

References

1. Bulhakov O., 2012. Stavlennia uchniv zahalnoosvitnix shkil do urokiv z fizychnoi kultury [Attitude of pupils of comprehensive schools to physical education lessons]. Theory and methods of physical education, 2, p. 19-23.
2. Voronova V.I., 2007. Psykholohiia sportu [Psychology of Sport]. Kyiv: "Olympic literature".
3. Havryshko S., 2017. Vplyv syly motyvatsii na rezultatyvni diialnosti molodshykh shkoliariv [The influence of motivation force on performance of junior pupils]. Contemporary trends in the development of science and education in the context of deepening of the euro integration processes: a collection of abstracts of the All-Ukrainian scientific and practical conference. Mukachevo: MSU, p.32-34.
4. Zaniuk S., 2001. Psykholohiyamotyvatsii [Psychology of motivation]. Kyiv: Elga-N, Nika-Center, p. 11-23.
5. Kovalenko I. M., 2011. Motyvatsiia molodshykh shkoliariv do fizkulturno-ozdorovchoi diialnosti u hrupakh prodovzhenoho dnia [Motivation of junior schoolchildren for physical culture and recreation activity in groups of a prolonged day]. Theory and methods of physical education, 3, p. 17-18.
6. Lysiak V.M., 2006. Vyznachennia faktoriv, yaki spryiaiat formuvanniu interesu do fizychnoi kultury ta sportu [Determination of factors contributing to the formation of interest in physical culture and sports]. Slobozhansky scientific and sports newsletter, 9, p. 7-9.
7. Ostapenko O., 2011. Pedagogichni umovy pidvyshchennia zatsikavlenosti uchniv do fizychnoi kultury (3-4 klasy) [Pedagogical Conditions for Increasing the Students' Interest to Physical Culture (3-4 classes)]. Elementary School, 1, p. 45-47.
8. Pieskova L., 2011. Pozytyvne stavlennia uchniv do fizychnoi kultury [Positive attitude of students to physical culture]. Demonstrative lesson, 6, p.48-49.
9. Frankiv Ye. Ye., 2012. Motyvatsiia rukhovoï aktyvnosti shkoliariv [Motivation of motor activity of schoolchildren]. Theory and methods of physical education, 6, p. 15-18.

В статтє раскрыты основные аспекты мотивации младших школьников к занятиям физическими упражнениями. Выявлены наиболее важные факторы, определяющие цель физической культуры и поощряющие учеников начальной школы систематически выполнять физические упражнения. Проанализированы факторы, приводящие к отсутствию интереса к занятиям и препятствующие формированию привычки систематически выполнять физические упражнения.

Ключевые слова: мотивация, мотивы, привычка, физические упражнения.

One of the conditions for the effectiveness of physical education of schoolchildren is their attitude to the implementation of physical exercises. In turn, the formation of an active positive attitude towards the systematic execution of physical exercises is possible only in the presence of an appropriate motivation for educational activities. The aim of the research is to analyze the motives for exercises by junior pupils. Motivation has been considered as a stimulus process, necessary for the productive execution of approved decisions and planned work, for any particular person or group of people, for activities aimed at achieving goals. The motivation for studying at junior school age is developing in several directions. Wide cognitive motives (interest in classes) can already be turned into educational and cognitive motives by the middle of this century (interest in ways to acquire knowledge). In the first and second grade pupils carry out voluntary actions mainly on the instructions of adults, but already in the third grade acquire the ability to carry out volitional acts according to their own motives. Social motives at this age are represented by the child's desire to obtain mainly the approval of the teacher. Motives for cooperation and teamwork are widely present among junior students, but in general. In this age, intense learning in the school is developing intensively. Analyzing the motives that lead to physical education, the first position is the motive of a desire to get a good estimate. In the second place in the hierarchy of motives - the desire not to lag behind friends. Motives of physical education in the first and second grades of elementary school are mainly related to the process of the activity itself, in obtaining impressions from the competition (a sense of excitement, the joy of victory). The motives that hinder the effectiveness of physical exercises in physical culture classes have been investigated. Thus, the largest number of students distinguish the following motives: "Lack of interest in physical education" - 22%, "Laziness" - 18.8%, "Lack of sports inventory and facilities" - 17.3%. Showing interest and attitude to physical education and sports among parents, the following data were obtained: 19% of parents prefer to ride bicycles, 42% - sports games, 24% - chess and checkers, 61% - prefer to go to hiking and sightseeing tours. An analysis of the results of a questionnaire survey of students and parents revealed the most significant factors in motivating students to engage in physical education.

