникам вмінь, ресурсів, влади, можливостей, мотивації, а також одночасного покладання на них відповідальності за результати їх дій .

В соціальній роботі емпваермент розглядається як важлива цінність, що означає активізацію життєвої позиції клієнта під впливом соціального працівника. Причому, внаслідок такої активності відбувається усвідомлення та/або посилення відповідальності особи за стан вирішення власної проблеми, а також формуються навички самопомоги. Власне, і головне призначення соціальної роботи визнається як допомога людині допомогти самій собі. В цьому аспекті важливо пам'ятати про спонукання, мотивацію до змін як один із найважливіших чинників «включення» активності особистості клієнта .

Емпваермент - процес допомоги індивідам, сім'ям, групам і общинам з метою підвищення їхньої особистої, міжособистісної, соціально-економічної і політичної сили для здійснення впливу на життєві обставини. Емпваермент – стимулювання власної активності особистості, надання їй можливості брати участь у вирішенні своїх проблем поряд зі спеціалістами, а також діяльність з підтримки індивідів, сімей і груп з метою набуття ними впевненості в собі і розвитку їхньої здатності обстоювати свої права .

Зарубіжні дослідники розкриваючи проблему наснаження іноді через надання політичних повноважень людині. Однак, деякі науковці використовують психологічний підхід у поясненні поняття «емпваермент», який включає мотиваційну, когнітивну структуру, є сукупність психічних станів та когніцій, що виникають у учасників на основі відповідного сприйняття середовища, в якому вони знаходяться і діють.

Наснаження (Empowerment) – поняття, що виникло у 1980-1990 роках. Воно означає здатність особистості мати більше влади та контролю над проблемами, що впливають на її життя. Ідея наснаження ґрунтується на визнанні права людини вести повноцінне життя, отримувати у разі потреби якісні соціальні послуги у необхідному обсязі. З огляду на особистість розглядають не як вразливого індивіда, який має персональні проблеми, а як громадянина, котрий має гарантовані права члена суспільства. Наснаження відрізняється від надання можливостей, оскільки воно не обмежується лише намаганням дозволити або допомогти людям діяти, а має на меті надання їм постійних владних повноважень для створення здатності впливати на своє життя. У процесі наснаження підвищується рівень самооцінки, активність клієнта, збільшуються його можливості, зменшується залежність від негативних факторів, які впливають на професійну діяльність. Особливість наснаження полягає у тому, що зі зростанням влади зростає відповідальність особистості. Наснаження полягає у залученні фахівців до контролю над процесом виробництва. Американський фахівець Дж.Чемберлін запропонувала визначення «наснаження» як володіння низкою наступних якостей: влада прийняття рішень; доступ до інформації та ресурсів; наявність вибору; асертивність; віра в здатність індивіда змінюватись; критичне мислення;

навчання та управління гнівом; почуття належності до групи; розуміння того, що люди мають права; ефективні зміни у житті і громаді; навчання навичкам, що є необхідним; постійне особистісне зростання та зміни, самореалізація; підвищення позитивного іміджу та подолання стигми особистості .

Американські вчені Д. Гершон, Г. Страуб поняття «емпауермент» пояснюють як мистецтво творити таке життя, яке людина прагне прожити; як спосіб формування життєстійкої особистості .

В Італії поняття «емпауермент» розглядається в основному в галузі освіти і має два підходи у своєму поясненні. Перший підхід передбачає внутрішню зміну особистості - визначаються фактори, що призводять людину до безпорадності; зменшення почуття безпорадності завдяки прийняттю стратегії «емпауермент»; посилення очікувань відносно стратегії, яка повинна дати позитивні результати; перевірка емоційної наполегливості і поведінки. Другий підхід передбачає організацію соціуму навколо людини, що призведе до внутрішніх її змін – визначення області оптимізації ресурсів; пошук стратегії емпаяуермент; оцінка і закріплення успішного досвіду.

Згідно з моделлю Брускальоні (Bruscaglioni) селф-емауермент полягає у набутті досвіду позитивних можливостей, що призводить до позитивних змін у житті людини, але за умови наявності особистісного бажання змінитися.

Емпаяуермент суб'єкта не є глобальною екзистенційною концепцією, емпаяуермент завжди стосується специфічного об'єкта або сукупності об'єктів, зазначає Брускальоні, тому слід визначити ресурси суб'єкта, можливості, які має людина у своєму оточенні та запропонувати можливі дії.

Модель «селф-емпауермент» може використовуватися як ключ до розуміння ситуації неблагополуччя та як схема дій, спрямованих на активацію нового процесу емпаяуерменту. Іншими словами «емпауермент» є якістю або сукупністю якостей особистості або процесом, який виявляється у кожній людині в певних аспектах її поведінки. Модель «селф-емпауерменту» використовується як інтерпретація ефективності «емпауерменту» людини.

Бредфорд тлумачить поняття «емпауермент» як «надання внутрішньої сили» іншому або допуск, санкціонування іншого на використання цієї внутрішньої сили. Саме переживаючи успіх у результаті власних дій, особистість починає розуміти, що зміни можливі і вони мають можливість управляти власним життям. Таким чином в емпаяуерменті особистість намагаються включити у ті види діяльності, які дозволяють їм досягти успіху .

## **2. Фази селф – емпаяуерменту.**

Процес «селф-емпауермент» має певні фази у своєму протіканні, починаючи з появи бажання людини і завершуючи досягненням можливої зміни існування і вчинків людини.

1. Фаза появи і з'ясування нового бажання передбачає допомогу у мобілізації «я» суб'єкта, у появі та усвідомленні свого бажання, а також приведення його у дію. На цьому етапі потрібно зрозуміти бажання, звернувши увагу на конкретні мілкі деталі і подробиці. Необхідно зібрати усі найдрібніші ознаки, які свідчать про появу бажання, особливо у ситуації коли функція бажання слабо виражена, як наслідок пригнічення складною життєвою ситуацією. Необхідно розуміти, що особливе значення для селф-емпауерменту має лише тільки власні бажання, тому слід утримуватися від аналізу бажань інших. Основне на даній фазі – це лише збір інформації, характеристика свого «я», яке має бажання та «я», яке має проблеми, знаходження та розуміння істинної центральної проблеми. Для того, щоб знайти причину проблеми іноді слід глибоко дослідити особисту історію та сформувані спрямовані бажання, тобто бажання, яке тісно поєднане з проблемою.

2. Фаза конструювання нового позитивного мислення. Дуже часто людині важко уявити ситуацію вже реалізованого бажання, уявити себе з певним досвідом та позитивною поведінкою. Це відбувається навіть, якщо усунені усі перепони: гнітюче почуття відсутності ресурсів, критика оточуючих людей тощо. Завдання даної фази селф - емпвауерменту є формування позитивного «я» на основі побудови уявлень, що бажання вже реалізовано, абстрагуючись від необхідних ресурсів. З цією метою потрібно уявити себе режисером, сценаристом та автором фільму, в якому особистість є головним героєм, живе в реалізованій бажаній ситуації. Якщо подумки виникає низка перепон, відсутність ресурсів і здатності реалізувати бажану ситуацію, потрібно спланувати поступовий процес позбавлення цих бар'єрів, що обмежують можливості. Людина на цій фазі має подолати кожен перешкоду, нестачу будь-чого, недієздатність.

Складність уявити власне реалізоване бажання іноді зумовлена діючими культурними нормами, які домінують у різних соціальних сферах (наприклад, у професійній). Лише у разі послаблення дії таких норм, людина може уявити власне бажання реалізованим. У такому випадку потрібно, перш за все, наголошувати на активній позиції особистості в уявленні реалізації власного бажання. Часто гарною стратегією є створення ігрової атмосфери (ситуації, в якій може бути реалізовано бажання), а не роботи (ситуації, в якій переважають перепони). Необхідно побудувати власну життєву ситуацію.

Якщо фаза активізації функції бажання запропонована суб'єкту як гра, позбавлена від повсякденних обов'язків, які є на погляд клієнта перепонами, сприймається ним як така, що пригнічує (особистісний

песимізм сприймається як реалізм), то саме слід змінювати зв'язок мислення та реальності, формувати нові погляди на ситуацію.

### 3. Фаза переходу від мислення до можливостей.

У селф-емпауерменті перехід від мислення до реальної можливості реалізувати своє бажання відбувається завдяки використанню різних методологічних ресурсів: внутрішній переробці, надходження ресурсів, експериментування.

Внутрішня переробка виділяється двох типів: мобілізація енергії і позитивних ресурсів, необхідних для реалізації нового бажання і нового мислення; виявлення, ізолювання і подолання внутрішніх особистісних перепон (внутрішніх «кілерів»), які заважають і уповільнюють реалізацію бажання. Для мобілізації енергії і позитивних ресурсів слід надати собі позитивну оцінку, проявити певну увагу подоланню особистісних перепон. Тому в процесі емпіауерменту перш за все слід виявити внутрішні перепони та реагувати на них почергово. Дуже часто людина намагається приховати внутрішні бар'єри, пропонуючи раціоналізацію у своїх рішеннях та діях за для створення більш позитивного образу в своїх очах або в очах інших

Безпосередньо, емпіауермент не є вирішенням проблем, тому виявленні бар'єри не усуваються, а ізолюються і поступово перестають здійснювати негативний вплив на людини.

Поетапність роботи щодо усунення внутрішніх перепон можна представити у такій послідовності: виявлення того, як бар'єри були сформовані на основі аналізу попереднього життя; ізолювати перепони і виявити як можна завадити тому, що блокує конкретну можливість, застосовуючи емпіауермент; охарактеризувати зміни у новій системі уявлень про себе та порівняти з діючими самоуявленнями.

Також стратегія подолання внутрішніх перепон може бути представлена як боротьба позитивної і корисної частини своєї особистості з негативною; як уявлення, що перепон не існує та відповідна дія. У результаті таких стратегій у людини поступово накопичується позитивний досвід і внутрішня проблема вже не є тією призмою, через яку сприймається усе життя. Основним завданням є допомога у створенні внутрішніх позитивних ресурсів (віра в свої можливості, віра в себе тощо), що дозволяють долати перепони. Деякі ресурси, що використовує людина в процесі емпіауерменту, можуть бути знайдені в оточенні самої людини, З цією метою доцільним є нові знання, здібності, інструменти, що скеровують діяльність суб'єкту по відношенню до об'єктів; зміна оточення.

Емпіауермент, селф-емпауермент досить розповсюджений у середовищі західних країн, він є основою усього педагогічного процесу. Так, американській освіті притаманні оптимізм, енергійність, ділова атмосфера та основним гаслом або філософією американської школи є:

«Повір у свої сили і ти досягнеш свого», що спонукає школярів до формування думки про себе: «Я – найкращий учень», «Я номер один». Навіть списування або користування шпаргалками вважається не повагою до власної особистості.

Основними принципами емпіричної педагогіки є: створення умов для формування впевненості у власних силах і можливостях та відповідальності за результати навчання; прийняття учнями рішень щодо власного стилю життя і їх виконання; забезпечення психологічного комфорту учнів під час навчання як за допомогою спеціальних прийомів, так і через доступність змісту навчання (за принципом вибору кожною дитиною тих кроків, які вона хоче і може здійснити); створення умов для появи в учнів ентузіазму і почуття задоволення від групової й індивідуальної роботи та її результатів, що досягається насамперед завдяки постійному позитивному (як за формою, так і за змістом) зворотному зв'язку.

### **3. Фасилітація.**

Фасилітація (від англ. «facilitati» – полегшувати, сприяти) – це спеціальні дії, спрямовані на організацію групової роботи.

Фасилітатор – це людина, яка організовує групу таким чином, щоб вона досягла визначених цілей.

А. Гірник тлумачить поняття «фасилітація» як організацію в групі процесу колективного розв'язання проблем, відокремлюючи поняття «фасилітатор» і «головуючий». «Головуючий» – це назва формальної ролі, а «фасилітатор» – характеристика змісту діяльності. Головуючий не є фасилітатором, якщо не організовує ефективного обговорення проблеми і не сприяє її розв'язанню групою. Фасилітатором може бути незалежна «третья сторона», запрошена сторонами для «раціоналізації» процесу досягнення домовленості, або один із членів групи, який бере на себе відповідну «командну роль», нарешті, у формально структурованій групі цю функцію має, за потреби, виконувати керівник. Фасилітатор виконує такі основні функції: підвищує ефективність прийняття групового рішення; створює і підтримує мікроклімат у групі; забезпечує обмін досвідом учасників; сприяє персональному розвитку учасників.

Фасилітація може виступати як самостійна форма групової роботи або в рамках інших процедур – тренінгів, семінарів, нарад, виступів, конференцій, презентацій тощо.

Основними етапами роботи фасилітатора є вибір мети обговорення; визначення сутності проблеми та причинно-наслідкових зв'язків у проблемі; виявлення варіантів вирішення проблеми; оцінка альтернатив та вибір правильного рішення.

У 1898 році психолог Норман Тріплетт (Norman Triplett) провів серію експериментів із тренування велосипедистів у групі. Він помітив, що спортсмени дають кращі результати, якщо тренуються не по одному, а в

групі. Саме тренуючись у групі, зазначав Н. Тріплетт, спортсмен може відчувати свою швидкість, порівнювати свої досягнення і розуміти, на якому місці знаходиться. Був відкритий ефект соціальної фасилітації, сутність якого полягає в тому, що присутність інших людей спонукає до більш енергійних виявів дій.

Продовжили вивчення ефекту соціальної фасилітації В. Мьоде, Ф. Олпорт, Н. Катрелл, які довели, що в присутності інших людей підвищується швидкість виконання математичних задач. Це пояснювалося через зміну мотивації особистості до вирішення задач. Так, Н. Катрелл на основі свого дослідження робить висновок, що сторонні, випадкові люди не впливають на успішність роботи, а найбільшою мірою вплив інших людей буде проявлятися тоді, коли вони сприймаються людиною як значущі для неї.

У 1908 році Е. Мак-Дауггол вперше описав ефект групової належності, як один із соціальних інстинктів, що властивий людям. Він зазначав, що особа ототожнює себе з групою і прагне оцінити її позитивно, підтримуючи високий статус групи й одночасно власну самооцінку.

Проте згодом, французький психолог Макс Рінгельман відкрив залежність між кількістю членів групи та ефективністю її роботи. Він зазначав, що зі збільшенням кількості членів групи відбувається зменшення середнього індивідуального внеску до групової роботи. Сучасні психологи, соціологи називають цю залежність ефектом Рінгельмана або ефектом соціальної лінії. Дослідження Рінгельмана показали, що члени групи, фактично, менш умотивовані і докладають менше зусиль при виконанні спільних дій, ніж при виконанні індивідуальних.

У 1979 р. Б. Латане відкрив феномен невтручання, провівши серію різноманітних експериментів. Феномен полягає в тому, що зростання кількості свідків трагічної події стає перешкодою для надання допомоги кимось із них. Чим більше свідків страждань жертви нещасного випадку, тим менша ймовірність того, що вона дочекається допомоги. Б. Латане визначив таку закономірність: ймовірність надання допомоги значно вища, якщо людина перебуває в малій групі, і значно нижча, якщо вона перебуває в оточенні великої кількості людей (так званий ефект свідка). Основними чинниками соціальної лінії Б. Латане виділяє:

- наявність індивідуальної відповідальності за результати своєї праці: чим вищий рівень відповідальності, тим нижча соціальна лінія;
- групова згуртованість та дружні стосунки: люди в групах менше байдикують, якщо вони друзі, а не чужі один одному люди;
- чисельність групи: чим більша чисельність групи, тим більшою є соціальна лінія;
- крос-культури і відмінності: члени колективістичних культур менш схильні до проявів соціальної лінії, ніж члени індивідуалістичних культур;

- гендерні відмінності: жінки меншою мірою проявляють соціальну ліню.