Key words: motivation, motives, habit, physical exercises.

УДК 159.923.2

Кузьмик Богдана Іванівна,
студентка ОС «Магістр»,

Березовська Лариса Іванівна,
кандидат психологічних наук, доцент,
Мукачівський державний університет, м. Мукачєво

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЖИТТЄЗДАТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

У статті здійснено теоретичний аналіз характеристики основних методологічних підходів на базі яких розвиваються дослідження життєздатності людини. Визначено, що трактування життєздатності як здатності протягом тривалого часу зберігати важливі властивості особистості, як поєднання стійкості системи та її адаптивності, самоідентичності та відповідності, корисності, придатності, оптимальності і не оптимальності в короткостроковій перспективі - мені важливі, але більш актуальні тут і зараз. Проаналізовано різноманітні підходи в зарубіжній психології, де вчені найбільш часто звертаються до когнітивно-біхевіорального, конструктивістського, екологічного підходу. Перспективи вивчення соціально-психологічних аспектів життєздатності учасників бойових дій.

Ключові слова: життєздатність, резилієнтність, когнітивно-біхевіоральний підхід, конструктивний підхід, екологічний підхід.

Постановка проблеми. Зростаюча швидкими темпами диференціація населення, безробіття, поява біженців, вимушених переселенців, несприятлива екологічна обстановка і складна демографічна ситуація – це реалії сьогодення. Економічні, політичні, демографічні процеси, що відбуваються в Україні,

докорінно змінили соціальну сферу життя суспільства. Умови, в яких протікає життєдіяльність сучасної людини призводять до загального зниження почуття безпеки і захищеності сучасної людини. Ситуація загрози життю в сучасному світі все більше стає звичним атрибутом так званого мирного життя.

При загрозі життю, загрозу соціальному або психологічному благополуччю людини проблема його психологічної стійкості перед лицем труднощів актуалізується. Ідея життєздатності має на увазі оптимальну реалізацію людиною своїх психологічних можливостей в несприятливих життєвих ситуаціях «психологічну живучість» і «розширену ефективність» в цих ситуаціях. Різноманітні фактори зовнішнього середовища, внутрішнього психологічного життя, індивідуальні особливості психіки, специфіка ситуацій взаємодії людини зі світом сприяють або не сприяють розвитку і прояву життєздатності, як інтегральної властивості особистості людини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні дослідники проблеми життєздатності звертаються до матеріалу, який накопичено в області вивчення подібних за змістом феноменів: життєстійкість, адаптація, саморегуляція і самоефективність, наполегливість, самоорганізація, життєтворчість, ресурси, стресостійкість, становлення людини в контексті її життєвого шляху (С. Мадді, М. Селігман, М. Унгар, Д. Хеллерштейн, Г. Горелова, Н. Логінова, В. Моросанова, С. Посохова, Ю. Поваренко, Н. Фетіскін, Р. Шакуров, Е. Ященко та ін.). В даний час у психології проблему життєздатності людини вивчають: А. Махнач, А. Лактіонова, Е. Рильська, А. Нестерова, Є. Шубнікова. Слід зазначити, що на даному етапі вивчення життєздатності відсутні аналогічні цілісні розробки в сфері дослідження людей, які перебувають у надзвичайно складних умовах зони АТО, тобто учасників бойових дій.

Мета статті: теоретично обґрунтувати психологічні основи дослідження життєздатності особистості.