Слід зауважити, що розглянуті дослідження потребують уточнень і пояснень, тому поняття «фасилітація» та протилежне йому поняття «інгібіція» набувають подальшого розвитку в працях Р. Зайонса, С. Харкінса, Д. Майерса, М. Шеріфа, П. Зоді та інших, де досліджуються конкретні умови оточуючого середовища та мотивація особистості.

Так, американський психолог Девід Майерс (David Myers) виділяє причини збудження, прискорення темпів, ефективності роботи (соціальної фасилітації) та причини гальмування (інгібіції) у разі присутності інших людей: страх оцінки; відволікання уваги; факт присутності спостерігача; приналежність аудиторії до тієї чи іншої статі (експериментально доведено, що найбільше активізують діяльність представники протилежної статі); настрої.

Пояснення ефектів соціальної фасилітації та інгібіції можуть бути різними. Одне з них запропонував американський соціальний психолог Р. Зайонс (Robert Zajonc). Посилення загального рівня збудження людини в присутності інших людей насамперед впливає на домінуючу реакцію. Якщо цією реакцією є активізація, то спостерігається ефект соціальної фасилітації; якщо ж у якості такої реакції виступає гальмування, то наслідком буде ефект соціальної інгібіції.

Також у зарубіжній педагогіці та психології (Trevor Bentley, V. Dick, P. Sharp, J. Chilberg, L. Hart) фасилітація розглядається як одна із складових будь-якої комунікативної взаємодії в групі.

Одну з найбільш ретельно описаних та структурованих концепцій роботи фасилітатора створив Д. Б'юджентал, який підкреслює, що знання елементів теорії та володіння навичками, технологіями не може бути достатньо, оскільки майстерність живого глибинного спілкування не вибудовується автоматично з елементів комунікативної компетентності. Визнання того, що суттю життєзмінювальної роботи є мистецтво роботи з суб'єктивністю, веде до визнання того принципово важливого факту, що основним інструментом фасилітатора є він сам, а не процедури, алгоритми, технології чи сценарії взаємодії. Базуючись на соціально-психологічних підходах, у подальшому Д. Б'юджентал наголошує на неоднозначності сприймання педагогом своєї взаємодії з учнями, що призводить до певної методологічної невизначеності, поліпарадигмальності, з одного боку, та до актуалізації стійкості, до умов невизначеності як чинника розвитку [68].

У психолого-педагогічну теорію і практику термін «фасилітація» ввів американський психотерапевт і педагог К. Роджерс, вивчаючи його в недирективній, клієнто- або людиноцентрованій (person-centered) психотерапії. Під фасилітацією навчання К. Роджерс розуміє тип навчання, при якому педагог-фасилітатор, займаючи партнерську позицію, сприяє розвитку учня і може сам навчитися жити. Згідно з теорією К.Роджерса,



вчитель повинен мотивувати тих, хто навчається. Автор розглядає три головні установки вчителя-фасилітатора:

– перша установка – «конгруентність» педагога, тобто його «істинність». Вона передбачає, що вчитель у стосунках із тими, хто навчається, має бути таким, яким він є насправді;

– другу можна описати термінами «прийняття», «довіра»; це означає внутрішню впевненість учителя в можливостях і здібностях кожного, хто навчається;

– третя установка – «емпатійне розуміння». Це вміння вчителя бачити внутрішній світ і поведінку кожного учня.

Отже, викладач, який поводить природно та в безоцінній манері, розуміє й приймає внутрішній світ тих, кого навчає, створює потрібні умови для фасилітації. Якщо необхідні складники відсутні, педагог чинить згубний вплив на особистість учня.

У педагогіці «фасилітація» використовується у значенні, близькому до значення терміна «педагогічний менеджмент», тобто управління навчальною діяльністю учнів, при якому вчитель займає позицію помічника і допомагає учневі самостійно знаходити відповіді на питання і (або) формувати будь-які навички. Педагогічна фасилітація – це умова продуктивності навчання або виховання і розвитку суб'єктів педагогічного процесу за рахунок особливого стилю спілкування та власне особистості педагога. Основними умовами педагогічної фасилітації вчені зазначають: проблемність навчання; глибока довіра педагога до учнів, їхніх можливостей; повага до учнів; толерантне ставлення до учнів, розуміння їхніх реакцій; забезпечення учнів інформаційними, дидактичними, матеріально-технічними ресурсами.

Роль фасилітатора потребує від педагога певних умінь: уважно слухати, спостерігати і запам'ятовувати як хід подій, так і стиль поведінки учнів; налагоджувати просту і плідну комунікацію між членами навчальної групи; аналізувати і корегувати дії учнів; діагностувати і заохочувати ефективну (корегувати неефективну) поведінку; сприяти створенню моделі ефективної поведінки; забезпечувати зворотний зв'язок між учасниками навчального процесу, не використовуючи при цьому «наступальних» і «оборонних» форм спілкування; знаходити та активізувати конструктивні моделі поведінки при внутрішньогруповій взаємодії; активізувати подібні моделі у міжгруповій роботі; викликати довіру учнів, бути терплячим; бути справедливим, обирати нейтральну позицію при оцінюванні роботи.

У психології фасилітацію визначають як посилення домінантних реакцій або дій особистості у присутності інших, як правило, значимих людей – спостерігачів, партнерів.

У соціальній психології вживається поняття «соціальна фасилітація» (Social Facilitation), яке розуміється як покращення ефективності діяльності (виконання простих чи знайомих завдань) людини у присутності інших.

Сила впливу присутності іншого залежить від кількості людей, просторового розміщення, авторитетності. Цей феномен першим описав Г. Олпорт як «ефект аудиторії». Мова йде про стимулювання людського потенціалу, який у навчанні сприяє зміні того, хто навчається.

Подальші дослідження соціальної фасилітації та інгібіції привели вчених до висновку про те, що їхній прояв залежить від сили психологічного тиску на людину, який у тій чи іншій ситуації роблять на неї оточуючі люди, тобто поява ефекту фасилітації та інгібіції залежить від конкретної ситуації. Наприклад, згідно з моделлю «Відволікання конфлікту» Роберта Баррона (Robert Barron), присутність інших людей завжди призводить до відволікання особистості і появи внутрішнього конфлікту між потребою приділяти увагу аудиторії і самій задачі. Цей конфлікт завдяки підсиленню процесів збудження або допомагає нам виконувати завдання, або заважає. Це залежить від індивідуальних особливостей особистості та від конкретної ситуації.

Ученими було виділено та описано низку ситуацій «присутності» інших людей і, відповідно, який психологічний вплив вони здійснюють на людину:

1. Людина перебуває абсолютно сама, вона впевнена в тому, що те, чим займається, ніколи і ні за яких умов не стане відомо іншим людям.

2. Людина знаходиться сама і в даний момент часу нікого поруч немає, проте вона не впевнена, що про результати діяльності не стане відомо іншим будь-коли. Це ситуація мінімального вираження присутності інших.

3. Людина знаходиться в оточенні незнайомих людей, які не звертають на неї уваги. Це ситуація слабкої присутності інших і, отже, дуже слабого прояву ефектів соціальної фасилітації або інгібіції.

4. Людина знаходиться в оточенні знайомих людей, які звертають на неї увагу, але не оцінюють, і сама людина практично не залежить від цього оточення. Це ситуація «середньої» присутності інших і відповідно середнього прояву фасилітації або інгібіції.

5. Людина оточена особами, які оцінюють її, а від пропонованих ними оцінок якоюсь мірою залежить доля цієї людини. Це ситуація сильно вираженої присутності інших і, отже, помітного прояву ефектів соціальної фасилітації або інгібіції.

6. Людина щось робить публічно, в оточенні людей, від яких вона залежить. Це ситуація сильно вираженої присутності інших і, відповідно, дуже сильного прояву ефектів соціальної фасилітації або інгібіції.

Явище фасилітації також обґрунтовується у психотерапії, груповій роботі та в консультуванні. Досить популярним і молодим методом фасилітації є екофасилітація. Цей метод бере свій початок із клієнтоцентристської психотерапії К. Роджерса, який запропонував тезу, що створення позитивної, доброї атмосфери забезпечує повноцінний

розвиток і розкриття особистості. Завдяки емпатії, співчуттю, людина може знайти у собі такі якості, про існування яких і не здогадувалася. На базі цього виду психотерапії український учений П. Лушин розробив метод короткочасної психологічної допомоги – екофасилітацію. Цей метод передбачає, що пацієнт завжди володіє ширшим спектром сприйняття проблеми та її пояснення, ніж лікар, та відчуває не стільки недолік ресурсів, а, навпаки, надлишок можливостей. П. Лушин уводить поняття «імунологічної логіки» розвитку людини. За його думкою, відкрита система особистості прагне до періодичного перегляду власних меж, норм і уявлень, тому єдиними несприятливими факторами можна вважати виключення з життя особистості таких подій, як кризи та психологічні травми. Тобто, це рушійні сили розвитку особистості, при переживанні яких у людини формується до них імунітет, як до інфекційних захворювань – наприклад, кіру, віспи тощо



### **Питання для дискусії та самоконтролю**

- 1. Охарактеризуйте поняття емпатермент та доведіть його ефективність у досягненні успіху.*
- 2. Проаналізуйте поняття селфемпатермент.*
- 3. Розкрийте етапи застосування селфемпатерменту.*
- 4. Охарактеризуйте поняття фасилітація.*
- 5. Розкрийте поняття інгібіція.*
- 6. Доведіть ефективність роботи в групі з використанням фасилітації та інгібіції.*

## ТЕМА 12

### НЛП (нейролінгвістичне програмування) у професійній діяльності

**Мета:** сформувати уявлення про нейролінгвістичне програмування, навчити використовувати прийоми НЛП.

**Основні поняття і терміни:** нейролінгвістичне програмування, зміна субмодальностей, модель правильного визначення цілей, виправлення особистої історії, рефреймінг, реімпритінг.

#### План

1. Сутність поняття та завдання НЛП.
2. Етапи НЛП.
3. Ефективне спілкування в НЛП..
4. Техніки НЛП: зміна субмодальностей, модель правильного визначення цілей, виправлення особистої історії, рефреймінг, реімпритінг.

#### Література:

2. О'Коннор Д., Сеймор Д. Вступ у нейролінгвістичне програмування. К.: , 2002. - 380 с.
3. Х. Адлер НЛП : сучасні психотехнології – Л., 2000 – 160 с.

#### 1. Сутність поняття та завдання НЛП.

Назва НЛП трактується таким чином:

**Нейро** – стосується мислення або чуттєвого сприйняття, процеси, що протікають в нервовій системі і які відіграють важливу роль у формуванні людської поведінки, а також нейрологічні процеси у сфері сприйняття - зір. Слух, дотикові відчуття, смак, нюх.

**Лінгвістичний** – мовні моделі. Що відіграють важливу роль у досягненні між людьми взаєморозуміння.

**Програмування** – спосіб за допомогою якого ми організуємо мислення, включаючи почуття і переконання, щоб у кінці досягнути визначених цілей – за прикладом використання комп'ютера для вирішення певних конкретних завдань за допомогою відповідного програмного забезпечення.

НЛП з'явилося у кінці 90-х в Санта- Круз США. Його засновником був Джон Гріндер, на той час асистент кафедри лінгвістики і Річард Бендлер – студент психолінгвістичного і математичного факультетів. Вони

намагалися у своїх дослідженнях змоделювати діяльність трьох психотерапевтів – Фріц Перлз (засновник гештальт психології), Вірджинія Сатір (сімейна психотерапія) і Мільтон Еріксон (гіпнотерапевт). Наступний внесок у розвиток НЛП зробив Григорі Бейтсоном британським антропологом, працював у сфері психотерапії, кібернетики і біології. НЛП почало доволі швидко розвиватися як схеми досягнення успіху і удосконалення.

Один з базових постулатів НЛП (територія та карти) стверджує: у людини є індивідуальне уявлення світу, його карта. Це уявлення завжди суб'єктивне і не тотожне реальності. Воно формується шляхом опрацювання зовнішньої інформації за допомогою мови, особистого досвіду (персональної історії), особливостей перцептивної системи (специфіки роботи органів почуттів, аналізаторів тощо) і, в остаточному підсумку, утворює ментальну карту (або психологічну " карту світу") особистості.

Територія - це світ, що оточує людину, всі події та речі в ньому, тоді як карта ("ментальна карта") - модель, уявлення особистості цього світу. Ментальна карта - символічне уявлення (не обов'язково адекватне) у людській психіці реальності усього зовнішнього та внутрішнього світу. Це властива кожному індивіду суб'єктивна модель тих, чи інших її фрагментів. Люди сприймають світ через повсякденний досвід через органи почуттів, мозок і мовні системи, за допомогою яких усвідомлюють реальність. Первинний матеріал є завжди більш насиченим, ніж ментальна карта, що його відбиває. Тому результати сприйняття подібні до карти, що представляє світ, але не копіює його. У всіх людей свої, специфічні карти, або суб'єктивні моделі світу. І вони більшою мірою, ніж сама дійсність, визначають те, як особистість інтерпретує навколишній світ, реагує на його сигнали, який зміст надає своєму поведженню.

Нейролінгвістичні програми визначають, що і як людиною сприймається та інтерпретується. Від їхнього характеру і досконалості безпосередньо залежать сприйняття, обробка інформації, спосіб мислення, відчуття, дії та життя взагалі. Програми, наявні у різних людей, істотно відрізняються не тільки з точки зору суб'єктивних відчуттів, але й ефективності рішення життєвих проблем. Тому різні люди неоднаково сприймають ті ж самі події (і навіть слова), а також інакше реагують на них. Настільки важлива роль ментальних карт (програм) у сприйнятті та доборі стимулів робить їх однією із ключових ланок у керуванні психікою людини. Протягом багатьох тисячоліть ментальні карти формувалися переважно стихійно за допомогою традиційних інститутів соціалізації: родини, церкви, школи і т.п. Наприкінці ХХ століття стало можливим, як вважають творці НЛП, цілеспрямовано, в порівняно невеликий проміжок часу їх формувати або, принаймні, істотно змінювати. У цьому, власно, і є суть нейролінгвістичного програмування. Отже, НЛП можна розглядати як

процес аналізу та перетворення структури суб'єктивного досвіду людини, навчання її новим формам реагування на зовнішні і внутрішні стимули шляхом модифікування старих "програм" або заміни їх на нові.

Фільтри сприйняття - ще одне поняття НЛП. Здатності людського сприйняття обмежені, отже, йому доводиться вибирати найбільш важливе, а все інше - відсівати. Тому в певному змісті НЛП - це також наука про фільтри людського сприйняття, про те, що важливо для конкретного індивіда, а що він відсіває. Людина не може бачити або чути абсолютно все, що її оточує, вона вибирає те, що їй здається найбільш важливим і цікавим, або те, що ближче і рідніше. Всі техніки НЛП побудовані на реорганізації інформаційних процесів людини, створенні нових психологічних "карт" і фільтрів сприйняття, тобто у спрямуванні в потрібний бік її взаємодії з реальним світом. Причому зміні підлягає не тільки поведіння індивіда, але й внутрішні установки, оцінні критерії, весь процес мислення і прийняття життєвих рішень.

НЛП прагне керувати людською свідомістю шляхом підбора кодових фраз, слів, звукосполучень, зображень та іншої атрибутики. У ході програмування враховується ефект, який окремо справляють на людину: слова, їхній значеннєвий зміст; голос, його інтонація і тембр; поза, міміка та жести мовця. Пропорції цих складових приблизно такі: 55 % впливу - пози, рух, міміка; близько 38 % - голос (тон, інтонації, ритм, тембр) і тільки 7 % - власно слова, їхній зміст. Коли вони не погоджені (у НЛП це має назву некон-груентності), співрозмовник отримує за трьома каналами три різних (або навіть суперечних) повідомлення, причому у відповідній пропорції. Ще одне важливе правило НЛП. Якщо свідомість підказує одне, а підсвідомість інше - звичайно перемагає підсвідомість. Цим часто користуються професійні шахраї для введення в оману навіть найпильніших людей. А свідомість потім знаходить логічне пояснення зробленому вчинку. Вважається, що НЛП здатне допомогти людям позбутися нав'язливих страхів, відновити їхню правильну орієнтацію у світі, вибудувати більш комфортну модель поведіння. Однак НЛП, як і інші методи програмування психіки, часто використовують для впровадження у підсвідомість людей різних за своєю політичною і соціальною значимістю програм, як "продуктивних", так і "непродуктивних". НЛП пропонує своїм послідовникам навчити їх розвинути фізичні та інтелектуальні надможливості, отримати здатність керувати часом і простором. Разом з тим існує чимало сумнівів у можливостях даного методу. Багато чого залежить від кваліфікації фахівців НЛП і якості тренувань за даною методикою. На певному етапі підготовки навіть підбор слів і їхній порядок, довжина та інтонація пропозицій, інші лінгвістичні особливості мови можуть значно впливати на психіку людини. І тоді НЛП дозволяє ефективно управляти людською свідомістю через накази, закладені в словах, інтонаціях, позах тіла.

### **Основні ідеї НЛП:**

Всі люди використовують органи відчуттів в цілях сприйняття навколишнього світу, його вивчення, перетворення. Світ - це нескінченне розмаїття сенсорних проявів, однак люди можуть сприймати тільки його мізерну частину. Отримана інформація згодом фільтрується унікальним досвідом, мовою, цінностями, припущеннями, культурою, переконаннями, інтересами. Кожна людина живе в якійсь унікальній реальності, яка побудована з суто особистих сенсорних вражень, індивідуального досвіду. Його дії спираються на те, що він сприймає - на особисту модель світу.

Навколишній світ настільки масштабний, багатий, що люди змушені його спрощувати для того, щоб осмислити. Хороший приклад цього - створення географічних карт. Вони вибагливі: несуть інформацію і одночасно пропускають її, проте все ж виступають незрівняним помічником у процесі дослідження території. Від того, що людина знає, куди прагне потрапити, залежить і те, яку саме карту він становить.

Люди оснащені численними природними, необхідними, корисними фільтрами. Мова - фільтр, карта думок конкретної людини, її переживань, яка відокремлена від реального світу.

Основи нейролінгвістичного програмування - поведінкові рамки. Це розуміння людських дій. Так, перша рамка - націленість на результат, а не на конкретну проблему. Це означає те, що суб'єкт шукає, до чого прагнути, потім знаходить підходящі рішення, а згодом застосовує їх для досягнення поставленої мети. Спрямованість на проблему найчастіше називають «рамкою звинувачення». Вона полягає у глибокому аналізі існуючих причин неможливості досягнення бажаного результату.

Наступна рамка (друга) полягає в ставленні саме питання «як?», а не «чому?». Він приведе суб'єкта до усвідомлення структури проблеми.

Суть третього рамки - зворотний зв'язок взамін невдачі. Немає такого поняття, як невдача, є лише результати. Перше - спосіб опису других. Зворотній зв'язок стримує мета в поле зору.

Розгляд можливості, а не необхідності - четверта рамка. Зосередитися слід на можливих діях, а не на наявних обставин, що обмежують людини.

Також НЛП вітає цікавість, здивування замість облуди. З першого погляду це досить проста ідея, але вона має вельми глибокі наслідки.

Ще однією корисною ідеєю виступає наявність можливості створення внутрішніх ресурсів, які необхідні людині для досягнення поставленої мети. Домогтися успіху допоможе швидше віра в правильність дій, ніж припущення зворотного. Це не що інше, як нейролінгвістичне програмування. Що це таке, вже стало зрозуміло, тому варто перейти до розгляду його методів і технік.

## **2. Етапи НЛП.**

**Крок 1. Чітко визначити що вам потрібно.** Це мистецтво визначення цілей. Без правильного визначення цілей будь-яка діяльність неможлива. Якщо Ви не знаєте куди ви ідете, то будь-який шлях буде довгим. Як тільки ви чітко визначили ціль, настає стадія реалізації. Багато мілких результатів, досягнень у порівнянні з визначеною ціллю починають супроводжувати життя людини. Змінюється її настрій, поведінка, інтереси тощо. Усе це потребує рішучості, потрібно дійсно захотіти перейти у новий стан. *На досягнення цілей не повинно йти багато енергії.*

*Встановити ієрархію цілей.*(найближчі цілі мають бути сформульовані досить конкретно і не бути досить складними).

*Цілі особистісного життя і професійного мають бути взаємодоповнюючими і не нести суперечностей.*

*Цілі мають відповідати життєвій стратегії.*

*Визначені строки досягнення цілей.*

*Цілі мають бути позитивними.*

*Враховувати власний оптимальний рівень успішності.*

*Вирішити що конкретно ви можете зробити для досягнення цілей зараз.*

*Чи наявні у вас необхідні ресурси і де їх узяти.*

*Чітка координація плану дій, уникнення суперечностей між частинами плану.*

*Використовуйте творчу уяву – за допомогою усіх органів чуття увити бажану картину.*

**Крок 2. Дія.** Якою б сильною не була мотивація, але усе досягається у результаті активних практичних дій.

**Крок 3. Фіксуйте зміни, що відбулися.** Для полегшення їх фіксації і для отримання позитивних результатів необхідно кожного разу повторювати одну і ту ж дію, включаючи усі канали сприйняття інформації.

**Крок 4. Будьте гнучкими.** Людина має бути готова до відмови від звичного стилю життя, якщо він перестав бути ефективним і спробувати по-новому підійти до проблеми. В НЛП рекомендація звучить таким чином « Якщо щось не виходить, спробуй зробити щось інше; відмовся від способу дій, який тобі не приніс результатів».

### **3. Ефективне спілкування в НЛП.**

Однією із основних умов ефективності спілкування – це встановлення психологічного контакту. НЛП саме цим і займається, розробляє способи встановлення і підтримки контакту з людьми.

#### **Особливості ефективного спілкування:**

1. Задайте собі наступні запитання:

- чого саме я хочу досягти



- чи існують цілі, які суперечать визначеній
- як краще організувати процес спілкування
- яким чином я можу встановити і підтримати контакт з партнером
- чи дійсно мені більш зручно говорити про це чим іншим
- як сприймуть це повідомлення мої співбесідники

Цю стандартну процедуру можна застосовувати перед будь-якими зустрічами.

2. **Принцип уподібнення.** Одним із найважливіших принципів встановлення контакту - це бути таким як співбесідник. Точніше подумайте як він.

3. **Підлаштування.** У процесі розмови ми підлаштовуємося під співбесідника, це можна помітити зовні. Цей ефект називається дзеркальним відображенням у процесі розмови. Це включає співвіднесення швидкості мовлення, гучності, тональності. Спілкування з людиною, у якої «мова тіла» не відповідає змісту мовлення стає досить складним.

Взаємне підлаштування також включає взаємне (вільне чи довільне) копіювання нюансів міміки. Використання техніки мімічного підлаштування, наприклад, підняття бров, здивування, дає можливість налагодити контакт. Підлаштовуватися можна і до групи. В основному до лідерів.

4. **«Калібрування» контакту.** У процесі спілкування свідомо і активно повторювати рухи тіла і пози вашого співбесідника. При цьому можна спостерігати за співбесідником, чи реагує він на ваші дії чи відображаються на ефективності спілкування. Цей прийом називається «калібрування». Для його використання слід володіти чуттєвістю сприйняття. За однією посмішкою можна визначити настрій.

Прийоми, що використовуються ініціатором контакту. Ініціатор контакту вдається до окремих тактичних прийомів для того, щоб або прискорити розвиток відносин, або порушити потребу до вислову, або зняти виниклі психологічні перешкоди. І прийом "пропозиція дискусії" - виклик на дискусію, обговорення

**Прийом "виклик суперечки".** Ініціатор контакту вдається до цього прийому, коли йому потрібно, щоб в результаті суперечки або гострого обміну думками партнер прояснив свою позицію. Спостерігаючи за тим, як веде людина спор і захист своїх позицій, можна виявити характерні для нього способи дії для захисту власних думок і надалі брати їх до уваги. Якщо позиція, що захищається, загрожує розвитку відносин, ініціатор контакту повинен спробувати викликати сумнів в її міцності, а надалі, можливо, і відмовитися від неї.

**Прийом "вислів сумнівів".** Щоб викликати партнера на більш докладну розповідь про себе, ініціатор контакту може спеціально

поставити під сумнів деякі його повідомлення. Приводом для таких сумнівів завжди винне бути яка-небудь невідповідність між висловом і поведінкою партнера. негайна реакція такого роду дозволяє чекати, що партнер прагнучиме усунути розбіжності, тим самим вияснюючи свою позицію, більш детально розкриваючи її.

**Приєм "зіставлення суперечностей".** Спонукаючи людину до вислову можна, прямо вказавши на всі ті суперечності, які зустрічалися в його висловах. Для цього ініціатору контакту слід стежити за такими суперечностями, накопичувати їх. Природне прагнення партнера усунути ці суперечності дозволить ініціатору контакту одержати про нього додаткову інформацію.

**Приєм "діагностичні питання".** Ініціатор контакту задає питання, що дозволяють дізнатися думку партнера про властивості і якості інших людей, що зумовлюють правильність поведінки. Такі питання виявляють оцінки людини по відношенню до предмету обговорення. Необхідною умовою, для цього прийому є раптовість таких питань, яка звичайно викликає меншу настороженість, ніж поведінка, прийнята за вкрадливість.

**Приєм "добудовування".** Це своєрідний прийом, який заснований на виникаючій потребі людини заповнювати деякі пропуски в його власних попередніх міркуваннях, які він до певного моменту вважав "непогрішними". Ініціатор контакту навмисно складає з висловів партнера картину, яка представляється йому недостатньо повною. Для її побудови використовуються ті особові властивості або особливості поведінки, які не викликають ніяких сумнівів і питань. Така неповна картина викликає у партнера прагнення до заповнення пропусків і тим самим спонукає його до вислову. Але це відбувається тільки в тому випадку, якщо сама по собі картина логічна і відповідає реальності, коли велика її частина повідомляється достатньо точно і лише незначна частина виявляється неясною. Корективи, внесені співбесідником, можуть бути використані для побудови і встановлення деяких характерних для нього способів композиції своїх особових структур.

**Приєм "використовування підготовлених якостей".** Приєм заснований на тому, щоб активізувати ті якості партнера, які підвладні ініціативі ведучого спілкування. Спеціально підкріплюються такі властивості, як рішучість, сміливість і відвертість. Людина, яку повідомили, що у неї є ці якості, а надалі нагадали їй про це, схильна діяти на їх основі в тих випадках, коли відбувається боротьба мотивів. Так, якщо у партнера спостерігаються коливання, ініціатор контакту, волаючи до його рішучості, може спонукає його до дії або вислову. Іноді можна орієнтуватися на те, що співбесідник, відкриваючи ряд своїх потаємних думок, як би за інерцією може висловитися і про те, що його турбує і турбує в першу чергу.

**Приєм "розслаблення".** Коли ініціатор контакту бачить, що партнер вже готовий розказати про себе, але в той же час відчуває незручність, не знає, з чого почати розмову, украй напружений, він повинен спробувати зняти напругу яким-небудь тимчасовим відверненням уваги на сторонні теми.

**Приєм "вичікування".** Приєм застосовується в тих випадках, коли ініціатору контакту треба подолати певну позицію або установку, які в ході розмови склалися у партнера, але заважають розвитку відносин. Важливо підвести партнера до того, що б він сам прийняв рішення відмовитися від них. Для цього необхідно виказати ряд сумнівів з приводу обговорюваного, які можна сформулювати у вигляді питань і задати в такому порядку, щоб вони стали своєрідними орієнтирами для продовження розмови. В той же час відповіді на них, саму розмову слід відкласти, посилаючись на те, наприклад, що на ці питання неможливо відповісти відразу, і вони вимагають спеціального роздуму і обдумування. Таким чином, ініціатор контакту, спонукає партнера роздумувати і ухвалити самостійне, а не вимушене рішення. Час подібних відстрочень використовується для перетворень, структури відносин, що склалися, для включення в неї нових конструкцій.

### **3. Техніки НЛП:**

Основні нелінгвістичні технології такі:

1) **приєм експлуатації аудіопатернів:** створення шляхом підлаштування до дихання, модуляції, інтонаційної гри додаткового образу, який ніби увиразнює, відтіняє, а за потреби спростовує та перекреслює той образ, що формується вербально;

2) **приєм використання візуальних архетипів:** спекулюючи тим, що підсвідомість людини містить певний (притаманний нації, статі, регіону тощо) архетип (символи, які всі сприймають емоційно однаково позитивно або негативно), маніпулятор для просування політика, формування його позитивного іміджу чи боротьби з останнім ставить його у відеоряд (скажімо, у рекламі) поруч із відповідними меті архетипами;

3) **приєм маркування тексту:** виділення в основному тексті (жирним шрифтом, іншим кеглем і т. ін.) кількох слів чи літер, які, якщо читати лише їх, мають свій смисл. При прочитанні основного тексту маркований одразу потрапляє на несвідомий рівень і стимулює необхідну реакцію (наприклад, напис на стінах доби перебудови: "КПРС - наш керманіч!", - де дві останні літери в аббревіатурі КПРС нагадували німецькі есесівські погони часів Другої світової війни);

4) **приєм застосування субмодальностей:** використання особливостей і характеристик зображення або звуку для створення необхідного позитивного чи негативного емоційного фону, формування певних схильностей до активності або пасивності на підсвідомому рівні,

які б уможливили контроль емоцій об'єктів маніпулятивного впливу різних субмодальностей;

5) **прийом використання каталепсії** (завмирання людини в певній позі; дія, пов'язана з розладом рухового апарату). Такий стан можна викликати і штучно. Застосовуючи цей прийом, політики намагаються втримати руку партнера під час рукостискання. Якщо партнер чи опонент у цій ситуації не висмикує руки, це означає, що він передає ініціативу опонентові й готовий наслідувати його в усьому;

б) **прийом вікової регресії**: навмисне показування картин чи образів минулого, під час якого людину, групу або маси охоплює легкий транс ностальгії (у процесі регресії свідомість і підсвідомість об'єктів впливу готові до сприйняття політичних ідей, образів, ідеалів, які маніпулятор хоче нав'язати);

7) **прийом руйнації (підміни) шаблонів**: досягнення необхідних маніпулятором змін у світобаченні й діях людини, групи чи мас шляхом зміни (підміни) звичних, відпрацьованих алгоритмів (шаблонів, стереотипів) та нав'язування інших моделей поведінки;

8) **прийом оцінювання поведінки як результату позитивного наміру**: проведення чіткої межі, визнання різниці між намірами, які, на думку класика НЛП В.Сатір, завжди є позитивними, і реальною поведінкою, яка може не відповідати нормам моралі. За маніпулятивного використання цього прийому можна, наприклад, стверджувати: "Так, Сталін знищив мільйони людей голодомором, "великим терором"; так, він варварським способом провів колективізацію; так, він ліквідував цвіт національної еліти, але у нього була благородна мета - створення потужної радянської держави";

9) **прийом гри на асоціації чи дисоціації**: спроба маніпулятора викликати в об'єкта впливу залежно від потреби (мети) асоціативний спогад, який зумовлює такі гострі переживання минулого досвіду, ніби все це відбувається зараз, або дисоційований спогад, у процесі якого людина виконує роль глядача, який просто проглядає відеозапис подій за участю іншої людини. Асоційована позиція викликає сильні почуття, які створюють мотивацію для зміни поведінки, а дисоційована дає змогу отримати більше інформації й легше вивести об'єкт впливу з деморалізованого стану, мобілізувати всі його творчі ресурси для розв'язання проблеми;

10) **прийом підлаштування**: підлаштування (невербальне та вербальне) до людини, групи, мас із метою здійснення психологічного маніпулятивного впливу. Прийом реалізується за формулою: підлаштування - входження в довіру, проникнення у підсвідомість - ведення. Якщо інтерполювати класичну фразу "мафію знищити неможливо, її можна лише очолити" на політичну сферу, то можна дійти висновку, що для боротьби з певною політичною силою маніпуляторамі

спочатку необхідно стати для неї "своїм", проникнути в її лави, а вже потім "зсередини" стимулювати необхідну поведінку, діяльність, зміни.