Результати дослідження. У сучасній психології термін «життєздатність» отримав найбільшу популярність, закріпившись в англійському варіанті («resilience») (гнучкість, пружність), завдяки міжнародному проекту «Методологічні і контекстуальні проблеми дослідження життєздатності дітей і підлітків», розробленого в 2003 році. Керівником проекту був М. Унгар, який запропонував трактування життєздатності як здатності людини керувати ресурсами власного здоров'я і соціально прийнятним способом використовувати для цього сім'ю, суспільство, культуру [8]. Термін «життєздатність» активно став використовуватися в психологічних дослідженнях. Однак важливо відзначити, що при вивченні психологічних процесів протистояння людини стресу, способів подолання екстремальних ситуацій, здібностей до особистісного розвитку в скрутних життєвих обставинах використовуються різні поняття [1].

Множинні значення терміна «життєздатність» свідчать про його неоднозначне сприйняття в психологічній науці. Різноманітність смислів підкреслює сукупність різних якостей особистості, які характеризують стійкість людини в житті, його здатності справлятися з важкими життєвими ситуаціями та відсутність ясності в обумовленому феномені [8]. Зарубіжні розробки проблеми «резиліентності» (життєздатності) в даний час виконуються в трьох основних парадигмальних традиціях: когнітивного-біхевіоризму; конструктивізму; екологічного реалізму. У хронологічно первинних роботах біхевіорально орієнтованих вчених увага приділялася дослідженню процесів емоційної регуляції поведінкових реакцій дітей в стресовій ситуації. А. Джерсідл для цієї мети використовував спеціальний термін «emotional resilience», що означає «емоційна пластичність» [4].

На сучасному етапі свого розвитку когнітивно-поведінковий підхід до дослідження резиліентності набуває все більшої практико-орієнтованої спрямованості. Один з представників цього напрямку М. Нінен пропонує спеціальну технологію когнітивно-поведінкової терапії, заснованої на «слуханні власної життєвої мудрості» [5].

В останні роки в зарубіжних дослідженнях резиліентності інтенсивно розвивається конструктивний підхід, що передбачає

провідну роль активної життєвої позиції людини у підтримці власної життєдіяльності. Життєздатність розглядається, наприклад, в контексті становлення кар'єри як компонента професійного росту та розвитку. Дж. Кідд каже навіть про особливу професійну резиліентність і визначає її як спроможність до співдружності з «піднесеннями та падіннями» у професійній діяльності, реалізується за рахунок упевненості у собі, надії, самоповаги.

Один з конструктивістів, Д. Хеллерштейн в концепції резиліентності виділяє два основні компоненти: фізична резиліентність як показник стійкості до стресу і толерантності, і психологічна резиліентність, що включає розвиток та підтримку соціальних контактів, використання соціальної підтримки, самоуправління, знаходження смислів у складних подій або ситуації, підвищення рівня освіти, володіння спеціальними техніками [3]. Екологічний підхід до дослідження життєздатності своєю назвою зобов'язує екологів, в якій резиліентність характеризує здатність екосистем не тільки адаптуватися, але і трансформуватися, придбавши після стресових нових корисних властивостей. В психології екологічний підхід виник внаслідок необхідності подолати так звану «фундаментальну помилку атрибуції», що проявляється в тенденції бачити причину хорошого або поганого функціонування людини в самій собі, а не в обставинах її існування. Н. Легат, Р. Раян, Н. Вейнштейн в своїх роботах підкреслили провідну роль соціальних факторів у подоланні труднощів буття. Формат дослідження, заданий екологічним підходом до вивчення життєздатності людини, дозволяє розглянути чинники ризику і фактори життєздатності (ресурси) в рамках чотирьох контекстів розвитку індивіда, а також простежити їх взаємовплив [1].

В даний час є підстави говорити про формування нового підходу до дослідження резиліентності – кросскультурного, що виник на базі екологічного підходу. Розвиток кросскультурного підходу став можливим завдяки експериментам, які продемонстрували, що життєздатність і способи реагування в ситуації ризику залежать від расової приналежності, статі, віку, сексуальної орієнтації, місця проживання, матеріального рівня і стану здоров'я [9].