**Лінгвістичні технології.** Вдаючись до цих технологій, політичні маніпулятори використовують:

1) **прийом зміни фокуса уваги в часовому просторі:** блокування думок про минуле, орієнтація людини, групи, мас на позитивний результат (розв'язання нагальної проблеми) на сучасному етапі і в майбутньому; перенесення фокуса уваги об'єкта впливу зі спроб змінити поведінку інших на те, що він самостійно може зробити для поліпшення ситуації;

2) **прийом імперативної персеверації** (лат. *persevere* - вперто роблю): неодноразове повторення жорстким, гіпнотичним голосом певного твердження. У політичній сфері найчастіше вживаються гасла-обіцянки ("коли моя політична сила прийде до влади, то вже в перший місяць ми зробимо..."). В основі цього прийому лежить спекуляція на схильності значної частини людей підкорятися батьківській волі, яку імітує маніпулятор упевненим голосом та інтонацією;

3) **прийом "зв'язки":** штучне умонтування необхідної інформації, потрібного відеоряду в позитивний чи негативний контекст залежного від мети, яку ставить перед собою маніпулятор. Мовою НЛП цей процес зветься "якірне позиціонування через уведення в синонімічний ряд";

4) **прийом "розкручування":** навмисна зміна рівня або масштабу розгляду проблеми чи суперечності. Цей прийом є одним із найпоширеніших технологій у нейролінгвістичному програмуванні, ефективним способом роботи із семантичним простором людини, групи, мас. У разі його застосування аналізований предмет (ситуація, діяльність, проблема тощо) залежно від цілей "розкручування" зменшується, зростає або переводиться в паралельну площину з метою звуження чи розширення "карти". Це дає змогу ініціаторові впливу отримати необхідну реакцію (активність або пасивність).

У нейролінгвістичному програмуванні застосовуються три типи "розкручування", здатні активізувати діяльність людини, групи, мас: а) "розкручування вгору", яке дає змогу різко, до вищих цінностей, підсилити мотивацію на зміну (поштовхом може бути питання: "Якщо ви цього досягнете, то що зможете зробити?"); б) "розкручування вниз", що сприяє визначенню конкретних перешкод та способів виконання задуманого ("Які наявні проблеми?" "Як зрушити справу з місця?"); в) "розкручування вбік", яке уможливорює використання аналогії, чужого досвіду для розв'язання проблеми ("Поміркуймо, як інші виходять з аналогічної ситуації?" "У чому вони вбачають ресурси прориву?");

5) **прийом рефреймінгу (зміни) контексту:** стимулювання здатності людини, групи, мас поглянути на поведінку чи подію під іншим кутом; зміна контексту на такий, у якому те, що пов'язане з проблемою, постає як певний позитив, цінність. Цей прийом базується на тому, що конкретне

переживання, поведінка, подія мають здатність набувати різного змісту й зумовлюють неоднакові наслідки відповідно до контексту. В його основі - з'ясування питання, коли і в якій ситуації таку поведінку чи подію можуть кваліфікувати як позитивну. Політичні маніпулятори використовують прийом рефреймінгу контексту в ширшому діапазоні, ніж психотерапевти: залежно від політичної доцільності вони можуть уміщувати інформацію про поведінку (подію) не лише в позитивний, а й у негативний контекст. Наприклад, назва статті в опозиційній пресі "Страйк шахтарів - це форма активної та ефективної боротьби за власні соціальні права" на протигагу офіційній публікації (після певного рефреймінгу контексту) - "Черговий страйк шахтарів - це руйнівний удар по економіці країни за наростаючої кризи";

б) **прийом рефреймінгу змісту:** зміна значення змісту поведінки, події без зміни контексту. Скажімо, залежно від того, яку політичну силу репрезентує джерело інформації, значне поповнення партії С молоддю можна кваліфікувати як "віру підростаючого покоління в ідеали цієї партії, формування надійного стартового майданчика для прориву на майбутніх виборах" або як "вияв занепаду партії С, від якої відвернулися справжні професіонали та зрілі політики через непослідовність і суперечливість реалізації партійної платформи";

7) **прийом рівності:** відмова від спілкування шляхом боротьби за домінування, підкорення та перехід до принципу рівності. Цей енемпістський прийом, який ефективно діє в сімейній психотерапії, політичні маніпулятори часто використовують своєрідно, практично навпаки. Оскільки рівності, злагоді сприяють повна, об'єктивна інформація та демонстрування спільності інтересів учасників комунікаційного контакту, своє завдання маніпулятор убачає в тому, щоб: а) гранично звузити канал достовірної Інформації;

б) поширити деформовані, неправдиві повідомлення; в) максимально наголосити на відмінностях партнерів чи опонентів по спілкуванню;

8) **прийом псевдовибору:** створення штучної ситуації, котра дає змогу маніпулятору уникнути етапу агітації, переконання. Банальне питання: "Ви за кого будете голосувати: за лідера партії А чи партії Б?" - знімає інші "критичні питання": "Чи є альтернативні підходи партій А і Б?";

9) **прийом припущення, імплікації** (лат. *implico* - тісно зв'язую): формування думки в такий спосіб, щоб пропустити момент доказу. Зразок передвиборчої обіцянки: "Після виборів представники нашої партії в парламенті обов'язково зроблять все для того, щоб у вашому районі (місті, селі) було збудовано дорогу (завод, бібліотеку), про яку ви просите зараз" (заявляють так, ніби ця політична сила вже в парламенті); зразок рекламного агітаційного плаката: "Чим нам подобається лідер Х?" (виявляється, він нам уже подобається);

10) **прийом "закладання міни" в підрядному реченні:** формулювання та позиціонування думки, спрямованої на підсвідомість, не в головному, а в підрядному реченні з подальшим закріпленням (після паузи) в кількох наступних реченнях. Наприклад: "Якщо ти вже вирішив іти голосувати, то, на мою думку, твоїм поглядам найбільше відповідає лідер партії<sup>7</sup> - Ну не подобається він, є багато інших... Теж заслужені, теж відомі... Але ти помітив, які гарні вуса в лідера партії *Д*, як гонорово він говорить...";

11) **прийом умонтованих пресупозицій:** органічне вплітання в контекст речення певного твердження (пресупозиції), яке не змінює свого змісту навіть за умови переформулювання цього речення як заперечного: "Це добре, що ви підтримуєте політика А"; "Це погано, що ви підтримуєте політика"

12) **прийом створення "психічних вірусів":** "психічний вірус" - це інформація, що існує у свідомості людей, може суттєво впливати на перебіг певних подій і має тенденцію до самовідтворення, самопосилення й самопоширення. До найпростіших "психічних вірусів" належать чутки, мрії, міфи, анекдоти. Мотивацією для їхнього поширення є простий обмін емоціями у спілкуванні для створення ситуації зацікавлення. Складнішими "психовірусами" виступають релігії, ідеології;

13) **прийом зміщення фокуса уваги:** перенесення в процесі спілкування уваги слухача (слухачів) з основних проблем на деталі. Складається враження, що проблеми "ніби розв'язані", і це сприймається як таке, що не підлягає жодному сумніву. Наприклад, політик стверджує: "Після виборів наша політична сила буде ще обирати, з ким їй утворювати коаліцію, адже ми хоч і невелика партія, але будемо володіти "золотою акцією". У цьому вислові слухачеві нав'язують думку, що партія, яку представляє політичний промовець, без сумніву, буде в парламенті; фокус уваги зміщено на подальші її перспективи;

14) **прийом трюїзмів** (англ. *truth* - правда): використання техніки, яка викликає у співрозмовника бажання погодитись, що різко знижує його здатність до свідомого спротиву й уможливорює вплив на підсвідомість; нав'язування під "овечою шкурою" трюїзму потрібної для маніпулятора ідеї ("Я чув, що чимало людей у регіонах підтримують партію N"; "Напевно, представники партії N швидко розв'язують соціально-економічні проблеми населення"; "З огляду на це, можливо, й мають рацію ті, хто підтримує партію N");

15) **прийом конкретного образу:** щоб налагодити контакт (установити рапорт), досвідчений маніпулятор під час спілкування найчастіше вдається до неоднозначних за змістом слів, термінів, оцінок; коли контроль над об'єктом маніпулювання вже встановлено, мова ініціатора впливу стає категоричнішою та конкретнішою: "Якщо ми не приймемо цього рішення, то постраждають діти, жінки, люди похилого

віку" (а не просто "люди"); "Наша фракція виступає за те, щоб наступного року було виділено додатково 10 мільйонів гривень на потреби вашої області в соціальній сфері ("10 мільйонів", а не просто "гроші");

16) **прийом неодноразового повторення та виділення ключової тези:** тиражування й акцентування базової тези виступу з метою фіксації її у свідомості та пам'яті співрозмовників. Ключові фрази прийому: "Як я вже зазначав...", "Ще раз...", "Отже, крім мене, ще дуже багато людей нашої партії переконані в тому, що...";

17) **прийом слів-команд:** спекуляція (гра) на гонорі опонента, його намаганнях демонструвати свою професійність та компетентність. Основними словами-командами є "знаєте", "розумієте", які містять виклик: співбесідник, якщо він себе поважає, повинен бути достатньо поінформованим. Фрази, з яких, як правило, починаються ключові елементи застосування прийому: "Ви, напевне, знаєте про те, що...", "Я переконаний, що ви усвідомлюєте, що...", "Я не сумніваюсь, що ви як фахівець розумієте можливі наслідки процесу...";

18) **прийом використання цитат, які націлюють, програмують:** уживання в потрібний момент крилатого вислову, який підтверджує думку маніпулятора; виголошення необхідної ідеї, концепції після нечітких слів: "Я не пам'ятаю, хто це сказав, але ці слова мають певну цінність..."; "Я згадую слова одного видатного діяча..." тощо;

19) **прийом застосування метафор і притч:** пряме переміщення необхідної маніпуляторіві інформації у підсвідомість об'єкта впливу за допомогою специфічного носія - метафори чи притчі. Метафора - це зворот мови, образний вислів поняття, вживання в переносному значенні образного виразу чи слова для описування якогось предмета або явища, схожого з ним за певними ознаками. Оскільки метафора - образний вислів, то розуміння її суті, змісту пов'язане з діяльністю правої півкулі мозку, що й забезпечує потрапляння змісту, вислову безпосередньо до підсвідомості об'єкта впливу. Метафора та метафоричні вислови часто є основою притч, які активно використовують у нейролінгвістичному програмуванні. Притча - це коротка алегорична розповідь, яка містить моральне або релігійне повчання (премудрість). Перевагами метафор і притч виступають: а) лаконічність, що дає змогу стисло передати значний обсяг складної інформації; б) легкість для сприйняття, зумовлена наочністю, простотою, емоційністю; в) цілісний, яскравий описуваний образ. Саме тому релігії, духовні вчення проповідуються спрощеною та метафоричною мовою, зрозумілою кожному.

Для політичного маніпулятора метафора (притча) важлива як засіб, що дозволяє донести необхідну думку (гасло, команду) одразу до підсвідомості людини (групи, мас); каталізатор, здатний простимулювати необхідну дію, поведінку. Прослухавши метафору, притчу, адресат маніпулятивного впливу "цілком самостійно" (принаймні він у цьому



переконалий) робить висновок (приймає рішення), запрограмоване маніпулятором;

20) **прийом штучного обмеження вибору:** нав'язування партнеру по спілкуванню чи опоненту максимально обмеженого, проте комфортного для маніпулятора "альтернативного" вибору шляхом непомітного, але суттєвого зменшення кількості можливих варіантів розв'язання проблеми. Наприклад: "Що вам більше подобається в лідері Х: харизматичність чи толерантність?";

21) **прийом зміщення часових предикатів:** перенесення проблемного питання (ситуації) в минуле, а позитивних перспектив - із майбутнього в сьогодення. Використання минулого часу відокремлює й віддаляє людину, групу, маси від певної події чи ситуації, а теперішнього - тісно пов'язує з ними. Нагадування про невдалі дії або рішення в минулому часі вказує на те, що "все було погано" ("У роботі уряду, парламенту тощо **було** чимало помилок, але ми зробили висновки..."). Опис можливої нової поведінки фахівці з НЛП рекомендують розпочати в майбутньому часі й поступово переходити до сьогодення, натякаючи, що її вже почали реалізовувати в сучасних умовах ("Я думаю, вже невдовзі наш уряд, парламент тощо буде здатний адекватно та професійно реагувати на виклики часу... Перші паростки нового ми вже зараз бачимо під час цього обговорення..."). У процесі застосування цього прийому відбувається переформатування поглядів, переконань стосовно наявних причиново-наслідкових зв'язків;

22) **прийом акцентування:** свідоме й цілеспрямоване наголошування на ключових словах, які необхідно донести до об'єкта маніпулювання;

23) **прийом штучного упорядкування:** намагання акцентованим перерахуванням (по-перше, по-друге, по-третє...) створити в партнера по спілкуванню чи опонента ілюзію порядку, послідовності, логічного зв'язку там, де їх насправді немає;

24) **прийом використання контрастів:** звуження можливих альтернативних рішень через використання принципу "або - або" з метою здійснення "логічного тиску" на опонента й підпорядкування його своїй аргументації. Цей прийом є одним із найефективніших, оскільки створює враження абсолютно логічного доведення. Наприклад: "Ви підтримуєте партію А або Б". Формально ця аргументація логічна: якщо не це, то те. Однак принцип вибору "або - або", до якого підштовхує маніпулятор, приховує фатальну помилку: штучно створюється ілюзія, що існують лише названі альтернативи;

25) **прийом мовного зв'язування:** вплітання в надмірно емоційне, швидке, інколи навіть сумбурне за змістом мовлення реплік типу: "Ви погоджуєтесь зі мною?", "Чи не так?", - що має на меті деморалізацію партнера (опонента), його спантеличення, зниження рівня критичності

сприйняття інформації, тобто встановлення психологічного контролю над поведінкою співрозмовника;

26) **прийом "потрійної спіралі М.Еріксона"**: послідовне переповідання трьох історій, які зацікавлюють аудиторію. При цьому перша й друга історії перериваються, а третя, що містить найважливіше для НЛП-технологій -нав'язувані установки, - розповідається до кінця. Після цього завершують першу і другу історії та пояснюють логіку зв'язку між ними. Унаслідок впливу ефекту "останнього слова (краю)" добре запам'ятовується й аналізується перша та друга історії, а третя сприймається "на віру";

27) **прийом прихованої підказки**: побудова моделі спілкування за схемою, у якій спершу йде речення невизначеності (навіть з імітацією розпачу), за ним речення, в якому звучить (програмується) прихована підказка бажаної дії, а в наступному реченні імітують об'єктивність, що забезпечує нейтральний відхід ініціаторові маніпулятивного впливу. Наприклад: "Я навіть не знаю, за кого буду голосувати на наступних виборах, оскільки практично всі партії себе цілком дискредитували останнім часом... Хіба що партія N... Хоча і в неї чимало недоліків...";

28) **прийом "читання думок"**: вербальне демонстрування маніпулятором об'єктові впливу своєї здатності вгадувати (знати) думки, мотиви, наміри тощо іншої людини; актуалізація, приховане підштовхування до потрібного маніпуляторіві рішення, коли опонент перебуває в стані невизначеності. Фраза, що символізує процес гіпнотичного "читання думок", звучить приблизно так: "Я знаю (відчуваю, переконаний), що Ви хотіли зараз висловити певну думку (здійснити конкретну дію)". Коли маніпулятор говорить подібну фразу, він деформує реальну думку партнера (опонента) по спілкуванню; приховано програмує, підштовхує його до прийняття рішення, яке влаштовує ініціатора маніпулятивного впливу. Наприклад: "Ви **переконані**, що наша політична сила не зможе..."; "Я впевнений, що ви знаєте, що ..."; "Наші політичні опоненти не думають про майбутнє..."; "Повірте мені, я знаю, що ви відчуваєте, я знаю, про що зараз думаєте.."; "Я бачу, що хоча зовні ви поки що сумніваєтесь, але в глибині душі ви вже зробили правильний вибір";

29) **прийом "фальшивих причинно-наслідкових зв'язків"**: приписування певному суб'єкту (об'єкту) маніпулятивного впливу всіх провин за проблеми, прорахунки в діях, учинках, рішеннях маніпулятора ("Ми не змогли реалізувати свою соціальну програму через протидію опозиції..."; "У нас був чудовий план виходу з політичної кризи, але на заваді стала партія ЛГ; "Якби лідер А був менш амбітний, ми б знайшли компроміс");

30) **прийом комплексного еквіваленту**: об'єднання фактів, які не пов'язані один з одним і не мають чіткого причинно-наслідкового зв'язку, а поєднані лише передбачуваним домислюваним логічним зв'язком;

прирівнювання частини досвіду (споглядання зовнішньої поведінки) до загального значення (оцінювання внутрішнього стану). При конструюванні комплексних еквівалентів використовують фрази типу: "є", "це означає", "те саме, що" тощо. Цей прийом - класичний для НЛП патерн лінгвістичного спотворення, у процесі якого поведінці особи (групи, мас) приписують за зовнішніми ознаками переживання певних станів. Скажімо, гасло "Тільки чесні люди обирають партію Л/Г не розкриває і не пояснює, чому так роблять "тільки чесні". Маніпуляторів цього й не потрібно, оскільки має спрацювати логіка, яка посиляє підсвідомості метаповідомлення: "Якщо я обираю партію А/, то я -чесна людина". Інші приклади: "У натовпі помітне значне пожвавлення, очевидно, вони готуються до активних дій..."; "На токшоу політик *А риптowo* зблід, коли йому поставили питання.., напевне, воно його деморалізувало", "Політик Б ніколи не запізнюється на зустрічі з виборцями, мабуть, щось сталося...", "Політичний блок С переміг, це означає...";

31) **прийом концептуальних припущень:** спотворення змісту комунікативного акту шляхом використання певних тверджень, які без доказів сприймаються як істинні. Ключовими словами при застосуванні цього прийому є "коли", "якщо", "оскільки" й т. ін. ("Якщо ви підтримаєте на виборах партію О, то вже скоро заживете краще", "Коли лідер В стане президентом, кардинально на "позитив" зміниться характер міжнародних зв'язків нашої країни", "Оскільки опозиція не при владі, вона абсолютно не може впливати на економічну політику держави");

32) **прийом кванторів спільності:** квантор спільності - це набір слів, за допомогою яких здійснюють універсальне узагальнення. Шляхом подібного узагальнення враження (відчуття), що стосується одиничного факту чи однієї особи, переноситься при оцінюванні на всю поведінку людини (групи, мас). До кванторів спільності належать такі слова, як "все", "ніколи", "кожен", "завжди" і "ніхто". Наприклад: "**Всі** політики беруть хабарі"; "Представники **кожної** партії в душі ненавидять свій електорат, від якого залежить їхнє майбутнє"; "Опозиція **завжди** заважає уряду", "У таких умовах, що склалися, ніхто не може запропонувати реальний вихід із політичної кризи";

33) **прийом використання моделі SCORE:** детальний аналіз реального стану речей та умов досягнення бажаного результату крізь призму п'яти ключових елементів - симптомів, причин, результатів, ресурсів та ефектів. Авторами прийому є Р.Ділтс та Т.Епштейн. Аббревіатуру SCORE утворено з початкових літер англійських відповідників основних елементів моделі:

**симптоми** (symptoms). Ідеться про перші, зовнішні ознаки певної проблеми, яку необхідно розв'язати. Лідер однієї з парламентських фракцій може сказати: "Ми вже протягом тривалого часу не можемо сформува-

парламентську коаліцію". Це констатація, характеристика поточного стану справ, який містить проблему, що потребує нагального вирішення;

**причини** (causes). Вони стимулюють і запускають у дію симптоми. Причини не завжди очевидні ("З одного боку, ми не можемо домовитися стосовно вирішення питання.., з Іншого - можливо, хтось із наших потенційних політичних союзників "торгується" й розраховує на певні посади"). Вони також є частиною поточного становища;

**результати** (outcomes). Це бажаний стан ("Ми готові для компромісу здійснити не крок на зустріч ("висунути своїх претендентів"), а крок назад ("чимось поступитися заради стратегічного успіху"). Це нова поведінка, нові підходи й бачення, які можуть суттєво змінити ситуацію ступору та внести позитивну динаміку в наявне становище;

**ресурси** (resources). До них належать засоби й прийоми, використовувані для усунення причин ("Наша політична сила і в парламенті, і в регіонах готова підтримати діяльність можливої новоствореної коаліції"). На цьому етапі переконувальної промови можна застосовувати практично будь-який прийом НЛП ("якоріння", зміни поглядів тощо);

**ефекти** (effects). Це довгострокові наслідки досягнення результатів і елементи бажаного стану ("За тривалого єднання з нашими потенційними союзниками по коаліції всі державні проблеми буде значно легше розв'язати").

Якщо більшість прийомів НЛП - це лінійні способи вирішення проблем шляхом переходу з поточного стану в бажаний при дотриманні певної процедури, то модель SCORE є гнучкою та нестандартною, що дає змогу розпочати вплив із будь-якого місця (частини) залежно від змісту проблеми й від того, як уявляє людина собі цю проблему (масштаби, складність, можливі негативні наслідки в разі її нерозв'язання тощо).

SCORE можна використати і як потужний позитивний переконувальний фактор, і як витончений маніпулятивний маневр, якщо його застосовують як засіб досягнення власної перемоги, а не суспільного порозуміння, згоди;

34) **прийом модальних операторів/в**: використання маніпулятором із метою здійснення психологічного впливу модальних операторів, які визначають межі (кордони) моделі світу й модель (спосіб) дії людини. Фахівці виокремлюють кілька категорій модальних операторів: необхідності, можливості, неможливості, повноважень, ідентичності, вибору й т. ін. Найважливішими є модальні оператори необхідності ("повинен - не повинен") і можливості ("може - не може", "здатен - не здатен"), які визначають правила поведінки та спроможність до реальної дії. Людина, яка оперує термінами "повинен", "здатний", "необхідно", "змушений", "бажаю" тощо, по суті, описує деталі (контури) власної моделі світу. Вивчивши, зрозумівши та врахувавши специфіку модальних

операторів партнера (опонента) по комунікативному акту, маніпулятор може легко досягнути бажаної мети, оскільки знає реальні межі необхідності чи можливості дій об'єкта маніпулятивного впливу;

35) **прийом утраченого перформатива:** висловлення оцінної думки без зазначення її суб'єкта або джерела інформації. Прихованою перевагою цього прийому є саме невизначена оцінна думка, втрачений перформатив, який спрямовує чи підштовхує людину, групу, маси до дій (поведінки) в бажаному для політичного маніпулятора **напрямі**. **Наприклад:** "Нікому не слід засуджувати інших", "Серйозні політики не повинні впадати в розпач"; "У будь-якому разі це не важливо", "Те, що ви робите, - яскрава демонстрація політичної безпорадності";

36) **прийом простих видалень:** свідоме вилучення з процесу спілкування інформації про людину, предмет тощо. Унаслідок цього слухач починає шукати свої відповіді на питання, що в нього виникають. Так, у твердженні "Недоцільно сьогодні обнародувати наші політичні плани" видалено принципову інформацію: "Недоцільно для *кого?*", "*Чому* недоцільно?", "А *завтра доцільно?*", "*Обнародувати* в який спосіб?", "*Які політичні плани?*". Для досвідченого політичного маніпулятора використання цього прийому містить натяк окремій людині, групі, **масам** на приховану силу, не відомі широкому загалу ресурси й т. ін. тієї політичної сили, на яку він у цей момент **працює**;

37) **прийом неповних порівнянь:** уживання при висловленні оцінних суджень порівняння без указівки на те, з чим або з яким стандартом відбувалось зіставлення. У лінгвістиці є неповні порівняння (видалення), **які охоплюють різні ступені зіставлень** (краще, кращий, найбільше, найменше, найкращий, найгірший, багатший, бідніший, гірше тощо). Наприклад: "Політик *A* - **найкращий** у парламенті"; "Партія *C* протягом цього року виявилася найслабшою", "Проект політичної платформи блоку *P* - **найгірший**". У практиці маніпулятора використання цього прийому становить ефективний спосіб навішування та закріплення за певним об'єктом необхідного політичного ярлика в діапазоні від "найкращий" - до "найгірший";

38) **прийом відсутності референтного індексу:** вживання невизначеного іменника (у НЛП - референтний індекс) на позначення людини, предмета, які є об'єктами (суб'єктами) впливу і які описує у твердженні дієслово. У процесі застосування цього прийому найчастіше як замітники реальних ініціаторів впливу вживають неконкретні (невизначені) категорії "хтось", "вони", "ніхто", "цей" тощо ("**Хтось** може подумати, що у влади є проблеми..."; "Вони ніколи не зрозуміють нашої політичної лінії"; "Ніхто не застрахований від політичного лохотрону"). Цей прийом часто використовують для зняття з себе відповідальності за неуспішний політичний курс: "Ніхто тоді не міг передбачити., **вони стали** на заваді., до того ж **хтось** запустив у ЗМІ плітку, яка зруйнувала все...";

39) **прийом уживання невизначених дієслів:** використання в комунікативному процесі дієслів, які не дають уявлення про конкретний спосіб дії. Лексеми на зразок, "контролювати", "аналізувати", "вдалось", "шкодити", "демонструвати" не дають змоги створити у свідомості чітку картину процесу, який триває. Наприклад: "Влада не піклується про пересічних громадян"; "Я був здивований поведінкою політика С на токшоу"; "Нам вдалось подолати політичну кризу". У політичному маніпулюванні цей прийом застосовують для тиражування (програмування) необхідних думок, ідей та гасел;

40) **прийом установалення якорів:** "прив'язування" окремих сигналів (візуальних, аудіальних, кінестетичних) до певних моделей переживань та станів, які в подальшому можуть бути штучно викликані. Цей прийом, що веде свій родовід від класичної концепції Павлова "стимул - реакція", є одним із ключових у НЛП. "Якорі" можуть виникати природним шляхом і встановлюватися навмисно. У НЛП за характером впливу розрізняють "якорі":

а) позитивні, що зумовлюють ресурсне становище (приємне переживання);

б) негативні, які спричиняють проблемне становище (неприємне переживання). За впливом на репрезентативні системи "якорі" поділяють на: візуальні (символи, картини, кольори, форми тощо), аудіальні (звуки, мелодії, слова, речення, цитати, діалекти, логічні наголоси й т. ін.), кінестетичні (рухи, жести, пози, дотики, смаки, запахи тощо). Основними умовами ефективного "якоріння" є:

**інтенсивність** ("якір" необхідно встановлювати на піку інтенсивності виявлення емоцій);

**оптимальність часу** ("якір" фіксується в момент кульмінації емоційного переживання);

**чіткість** (чим унікальніший стимул, тим надійніше встановлюється "якір");

**повторення** (чим частіше й одноманітніше (тобто в той самий спосіб) використовується "якір", тим активніший та ефективніший його вплив).