Цикл сучасних досліджень в рамках даного підходу виконаний учасниками міжнародного проекту «Методологічні і контекстуальні проблеми дослідження життєздатності дітей і підлітків: міжнародне співробітництво у вивченні психічного здоров'я дітей та підлітків групи ризику», що об'єднав вчених з Канади, Росії, США, Китаю, Гамбії, Ізраїлю, Танзанії, Колумбії. Підсумком спільної роботи вчених стала колективна монографія, в якій були представлені емпіричні розробки, проведені за допомогою тесту життєздатності, створеного учасниками проекту [3].

Пропоновані авторами підходи вивчення життєздатності, як правило, включають виділення складу, структури, ознак, які зв'язуються з різними факторами їх детермінації. Наприклад, для вивчення феноменів впевненості в собі і життєздатності Л. Полк розробила модель з чотирма патернами життєздатності (диспозиційний, реляційний, ситуаційний, філософський) [6].

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, життєздатність розуміється як здатність протягом тривалого часу зберігати важливі властивості особистості, або в короткостроковій перспективі - менш важливі, проте більш актуальні тут і зараз; як поєднання стійкості системи та її адаптивності, самоідентичності та відповідності, корисності, придатності, оптимальності і не оптимальності, як перерахування інтуїтивно вірних, але в науковому плані недостатньо обґрунтованих характеристик, як інтегральна якість людини, що володіє сукупністю ціннісних орієнтацій, особистісних установок, різнобічних здібностей, базових знань, що дозволяють їй успішно функціонувати і гармонійно розвиватися в змінюваному соціумі. Перспективу подальших досліджень вбачаємо в емпіричному дослідженні соціально-психологічних аспектів життєздатності учасників бойових дій.

Список використаних джерел

1. Махнач А. В. Жизнеспособность подростка: международное исследование. Психологические проблемы семьи и личности в мегаполисе / А. В. Махнач, А. И. Лактионова // Мат-лы 1 междунар. науч.-практ. конф. –М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 29–

- 32.
2. Разумовский О. С. Проблема жизнеспособности систем / О. С. Разумовский, М. Ю. Хазов // Гуманитарные науки в Сибири. 1998. № 1. С. 1–7.
 3. Рылская Е. А. Научные подходы к исследованию жизнеспособности человека в зарубежной психологии / Е. А. Рылская // Теория и практика общественного развития [Электронный научный журнал] 2014. №8. С. 57–58.
 4. Jersild A. Children and war / A. Jersild, M. Meigs // Psychological Bulletin. 1993. № 40. P. 541–573.
 5. Neenan M. Developing resilience: a cognitive behavioral approach. Kent, 2009. 189 p.
 6. Kidd J. Understanding Career Counseling: Theory, Research and Practice London, 2006. 176 p.
 7. Polk L. V. Toward a middle-range theory of resilience // Advances in Nursing Science. 1997. V. 19. P. 1–13.
 8. Ungar M. The Resilience Research Centre Adult Resilience Measure (RRC-ARM) / M. Ungar, L. Liebenberg // User's manual: Research. Halifax: RRC, 2013.
 9. Windle G. Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age / G. Windle, D. A. Markland, R. T. Woods // Aging and Mental Health. 2008. V. 12 (3). P. 285–292.