Перевагою прийому є те, що 8 разі його професійного застосування, зокрема в техніці інтеграції "якорів", можна одночасно мобілізувати та спрямовувати всі канали відчуттів людини, групи чи мас. Класичний приклад - організовані фашистами факельні маніфестації на підтримку ідей та діяльності Птлера, у яких задіювали всі види "якорів" - візуальні (свастика на червоних прапорах; тисячі факелів тощо); аудіальні (виголошення промови на високому регістрі та з чіткими логічними наголосами; звуки бравурних маршів і т. ін.); кінестетичні (нестандартне з погляду руху руки вітання, адже протягом дня людина мусить різко

піднімати руку саме під таким кутом; відчуття ліктя того, хто йде поруч, запах факелів тощо);

41) **прийом колапсування "якорів"**: одночасна активізація позитивного та негативного "якорів", які ніби накладаються один на одного. Коли людина одночасно переживає два різні емоційні стани (активність - пасивність, пригнічення - радість), вони ніби взаємонейтралізуються. Побічним (а для політичного маніпулятора часто основним) ефектом колапсування "якорів" для людини, групи, мас є неприємне відчуття невизначеності, тимчасова дезорієнтація і втрата орієнтирів, деморалізація, внутрішній конфлікт, який постійно наростає;

42) **прийом трансформації переконань**: зміна однієї думки (переконання) шляхом маніпулювання відмінностями між субмодальностями, тобто особливостями відчуттів у межах кожної репрезентативної системи. Серед прийомів трансформації (зміни) переконань поширена модель Р.Бендлера, яка охоплює такі етапи:

- актуалізація переконання, яке бажає змінити маніпулятор;
- виявлення субмодальностей, пов'язаних із цим переконанням;
- акцентування думки на тому, що ніхто не володіє правом на істину, тобто стосовно цього переконання також можуть бути сумніви;
- застосування техніки порівняльного аналізу для виявлення відмінностей між "старим" переконанням, яке намагається змінити маніпулятор, і сумнівом;
- постановка питання перед людиною, групою, масами: "Яке нове переконання замість старого вам хотілося б мати?" Теоретики та практики НЛП вважають, що, пропонуючи нові переконання, слід: а) формулювати їх позитивно; б) спрямовувати їх у майбутнє або хоча б у сучасність; в) враховувати чи імітувати врахування реальних суспільних інтересів;
- зміна старого переконання на сумнів (використання техніки "зупинки фільму"). Енелпісти рекомендують на цьому етапі не форсувати події й трансформувати лише одну або кілька найсуттєвіших відмінностей, а також змінити в процесі сприйняття й відтворення цього переконання у свідомості динамічний фільм на статичну фотографію;
- трансформація змісту старого переконання на нове з використанням зміни субмодальностей (ретушування фотографії, кадрів). Після ретельного та активного редагування маніпулятором процесу сприйняття, зміни характеристики відчуттів у межах кожної репрезентативної системи готується основа для зміни переконань;

- зміна сумнівів на переконання шляхом трансформації субмодальностей (запуск виправленого (відретушованого) фільму). Тобто ініціатор енеллі-стського впливу змінює стару статичну фотографію на новий динамічний фільм, який і стає новим переконанням;

43) **прийом номіналізації**: призначення (характеристика) в межах інформаційного повідомлення безперервних процесів або процесів, що тривають, як закінчених. Номіналізація - це спроба узагальнення, внаслідок якого процес (дієслово) набуває статичної форми й перетворюється на іменник. Наприклад: оцінювати - самооцінка, балансувати - баланс, тлумачити - тлумачення тощо. Номіналізацією може бути слово, вживане на позначення процесу, руху, дії або ідеї, концепції, а також таких категорій, як "спогади", "правила", "принципи", "цінності" й "переконання". З лінгвістичного погляду, номіналізація - це зміна процесу на рівні глибинної структури (рух, дія й т. д.) на статичну подію на рівні поверхової структури. При використанні цього прийому, як правило, приховують (випускають) значну частину інформації. Прикладами номіналізації можуть слугувати вислови: "У нашої політичної сили порозуміння (приховане дієслово - **порозумітися**) з партією С... Значною мірою це зумовлено тим, що ця політична сила має завищену самооцінку (приховане дієслово - **цінувати**). Саме тому, я думаю, найближчим часом ми не знайдемо спільної мови (приховане дієслово - **домовлятися**)",

44) **прийом деноміналізації**: лексичне та сутнісне відновлення у зворотному напрямі ланцюжка "результат - дія - намір". На думку енеллістів, номіналізація деформує події та процеси, констатуєчи їх завершеність, чим уводить людину в оману. Як спосіб боротьби з цим явищем вони пропонують деноміналізацію, що реалізується за такою схемою:

- виявити факт номіналізації, тобто трансформування дієслова в іменник. Теоретики НЛП переконані, що варто лише запитати себе, чи можна побачити, почути, відчути це. Така процедура, на їхню думку, дає змогу віднайти дієслова, приховані "під маскою" іменників. З огляду на це, вислів "компромісна перемога" має сенс, а "компромісний олівець" - ні, оскільки іменник "перемога" в цьому контексті органічно трансформується в дієслово "перемагати", а іменник "олівець" - ні;
- відшукати дієслово, приховане в номіналізації. Наприклад, усередині іменника "мотивація" є дієслово "мотивувати", "обман" - "обманювати", "зрада" - "зраджувати" тощо;
- відновити дієслово та ідею (намір), які були приховані за ним (чи вдалося повернути термін до його дієслівної форми й



відновити репрезентації дії, руху та процесу; що підштовхнуло до цієї дії; чим керувалися особи, які її вчинили).

Використання цього прийому може мати штучний, маніпулятивний характер. Скажімо, з номіналізації "зрада" впливає дієслово "зраджувати" з неодноковим (неоднозначним) тлумаченням різними політичними силами основних причин чи мотивації цієї дії;

45) **прийом використання та зміни метапрограм:** розпізнавання, підлаштовування, а в разі потреби - зміна метапрограм, які відповідно до практики та теорії НЛП контролюють і визначають модель, стиль та режим мислення людини. **Метапрограма** - ментальні (перцептивні) програми для сортування стимулів і акцентування на них уваги; фільтри сприйняття, що націлюють та регулюють увагу. Вони діють у людській свідомості як операційна система комп'ютера, що має свою специфіку. Їхніми ключовими особливостями є:

- репрезентативні системи (візуальна - картини, образи; аудіальна - звуки, гучність, тон; кінестетична - відчуття, почуття, рух);
- ціннісні орієнтації (майбутні можливості; визначеність та надійність минулого; антицінності, що відштовхують);
- стиль відбору інформації (емпіризм, прагматизм, сприйняття органами чуття чи уява, раціоналізм, внутрішнє знання);
- стиль функціонування (спонтанність або дотримання правил, послідовність);
- стиль реагування (пасивність чи активність);
- фрейм референції, сортування за авторитетами (орієнтація на свої думки, почуття, бажання або на інших людей);
- фільтр переваг, основних інтересів (люди (хто) - насолода від спілкування з іншими; місця (де) - пошук найбільш прийняттого середовища; об'єкти (що) - орієнтація на предмети та завдання; види активності (як) - сортування в пошуках оптимального впливу для досягнення бажаного результату; час (коли) - високий рівень сприйняття важливості фактора часу).

Цей прийом - потенційно потужний атрибут маніпулятивного впливу. Його реалізація здебільшого має дві фази: 1) ретельна діагностика та аналіз стилю отримання й опрацювання інформації об'єктом впливу; "упаковування" й передавання необхідних слів, ідей та пропозицій із використанням мета-програми клієнта; 2) зміна метапрограми об'єкта впливу шляхом "якоріння" нових реакцій, проектування нової метапрограми на майбутнє тощо. Другу фазу маніпулятор використовує, коли перша не дає бажаного результату.

Отже, НЛП володіє потужним арсеналом засобів психологічного впливу, за допомогою яких може здійснюватися корегування мислення,

емоцій та поведінки як окремої особи, так і значної кількості людей. Прийоми НЛП у політичній сфері можуть використовувати як: а) інструмент реалізації позитивних намірів (вселяння віри у власні сили, надії на краще майбутнє; блокування думок (згадок) про трагічні або деморалізуючі моменти (події)) тощо, що важливо для мобілізації суспільних ресурсів та сил для поступального розвитку, стимулювання перспективних суспільних змін на краще); б) потужний засіб маніпулятивного впливу з негативними намірами (навіювання певних думок, ідей, образів із метою тотальної деморалізації; корегування мислення на рівні підсвідомості; формування й непомітне нав'язування штучних мотивів прийняття рішень та забезпечення необхідної маніпуляторіві поведінки об'єкта впливу тощо).



### **Питання для дискусії та самоконтролю**

1. Розкрийте сутність поняття НЛП.
2. Наведіть приклади використання НЛП (негативні і позитивні).
3. Проаналізуйте нелінгвістичні прийоми НЛП.
4. Охарактеризуйте лінгвістичні техніки НЛП.
5. Доберіть найефективні прийоми на ваш погляд.

## **ТЕМА 13.**

### **Коуч - технології у професійній соціалізації**

**Мета:** сформувані уявлення про коучинг як технологію вироблення практичних навичок.

**Основні поняття і терміни:** коуч, коучинг, правила коучингу.

#### **План**

1. Сутність поняття коучинг.
2. Методи коучингу.

#### **Література:**

1. Рибкін І. В. Коучинг соціального успіху / І.В. Рибкін. – Дніпро, 2005. – 224 с.
2. Парслоу Є. Коучинг у навчанні: практичні методи і технології / Э. Парслоу, М. Рэй. — К, 2003. — 204 с.

## 1. Сутність поняття коучинг

Розглядаючи зарубіжний досвід управління професійною соціалізацією, слід проаналізувати такий інструмент розкриття потенціалу особистості, що є синтезом психології, менеджменту, теорії фінансів, філософії, духовних знань, як коучинг. Провідні дослідження у цій галузі здійснювали Тімоті Голві, Стівен Р. Кові, Мерилін Аткинсон, Майлз Дауні, Сьюзан Беттлі, Джон Уїтмор. Вони реалізувалися в бізнесі та в галузі неформальної освіти. На сьогодні існує приблизно 50 шкіл і біля 500 видів коучингу, починаючи від VIP- коучингу і закінчуючи соціальною роботою.

Поняття «**коуч**» має англійське походження та перекладається як «каре́та», «репетиторство, підготовка». У загальному розумінні цього слова – доставити людину туди, куди вона прагне – це провідник, який допомагає людині в будь-якій ситуації і в будь-якому питанні знайти більш правильне рішення та реалізувати його. При цьому коуч не надає поради і не нав'язує свою думку.

Коучинг – це інструмент удосконалення принципів роботи тих людей, які визначають життя компанії.

За своєю метою, **коучинг** – це система реалізації професійного та особистісного потенціалу, що заснована на ідеології успішності та персональної відповідальності за досягнення успіху у житті. Коучинг – це система особистісного удосконалення для бізнесу та життя. Коучинг – це шлях до нової ефективності, що дорівнює можливостям і якої ще не було.

У процесуальному відношенні коучинг – це індивідуальне тренування людини для досягнення значущих для неї цілей, підвищення ефективності планування, мобілізації внутрішнього потенціалу, розвитку необхідних здібностей і навичок, освоєння передових стратегій отримання результату. Коучинг – техніка, що позиціонується як технологія розкриття професійного потенціалу. Технологія коучингу акумулює в собі можливості тренінгових методів, НЛП, опитувальних технологій. **Головна особливість коучингу** – допомога людині в пошуку власного рішення, а не вирішення проблеми за неї, сприяння особистості в розкритті своєї стратегії подолання професійних труднощів за рахунок виділення головних та енергетичних ресурсів. Важливим фактором модернізації професійного потенціалу і підвищення рівня професіоналізму особистості є раціональне використання і примноження індивідуальної ресурсності суб'єктів праці. Технологія саморегуляції психічних станів як фактор підвищення працездатності й ефективності діяльності розробляється в межах підходів стресменеджменту О. Жданова, гуманітарно-технологічного розвитку А. Гусевої, аутопсихологічної компетентності Л. Степной, психічної стійкості М. Секача, саморегуляції психічних станів Л. Забеловой. Більшість коуч-консультантів інтерпретує коучинг як

філософію та як систему методів і технологій, спрямованих на визначення мети і максимально швидкого досягнення результатів. Сучасне поняття «коучинг» і сам процес виникли в Америці в 70-х роках ХХ століття. Як окрема професія, коучинг сформувався на початку 90-х років ХХ століття. У США професія коуча офіційно визнана в 2001 році завдяки Міжнародній Федерації Коучів. У сучасному розумінні засновником коучингу є спортивний тренер Тімоті Голві, автор концепції внутрішньої гри, що є основою коучингу. Концепція вперше була представлена у книзі «Внутрішня гра в теніс» у 1974 році. Особливо актуальними є думки автора про те, як слід організовувати процес навчання – це стосується не лише спорту, а і повсякденного життя. Т. Голві підкреслює, що коли учень старається, він напружений, і тому втрачає пластичність. Не слід багато розповідати учню; йому потрібно лише тренуватися і на власних діях відчувати правильність виконання того чи іншого руху, завдання. Лише підбадьорювання, фіксація найдрібніших успіхів спонукає людину вдосконалювати свою техніку. Ми живемо в дивовижно швидкому темпі, нам важко зупинитися і подивитися на все зі сторони спокійно. Людина постійно відчуває тиск – це телефони, годинники, обов'язки тощо. Наш розум постійно відгукується на різні подразники і також живе в дуже швидкому, напруженому темпі. В голову приходять різні змішані думки, і ми втрачаємо зосередженість і невимушеність мислення. Така перевантаженість розуму утруднює появу природних здібностей, і, в першу чергу, інтуїції.

Т. Голві сформулював основні правила ефективної гри в теніс, але ці правила стосуються будь-якої сфери діяльності людини:

1. Потрібно чітко і ясно уявляти картину бажаного результату.
2. Довіряти інтуїції тіла, щоб виконувати удари природно, навчаючись на успіхах і помилках.
3. Бачити, відчувати, чути свої удари і не оцінювати їх з позиції гарно чи погано, тобто потрібно навчитися заспокоювати свій розум.

Як тільки ми починаємо розмірковувати, обмірковувати, усвідомлювати свої дії, спонтанність втрачається і вступають у хід роздуми. Розрахунок, який називається прорахунком, вступає у дію.

З 1980 року коучинг почав застосовуватися в бізнесі. Послідовник Т. Голві Дж. Уїтмор у книзі «Coaching – новий стиль» розглядає рецепти створення успішної кар'єри, методику виявлення та розкриття потенціалу особистості або групи людей. Цінною є думка Дж. Уїтмора про значення кар'єри для людини. Вона дає можливість перейти: від пасивності до активності; від залежності до відносної незалежності; від одноманітної діяльності до більш різноманітної; від близьких перспектив до віддалених; від підпорядкування до лідерства; від невпевненості до впевненості у собі.

За Еріком Парслоу коучинг визначається як процес, який полегшує та супроводжує навчання й розвиток і таким чином підвищує

ефективність. Для досягнення успіху коучу необхідно знати і розуміти сам процес, розмаїття стилів, навичок та технік відповідно до ситуації, в якій здійснюється коучинг. Ерік Парслоу виокремлює в процесі коучингу професійної сфери наступні етапи: аналіз ситуації та збір інформації, на якому людина чітко має усвідомлювати потребу професійного вдосконалення; планування системи відповідальності, що передбачає складання плану особистісного розвитку, відповівши на такі запитання: чого саме необхідно досягти?, як це буде відбуватися?, де саме це будете відбуватися?, коли цей процес розпочнеться і коли завершиться?, хто буде задіяний у цьому процесі?, з ким необхідно узгодити цей план? Наступний етап – реалізація запланованого з використанням стилів, навичок і технік. На думку Е. Парслоу, найважливішими вміннями є забезпечення зворотного зв'язку, активне слухання, використання правильних запитань. Заключний етап – оцінка результатів (успішності). Головним фактором, що впливає на ефективність процесу коучингу, є правильний вибір стилю. Е. Парслоу виділяє «директивний» та «вільний» стилі коучингу, наголошуючи, що на початкових етапах роботи виправдовує себе директивний стиль з поступовим переходом на більш вільний. Головним при використанні будь-якого стилю є ставлення до учня: учень має відчувати, що коуч упевнений у його можливостях, схильний займати зверхню позицію, і учень може звернутися до нього з будь-якими запитаннями. З таким підходом до розуміння коучингу погоджується М. Дауні, один із успішних коучів сучасної Великобританії, у своїй роботі «Ефективний коучинг: уроки для коучів». Він зазначає, що коучинг – це мистецтво сприяти підвищенню результативності, навчанню і розвитку іншої людини. Коучинг не здійснюється за допомогою однієї техніки, процес коучингу нагадує танок двох людей, які рухаються однаково гармонійно. Дж. Доннер та М. Вілер порівнюють роботу коуча з діяльністю акушерки: «Коучинг – це взаємодія, в якій коуч поводить себе як акушерка – підтримує, підбадьорює і допомагає клієнту на основі його досвіду до тих пір, поки клієнт не досягне рівня експерта і людини, яка здатна перетворювати задумане в реальність».

## **2. Методи коучингу.**

Найбільш розповсюджений метод коучинг-навчання – це метод «питання-відповідь». Іноді така технологія коучингу називається наставництвом. Суть полягає в тому, що кожна людина має потенціал, який достатній для досягнення досить високих результатів у тій чи іншій сфері діяльності. Відповідно при використанні зазначеного методу коучингу навчання полягає в тому, що наставник ставить низку запитань, які допомагають клієнту проаналізувати свою ситуацію, думки і самостійно знайти вихід. Результативність цієї технології залежить від уміння коуча ставити запитання, які спонукають клієнта до самоаналізу.

Окрім технології «питання-відповідь» використовується технологія тренінгів. Коучинг-тренінг допомагає забезпечити продуктивний обмін знаннями та ефективно відпрацювання умінь. Цей інструмент коучингу передбачає спілкування tet-a-tet, у ході якого спеціаліст допомагає клієнту перевірити свої сили та відповідно налаштуватися.

Метод консалтингу передбачає консультування, пропонування можливих схем дій, спрямування його зусиль на досягнення потрібного результату на основі повної свободи вибору.

Метод процесингу полягає у проведенні коучем певного процесу, наочно демонструючи клієнту, як потрібно діяти для досягнення бажаного результату. При цьому широко використовуються такі психологічні техніки, як НЛП, енергетична терапія ПЕАТ, мозкові штурми.

Прикладом сучасної системи коучингу можна назвати методику Френка Пьюселіка, яка заснована на НЛП-технологіях та спрямована на допомогу молоді в складних життєвих ситуаціях. Особливу увагу Ф. Пьюселік приділяє реабілітації наркозалежних молодих людей в США. Його програма педагогічної реабілітації складається з наступних блоків: психологічний, освітній, творчий, фізичний розвиток, трудове виховання та соціальна адаптація. Мета діяльності реабілітаційних центрів, створених Ф. Пьюселіком, – відновлення функціонування особистості. У своїй книзі «Магія нейролінгвістичного програмування без таємниць» автор показав взаємозв'язок між особистістю (моделлю світу) та її фізичними характеристиками, які проявляються зовні і є комунікативними сигналами у процесі спілкування. Ф. Пьюселік виділив декілька типів поз тіла та особливостей характеру: «візуал» – людина постійно тримає шию прямо відносно тіла. Коли вона ходить, то здається, що «підборіддя веде її», рухи дискретні та різкі, мовлення чітке, швидке, голос високий, дихання відбувається верхньою частиною тіла; «кінестет» – округлі плечі, схильність до повноти, але не занадто, під час спілкування нахилиються вперед, рухи плавні, дихання відбувається нижньою частиною легень, тональність м'яка та легка, повільний темп мовлення, голос низького тембру; аудіали – в США, зазначає Ф. Пьюселік, їх дуже мало – це худорляві люди, легко керують аудиторією в процесі спілкування, і чим більша аудиторія, тим легше їм розмовляти. Для підтримки контролю над тональними аспектами мовлення вони потребують повного дихання, тому у них широка грудна клітина; «дискрет» – спілкується на цифровій модальності, говорить стиснутим, твердим, монотонним голосом, дихає верхньою частиною грудної клітини, тонкі губи та конституція тіла схожа з «кінестетами».

Технологія коучингу «GROW» (англ. – зростання), запропонована Дж. Уйтмором, становить собою певну послідовність постановки ефективних запитань, використовуючи мнемонічне правило:

**Goal** – постановка мети. Це передбачає відповіді на такі питання: в якому напрямку ми (коуч та клієнт) бажаємо працювати?, чого саме ми бажаємо?, яка ваша віддалена мета?, наскільки вона реальна?, чи дійсно ви цього бажаєте?

**Reality** – аналіз реальності: в якій ситуації ми зараз знаходимося?, які ресурси наявні?, чого саме ми боїмося?, що відбудеться, якщо ми досягнемо бажаного?, хто ще може вплинути на ситуацію?

**Options** – визначення можливостей до дій. Клієнт разом з коучем мають відповісти на запитання: що може допомогти нам у вирішенні питання?, які методи будемо використовувати?, що саме ми можемо зробити?, який шлях вирішення проблеми Вам найбільше подобається?

**Will** – виховання волі до дії – що ми обираємо для досягнення мети?, які обрані варіанти працюють?, що може досягти мети?, наскільки сильний мотив?, яка самоорганізація і чи ми правильно використовуємо час для досягнення мети?

При цьому Дж. Уїтмор вважає принципово важливим починати з визначення цілей, а не з аналізу існуючої ситуації, яка може стати «гальмом у визначенні цілей». Отже, коучинг – це розкриття потенціалу людини, управління поведінкою, дії, спрямовані на досягнення визначених цілей, процес зростання особистості, можливість об'єктивно оцінити свою ситуацію, поведінку, поглянути на себе іншими очима, процес, що дозволяє особистості самостійно використовувати потрібні методи для досягнення бажаних результатів, і, нарешті, це процес у якому людина отримує велику радість, задоволення від своїх успіхів і досягнень. Коучинг спрямований у майбутнє. Працюючи з наявною ситуацією, він допомагає по-іншому поглянути на життя, усвідомити свої істинні думки, бажання, потреби, цінності, а не ті, що нав'язані суспільством, позбавитися від внутрішніх бар'єрів і навчитися знаходити власні рішення.



### **Питання для дискусії та самоконтролю**

1. *Розкрийте сутність поняття «коучинг».*
2. *Проаналізуйте методи коучинга.*
3. *Доберіть найефективніші на ваш погляд.*

## **ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ**

### **Тест 1. Соціалізація – це:**

- а) адаптація людини до соціального середовища;

б) історично зумовлений процес розвитку особистості, надання та засвоєння індивідом цінностей, норм, установок, зразків поведінки, що притаманні даному суспільству. Його *результатом* є активне відтворення особистості набутого соціального досвіду у своїй діяльності та спілкуванні.

в) процес формування світогляду особистості.

г) засвоєння людиною моральних норм поведінки у даному суспільстві.

**Тест 2. Позначте соціально-психологічні механізми соціалізації:**

а) наслідування

б) стилізований

в) рефлексія

г) міжособистісний

д) імпринтінг

ж) макрофактори

з) інституціональний

**Тест 3. Позначити соціально-педагогічні механізми соціалізації:**

а) традиційний

б) ідентифікація

в) стилізований

г) екстеріоризація

д) міжособистісний

**Тест 4. Соціальна адаптація - це :**

а) пристосування до навколишнього середовища;

б) засвоєння соціального досвіду;

в) відновлення та поліпшення соціального функціонування особистості;

г) попередження негативних впливів соціуму;

**Тест 5. Вибрати правильний варіант.**

З. Фрейд був засновником такої моделі соціалізації:

а) Психоаналітичної або "особистого контролю";

б) "соціального навчіння";

в) "міжособового спілкування"

г) інкультурації.

**Тест 6. Вибрати правильний варіант.**

Сутність моделі "соціального навчіння"-

а) "модефікація" людської поведінки шляхом "дозування" стимулів, тобто пропорцій покарань і заохочень для отримання бажаного результату.

б) побудована на ідеї про те, що поведінка людини детермінована її знаннями, сукупність яких створює у свідомості образ (картину) навколишнього світу. Саме ця картина світу керує поведінкою людей, а не сама реальність. Головним аспектом соціалізації виступає процес навчання мисленню, розвитку пізнавальних, моральних, емоційних структур особистості.

в) як процес передачі культурних надбань.



г) соціалізація має конфліктний характер і вимагає не тільки особистого, а й суспільного контролю.

### **Тест 7. Вибрати правильний варіант.**

Сутність моделі "інкультурації":

- а) "модефікація" людської поведінки шляхом "дозування" стимулів, тобто пропорцій покарань і заохочень для отримання бажаного результату.
- б) побудована на ідеї про те, що поведінка людини детермінована її знаннями, сукупність яких створює у свідомості образ (картину) навколишнього світу. Саме ця картина світу керує поведінкою людей, а не сама реальність. Головним аспектом соціалізації виступає процес навчання мисленню, розвитку пізнавальних, моральних, емоційних структур особистості.
- в) як процес передачі культурних надбань.
- г) соціалізація має конфліктний характер і вимагає не тільки особистого, а й суспільного контролю.

### **Тест 8. Модель "міжособового спілкування" передбачає:**

- а) процес і результат групового впливу на людину;
- б) «модифікацію» людської поведінки шляхом "дозування" стимулів, тобто пропорцій покарань і заохочень для отримання бажаного результату.
- в) побудована на ідеї про те, що поведінка людини детермінована її знаннями, сукупність яких створює у свідомості образ (картину) навколишнього світу. Саме ця картина світу керує поведінкою людей, а не сама реальність. Головним аспектом соціалізації виступає процес навчання мисленню, розвитку пізнавальних, моральних, емоційних структур особистості.
- г) соціалізація, яка має конфліктний характер і вимагає не тільки особистого, а й суспільного контролю.

### **Тест 9. Групова динаміка -**

- а) зміни структури групи, розподілу влади в ній, позицій, ролей, групових норм, моделей поведінки, спілкування, міжособистісних стосунків, зумовлені впливом її учасників і зовнішніми умовами.
- б) зосереджена на завданні група, яка дотримується структурного підходу до конкретних завдань і результатів.
- в) почуття солідарності, почуття «ми».
- г) утворення зв'язків у групі, які забезпечують перетворення її на цілісний психологічний організм, що живе за своїми нормами, правилами відповідно до її цілей і цінностей.

### **Тест 10. Виберіть правильний варіант.**

**Коучинг –**

- а) нейролігвістичне програмування особистості на успішну діяльність;
- б) система реалізації професійного та особистісного потенціалу, що заснована на ідеології успішності та персональної відповідальності за досягнення успіху у житті.

### **Тест 11. Групова згуртованість -**

а) утворення зв'язків у групі, які забезпечують перетворення її на цілісний психологічний організм, що живе за своїми нормами, правилами відповідно до її цілей і цінностей.

б) керована дискусія у групі, предметом якої можуть бути біографія клієнта, міжособистісні стосунки та ін.

в) форма соціальної роботи, під час якої відбувається допоміжна діяльність через групові форми взаємодії. Її метою є надання допомоги клієнтові завдяки передаванню групового досвіду для розвитку його фізичних і духовних сил, формуванню соціальної поведінки.

г) зміни структури групи, розподілу влади в ній, позицій, ролей, групових норм, моделей поведінки, спілкування, міжособистісних стосунків, зумовлені впливом її учасників і зовнішніми умовами.

### **Тест 12. Ідентифікація -**

а) фіксування людиною на рецепторному і підсвідомому рівнях особливостей об'єктів, що впливають на неї.

б) процес і результат ототожнення, уподібнення себе з іншою людиною;

в) можливість учасника групи обирати доступні для нього моделі для навчання;

г) отримання від інших людей об'єктивної інформації про себе, свою проблему і шляхи її розв'язання.

### **Тест 13. Імпринтинг -**

а) фіксування людиною на рецепторному і підсвідомому рівнях особливостей об'єктів, що впливають на неї.

б) процес і результат ототожнення, уподібнення себе з іншою людиною;

в) можливість учасника групи обирати доступні для нього моделі для навчання.

г) отримання від інших людей об'єктивної інформації про себе, свою проблему і шляхи її розв'язання.

### **Тест 14. Оберіть правильну відповідь.**

#### **Професійна соціалізація –**

а) процес пристосування до умов професійного середовища

б) процес засвоєння правил, норм та вимог професійної діяльності та активне їх відтворення у власній професійній діяльності.

### **Тема 15. Позначте форми адаптації:**

а) акомодация;

б) інкультурація;

в) конформізм;

г) асиміляція.

### **Тест 16. Оберіть правильне тлумачення поняття**

#### **Здоровий спосіб життя —**

а) спосіб життя, який передбачає уникнення чинників ризику, порушення фізичного і психологічного здоров'я, сприяє його зміцненню.

- б) спосіб життя, який передбачає правильне, раціональне харчування.
- в) процес перетворення людської істоти на суспільного індивіда, утвердження її як особистості, включення у суспільне життя як активної і дієвої сили.

**Тест 17. Оберіть правильне тлумачення поняття  
повна соціалізація –**

- а) означає, що з усього обсягу знання і культури даної соціальної групи або оточення людина засвоюють той обсяг, який йому необхідний для вирішення своїх завдань;
- б) означає, що людина з усього необхідного обсягу знань і культури опанувала тільки їх частину ;
- в) означає, що з необхідного і достатнього обсягу знань і культури людина опанувала лише якийсь його частиною.

**Тест 18. Оберіть правильне тлумачення поняття  
адекватна соціалізація –**

- а) означає, що з усього обсягу знання і культури даної соціальної групи або оточення людина засвоюють той обсяг, який йому необхідний для вирішення своїх завдань;
- б) означає, що людина з усього необхідного обсягу знань і культури опанувала тільки їх частину ;
- г) означає, що кожен раз людина має ті уявлення і здійснює ті вчинки, які повністю або значною мірою відповідають реальним процесам, що протікають в дану хвилину в її безпосередньому оточенні.

**Тест 18. Оберіть правильне тлумачення поняття стихійна соціалізація:**

- а) відбувається внаслідок впливу на особистість різноманітних спеціально не створюваних обставин суспільного життя;
- б) відбувається внаслідок організації в суспільстві певних економічних, законодавчих та інших передумов, які впливають на розвиток та життєвий шлях особистості;
- г) відбувається внаслідок спеціально організованої передачі соціального досвіду особистості та розвитку її потенційних можливостей, який відбувається в різних державних та недержавних організаціях.

**Тест 19. Оберіть правильне тлумачення поняття  
відносно спрямована соціалізація -**

- а) відбувається внаслідок впливу на особистість різноманітних спеціально не створюваних обставин суспільного життя;
- б) відбувається внаслідок організації в суспільстві певних економічних, законодавчих та інших передумов, які впливають на розвиток та життєвий шлях особистості;
- г) відбувається внаслідок спеціально організованої передачі соціального досвіду особистості та розвитку її потенційних можливостей, який відбувається в різних державних та недержавних організаціях.

**Тест 20. Оберіть правильне тлумачення поняття**

### **соціально-контрольована соціалізація -**

- а) відбувається внаслідок впливу на особистість різноманітних спеціально не створених обставин суспільного життя;
- б) відбувається внаслідок організації в суспільстві певних економічних, законодавчих та інших передумов, які впливають на розвиток та життєвий шлях особистості;
- г) відбувається внаслідок спеціально організованої передачі соціального досвіду особистості та розвитку її потенційних можливостей, який відбувається в різних державних та недержавних організаціях.

### **Тест 21. Оберіть правильне тлумачення поняття**

#### **Дезадаптація особистості -**

- а) звуження сфери соціального функціонування особистості;
- б) порушення процесу пристосування індивіда до соціального середовища внаслідок хибного або недостатньо розвиненого уявлення про себе, свої соціальні можливості і зв'язки;
- в) обмеження чи позбавлення можливості задоволення основних життєвих потреб.