References

1. Makhnach A. V. The viability of a teenager: an international study. Psychological problems of family and personality in a megacity / A. V. Makhnach., A. I. Laktionova // Matters 1 intern. scientific practice. conf. – M.: Publishing «Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences», 2007. – P. 29–32.
2. Razumovskiy O. S. The problem of system viability / O. S. Razumovskiy, M. Yu. Hazov // Humanitarian sciences in Siberia. 1998. № 1. P. 1–7.
3. Ryl'skaya E. A. Scientific approaches to the study of human viability in foreign psychology / E. A. Ryl'skaya // The theory and practice of social development [Electronic scientific journal] 2014. № 8. P. 57–58.
4. Jersild A. Children and war / A. Jersild, M. Meigs // Psychological Bulletin. 1993. № 40. P. 541–573.
5. Neenan M. Developing resilience: a cognitive behavioral approach. Kent, 2009. 189 p.
6. Kidd J. Understanding Career Counseling: Theory, Research and Practice London, 2006. 176 p.
7. Polk L. V. Toward a middle-range theory of resilience // Advances in Nursing Science. 1997. V. 19. P. 1–13.
8. Ungar M. The Resilience Research Centre Adult Resilience Measure (RRC-ARM) / M. Ungar, L. Liebenberg // User's manual: Research. Halifax: RRC, 2013.
9. Windle G. Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age / G. Windle, D. A. Markland, R. T. Woods // Aging and Mental Health. 2008. V. 12 (3). P. 285–292.

В статті здійснено теоретичний аналіз характеристик основних методологічних підходів на базі яких розвивається дослідження життєспроможності людини. Визначено, що трактування життєспроможності як здатності впродовж тривалого часу зберігати важливі властивості особистості, як поєднання стійкості системи та її адаптивності, самоідентичності та відповідності, корисності, придатності, оптимальності та не оптимальності в короткотривалій перспективі - менш важливі, але більш актуальні зараз і сьогодні. Проаналізовані різні підходи в зарубіжній психології, де вчені найчастіше звертаються до когнітивно-біхевіоральних, конструктивістських, екологічних підходів. Перспективи дослідження соціально-психологічних аспектів життєспроможності учасників воєнних дій.

Ключові слова: життєспроможність, резильєнтність, когнітивно-біхевіоральний підхід, конструктивний підхід, екологічний підхід.

The purpose of the article: theoretically substantiate the psychological foundations of the study of the viability of the individual. The article deals with the theoretical analysis of the characteristics of the main methodological approaches, on the basis of which human viability research develops. It has been determined that the interpretation of viability as a long-term ability to maintain a person's important properties as a combination of system stability and its adaptability, self-identity and relevancy, utility, suitability, optimality and lack of optimality in the short term - less important, but more relevant here and now. Different approaches in foreign psychology are analyzed, where scientists most often refer to cognitive-behavioral, constructivist, ecological approach. It is noted that the sustainability is understood as the ability for a long time to save important properties of the individual or in the short term - less important but more urgent here and now; as a combination of the stability of the system and its adaptability, identity and resiliency, utility, suitability, optimality and non-optimality, such as the transfer of intuitively faithful, but in the scientific plan, insufficiently substantiated characteristics, such as the integral quality of a person possessing a set of value orientations, personal settings, versatile abilities, basic knowledge that allows it to function successfully and to develop harmoniously in a changing society. It should be noted that at this stage of the study of viability there are no similar ones elaboration in area of research of people who are on the territory of carrying out anti-terrorist operations, that is, participants in hostilities. Prospects for the study of socio-psychological aspects of viability of combatants.

Key words: viability, resiliency, cognitive-behavioral approach, constructive approach, ecological approach.

УДК 159.923:316.647.5:37.06

Щербан Тетяна Дмитрівна,
доктор психологічних наук, професор,
Мукачівський державний університет, м. Мукачеве

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТОЛЕРАНТНОСТІ У ПЕДАГОГІЧНОМУ СПІЛКУВАННІ

У статті розглядаються теоретичні засади толерантності у спілкуванні. Толерантність реалізовується у бажанні особистості досягнути взаєморозуміння. Складові толерантності у спілкуванні можна розглядати як рівень техніки (комунікативна компетентність) і рівень стратегії (особистісні особливості). Толерантне спілкування у навчанні – основа комунікативної компетентності вчителя. Доведено, що найбільш продуктивним, з позицій толерантності, є діалогічний стиль спілкування з учнями. Протилежним стилем до діалогічного вважаємо авторитарно-монологічний. Толерантне спілкування відіграє важливу роль у формуванні професіоналізму вчителя.

Ключові слова: толерантність, толерантне спілкування, толерантна взаємодія, комунікативна компетентність, стиль спілкування.