### **Тест 22. Позначте правильне визначення поняття «соціальне середовище»:**

- а) сукупність соціальних умов життєдіяльності людини;
- б) комплекс певних цінностей особистості та суспільства;
- г) навчання і виховання.

### **Тест 23. Позначте ознаки соціалізованої особистості:**

- а) усвідомлює себе членом суспільства, суб'єктом взаємодії з ним, з іншими людьми, з групами;
- б) вміє знаходити способи роботи з книжкою в залежності від її змісту;
- в) свідоме виконує норми соціального буття, прийнятих даним суспільством;
- г) здатна прикладати особисті зусилля для усвідомлення соціальних цінностей;
- д) реалізує пізнавальну, трудову, сімейну, дозвільну функції на основі гуманізму і духовності;
- з) здобуття вищої освіти.

### **Тест 24. Знайдіть відповідне:**

- а) макрофактори -
  - б) мезофактори -
  - в) мікрофактори -
- 1) є умовою соціалізації всіх або дуже багатьох людей (космос, планета, світ у цілому, країна, суспільство, держава).
  - 2) відбувається соціалізація більших чи менших груп людей (сім'я, школа, товариство однолітків).
  - 3) (етнос і тип поселення (місто, село) в якому живе людина)

### **Тест 25. Виберіть правильне визначення.**

Соціальне виховання – це:

- а) складний і суперечливий соціально-історичний процес входження, включення підростаючих поколінь у життя суспільства; у побут, суспільно-виробничу діяльність, творчість, духовність; становлення їх з людьми, розвинутими особистостями та індивідуальностями, важливим елементом виробничих сил суспільства, творцями власного щастя. Воно забезпечує суспільний прогрес і наступність поколінь;
- б) передача підростаючому поколінню системи знань, умінь і навичок;
- в) сукупність норм і правил, що регулюють відносини людей у суспільстві на основі суспільної думки.

### **Тест 26. Культурологічна функція соціального виховання полягає :**

- а) полягає у формуванні особистої культури індивіда – сукупності його особистої поведінки, методів діяльності, продуктів цієї діяльності, ідеї та думок;
- в) в координації і управлінні засобами виховання направленістю та ефективністю протікання процесу соціалізації індивідів;
- г) у навчанні ефективним моделям засвоєння індивідом нових життєвих ситуацій

### **Тест 27. Ціннісноутворююча функція соціального виховання полягає:**

- а) у закріпленні суспільних цінностей у свідомості і поведінці індивідів, сприяє утворенню особистої системи цінностей;
- б) у закріпленні в поведінці індивіда соціальних норм, що ухвалені суспільством;
- в) у прищепленні корисних для індивіда і груп звичок, у формуванні звичаїв, заснованих на суспільних цінностях, у виборі системи групових реакцій на поведінку індивіда у вигляді санкції, адекватних соціальним цінностям;

### **Тест 28. Інтегративна функція соціального виховання полягає:**

- а) у об'єднанні людей шляхом оволодіння ними зразками поведінки, в основі якої усвідомлення необхідності враховувати при досягненні своїх інтересів мету і інтереси інших людей.
- б) у закріпленні в поведінці індивіда соціальних норм, що ухвалені суспільством;
- в) у прищепленні корисних для індивіда і груп звичок, у формуванні звичаїв, заснованих на суспільних цінностях, у виборі системи групових реакцій на поведінку індивіда у вигляді санкції, адекватних соціальним цінностям.

### **Тест 29. Позначте правильну відповідь.**

**Суб'єктом професійної соціалізації є людина, яка:**

- а) засвоює соціальні норми і культурні цінності, виявляє активність, розвиває себе, реалізує себе в суспільстві та здатна певною мірою протистояти суспільству;

б) змінюється в залежності від умов існування, пристосовуючись до них.

**Тест 30. Позначте правильну відповідь.**

**Об'єктом професійної соціалізації є людина, яка:**

а) засвоює соціальні норми і культурні цінності, виявляє активність, розвиває себе, реалізує себе в суспільстві та здатна певною мірою протистояти суспільству;

б) змінюється в залежності від умов існування, пристосовуючись до них.

**Тест 31. Позначте правильну відповідь.**

**Соціальна компетентність –**

а) базисна, інтегральна характеристика особистості, що відображує її досягнення в розвитку стосунків з іншими людьми, забезпечує повноцінне оволодіння соціальною реальністю і дає можливість ефективно вибудовувати свою поведінку в залежності від ситуації й у відповідності з прийнятими в соціумі на даний момент нормами й цінностями;

б) набір психічних властивостей особистості, який дозволяє людині шляхом розумових операцій ефективно взаємодіяти з іншими людьми, здатність до усвідомлення і вирішення в розумовому плані різних завдань і проблем, що постають в реальних ситуаціях життя.

**Тест 32. Позначте правильну відповідь.**

**Соціальний інтелект -**

а) набір психічних властивостей особистості, який дозволяє людині шляхом розумових операцій ефективно взаємодіяти з іншими людьми, здатність до усвідомлення і вирішення в розумовому плані різних завдань і проблем, що постають в реальних ситуаціях життя;

б) спроможність контролювати свій емоційний світ.

**Тест 33. Позначте правильну відповідь.**

**Самоконтроль-**

а) здатність контролювати свої емоції, думки і поведінку;

б) мислительна операція, що дає змогу встановити подібні і відмітні ознаки аналізованих об'єктів

в) спроможність контролювати свій емоційний світ.

**Тест 34. Позначте правильну відповідь.**

**Засоби спілкування –**

а) способи кодування, передачі, переробки та розшифрування інформації, яка передається в процесі спілкування від однієї людини до іншої;

б) способи досягнення сумісності, гармонії, які сприяють взаєморозумінню, довірі, щирості і встановленню робочих стосунків;

в) форми і методи виховання

**Тест 35. Позначте правильну відповідь.**

**Атракція -**

а) особлива форма сприйняття і пізнання іншої людини, що заснована на формуванні стосовно неї стійкого позитивного почуття;

б) приписування людині причин її поведінки, коли виникають власні припущення про те, чому індивід, який сприймається, поводить певним чином;

в) мислительна операція, що дає змогу встановити подібні і відмітні ознаки аналізованих об'єктів.

**Тест 36. Позначте правильну відповідь.**

**Емпатія –**

а) здатність особи осягнути емоційний стан іншої людини, проникнення в переживання іншої людини шляхом внутрішнього відчуття;

б) здатність контролювати свої емоції, думки і поведінку.

**Тест 37. Позначте правильну відповідь.**

**Професійна деформація –**

а) зміна якостей і властивостей спеціаліста під впливом професійних факторів діяльності;

б) втрата моральних і фізичних сил до професійної діяльності;

в) підвищення рівня професійної майстерності.

**Тест 38. Позначте правильну відповідь.**

**Професійне вигорання -**

а) зміна якостей і властивостей спеціаліста під впливом професійних факторів діяльності;

б) процес і результат поступового охолодження спеціаліста до клієнта, з яким він працює, до його проблем, болю та до своєї діяльності в цілому.

**Тест 39. Позначте правильну відповідь.**

**Професійної придатність –**

а) відповідність психографічних показників людини вимогам професійної діяльності, тобто професіографічним показникам конкретної трудової діяльності;

б) здатність тривалий час працювати;

в) різні індивідуально-типологічні особливості нервової системи, які допомагають досягти успіхів у діяльності та її ефективності;

**Тест 40. Позначте правильну відповідь.**

**Емпатермент -**

а) наснаження, підтримка особистості, підвищення їхньої впевненості, самооцінки, компетенції;

б) особлива форма сприйняття і пізнання іншої людини, що заснована на формуванні стосовно неї стійкого позитивного почуття.

## ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Розкрийте сутність поняття «професійна соціалізація».
2. Розкрийте сутність поняття «соціалізація».
3. Розкрийте сутність поняття «соціальна адаптація».
4. Охарактеризуйте взаємозв'язок понять соціалізація, професійна соціалізація та соціальна адаптація.
5. Охарактеризуйте основні форми соціальної адаптації.
6. Охарактеризуйте основні види професійної соціалізації та адаптації.
7. Розкрийте сутність поняття «модель» та значення методу моделювання в психології та педагогіці.
8. Охарактеризуйте психологічні моделі професійної соціалізації (психодинамічну, когнітивну, біхевіористську, гуманістичну).
9. Охарактеризуйте соціологічні моделі професійної соціалізації (системну, екологічну, соціально-радикальну, теорію ролей).
10. Охарактеризуйте комплексні моделі професійної соціалізації (модель зосереджена на завданні, сімейна, психосоціальна, соціально-педагогічна).
11. Проаналізуйте соціально-психологічні механізми професійної соціалізації.
12. Проаналізуйте соціально-педагогічні механізми професійної соціалізації.
13. Доведіть вплив засобів масової комунікації на соціалізацію особистості.
14. Проаналізуйте соціалізуючі функції сім'ї як чинника соціалізації.
15. Розкрийте сутність поняття «соціальне середовище» та вплив його структури на професійну соціалізацію.
16. Проаналізуйте історичний досвід у дослідженні поняття соціалізація Д. Локка і Ж.-Ж. Руссо
17. Проаналізуйте зародження ідей соціалізації у вченнях Й.Г.Песталоцці, Р.Оуена.
18. Розкрийте погляди Р.Спенсера та П.Наторпа на сутність соціалізації.
19. Проаналізуйте історичний досвід тлумачення поняття соціалізація у новітній час.
20. Охарактеризуйте сучасні погляди на сутність поняття соціалізація в Україні.
21. Проаналізуйте проблеми професійної соціалізації молодого фахівця.
22. Схарактеризуйте торгівлю людьми як сучасну проблему професійної соціалізації.
22. Схарактеризуйте проблему булінгу та мобінгу у професійному середовищі та як протистояти їй.



23. Охарактеризуйте поняття суб'єкт та об'єкт професійної соціалізації.
24. охарактеризуйте поняття жертва професійної соціалізації та її психологічний портрет.
25. Розкрийте сутність поняття емоційна зрілість та її вплив на професійне життя.
26. Покажіть взаємозв'язок стилю життя (песимістичний або оптимістичний) з ефективністю професійної діяльності.
27. Доведіть необхідність відкритості у спілкуванні для успішної професійної діяльності.
28. Розкрийте сутність понять критичність мислення, відчуття реальності як складових соціальної компетентності фахівця.
29. Дайте визначення поняття «самоконтроль» та його вплив на професійну діяльність.
30. Обґрунтуйте необхідність формування вміння приймати рішення.
31. Розкрийте сутність поняття «спілкування», його види та вимоги.
32. Проаналізуйте умови ефективного спілкування.
33. Охарактеризуйте поняття «норма» у спілкуванні.
34. Розкрийте поняття емпатійність у спілкуванні.
35. Проаналізуйте засоби діагностики внутрішнього світу співбесідника під час спілкування (вербальні і невербальні).
36. Схарактеризуйте погляди Еміля Дюркгейма і Талкотта Парсонсона щодо суб'єкта соціалізації.
37. Схарактеризуйте погляди Флоріана Знанецького, Джорджа Герберта Міда щодо об'єкта соціалізації.
38. Розкрийте сутність поняття «емоційне вигорання» та його ознаки.
39. Розкрийте сутність поняття «професійна деформація» та її види.
40. Охарактеризуйте механізми соціальної перцепції.
42. Розкрийте основні функції спілкування.
43. Охарактеризуйте групи методів стабілізації психоемоційного стану.
44. Охарактеризуйте страхи та їх вплив на професійне становлення особистості.
45. Доведіть вплив фізичної активності на ефективність професійної діяльності.
46. Розкрийте сутність поняття саногенне мислення та його роль у професійній діяльності особистості.
47. Доведіть необхідність формування позитивного мислення та основні його компоненти.
48. Розкрийте поняття ергономічність професійної діяльності.
49. Доведіть необхідність організації ефективного відпочинку.
50. Розкрийте поняття професійна свідомість та її роль у професійній соціалізації.
51. Розкрийте сутність професійної придатності та її вплив на успіх

соціалізації особистості.

52. Охарактеризуйте поняття професійний стиль та його складові.
53. Розкрийте поняття професійний потенціал та методи його розширення.
54. Покажіть вплив соціальної активності на успішність професійної соціалізації.
55. Доведіть необхідність цілеспрямованого формування професійної автономності.
56. Розкрийте особливості та методи формування індивідуального професійного стилю.
57. Охарактеризуйте поняття «емпауермент» та основні його складові.
58. Охарактеризуйте поняття «селфемпауермент» та основні його етапи.
59. Проаналізуйте принципи використання селфемпауерменту.
60. Охарактеризуйте зміст етапів селфемпауерменту.
61. Розкрийте сутність поняття НЛП (нейролінгвістичне програмування).
62. Охарактеризуйте основні завдання НЛП(нейролінгвістичне програмування).
63. Охарактеризуйте основні етапи НЛП(нейролінгвістичне програмування).
64. Охарактеризуйте основні техніки НЛП (зміна субмодальностей, модель правильного визначення цілей, виправлення особистої історії, рефреймінг, реімпринтінг).
65. Доведіть вплив НЛП на ефективність професійного і особистісного життя.
66. Розкрийте сутність поняття коучинг.
67. Охарактеризуйте особливості використання методу переконання (аргументації) в НЛП.
68. Схарактеризуйте загальні правила аргументації.
69. Схарактеризуйте основні техніки аргументації.
70. Схарактеризуйте риторичні методи аргументації.
71. Схарактеризуйте метод навіювання в НЛП.
72. Розкрийте сутність поняття сугестивність та основні її фактори.
73. Розкрийте сутність понять харизма та привабливість та основні ознаки.
74. Охарактеризуйте метод інформування та його використання в НЛП.
75. Охарактеризуйте основні прийоми маніпулятивного впливу та його нейтралізація.
76. Охарактеризуйте вимоги до коуча
77. Розкрийте правила проведення коучингу.
78. Охарактеризуйте основні система життєвих цінностей для забезпечення ефективного коучингу.
79. Проаналізуйте працю Т. Голві «Внутрішня гра в теніс» та сформулюйте правила життя для себе.

80. Охарактеризуйте сутність поняття «соціальна активність» та її вплив на професійну соціалізацію.
81. Охарактеризуйте основні вимоги до організації та проведення конференцій.
82. Розкрийте основні вимоги до організації та проведення круглого столу.
83. Схарактеризуйте роль тренінгів у професійній соціалізації.
84. Схарактеризуйте основні етапи проведення тренінгів.
85. Охарактеризуйте види тренінгів у професійній діяльності.
86. Характеризуйте форми соціальної активності в Інтернет мережі.
87. Розкрийте роль проектів у соціальній активності.
88. Проаналізуйте етапи створення проектів.
89. Охарактеризуйте основні правила створення проектів та вимоги до них.
90. Розкрийте можливості використання ЗМІ у професійній соціалізації особистості.

*Навчальне видання*

**Сайко Н.О.**

**Професійна соціалізація студентів технічних спеціальностей:  
Конспект лекцій для студентів денної та заочної форм підготовки  
освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавр, магістр. Укл. Н.О. Сайко.  
Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка», 2021. 150 с.**

*Коректор: доц. В. А. Мелешко*

Підписано до друку \_\_\_\_ 2022 р.

Папір офсетний. Друк трафаретний.

Ум. друк. арк.

Тираж 100 прим.

