

завдання на інший. Наступні психологічні особливості це гнучкість у спілкуванні з іншими людьми, емоційний інтелект, тобто лідер зобов'язаний направляти колективні емоції в потрібне русло, створювати атмосферу дружелюбності і вміло боротися з негативними настроями. Ключ до розвитку емоційного лідерства – у розвитку емоційного інтелекту. Гнучкість мислення, висока мотивація, освіченість. Рівень сформованості вмінь та навичок, що необхідні лідеру, залежить від перелічених психологічних особливостей, на розвиток яких суттєво впливає соціальне оточення особистості упродовж життя.

Перспективою подальших наших досліджень є розробка та перевірка ефективності психо-тренінгової програми, яка буде направлена на формування лідерських навичок, розвиток лідерських здібностей, особистісний і професійний розвиток та самовдосконалення сучасної молоді.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЯВУ СТРАХУ СПІЛКУВАННЯ У МОЛОДІ

С. Ю. Юрченко,

студентка 2 курсу спеціальності «Психологія»,

Донецький національний університет

імені Василя Стуса

Науковий керівник: К. М. Васюк, к. психол. н., доцент

На сьогоднішній день у світі однією із розповсюджених проблем є соціальний тиск на людей, особливо, молодого віку. Цікавим фактом є те, що великий відсоток молоді в зв'язку зі своєю невпевненістю і залежністю від чужої думки є конформними. У формуванні фундаменту нашої особистості велику роль відіграють батьки. Психолог Р. Левикін стверджує, що з малого віку у дитини повинне сформуватись відчуття «довіри» і впевненості у своїх батьках (Левикін Р., 2013). Якщо дитина цього не відчуває, то починає розуміти, що якщо їй необхідно отримати любов і прийняття, то варто відповідати очікуванням матері і батька. Батьківське виховання і оточення однолітків, певні референтні особи мають великий вплив на формування комунікативної сфери, тому дефекти виховання можуть сприяти в майбутньому подальше виникнення страху спілкування, тому саме ці протиріччя у визначенні причин

виникнення соціальних страхів, які існують в сучасній психологічній науці, обумовили необхідність досліджувати цю тему .

Метою дослідження було визначити чинники прояву страху спілкування у молоді.

Психокорекційна та психотерапевтична робота з проблемою соціальних страхів має відбуватися з урахуванням причин їх виникнення. Тобто, в залежності від факторів, що провокують даний психічний стан необхідно вибудовувати стратегію подолання. Зокрема, аналізуючи психологічну літературу, можемо виокремити чотири основні моделі. Формування повноцінної активної особистості має насамперед ґрунтуватися на вихованні у дитини почуття власної гідності, усвідомлення своєї самоцінності, поваги до себе, віри у власні сили. Дитина має прагнути бути сама собою, не схожою на інших. Проте на заваді формуванню повноцінної особистості інколи постає страх. Немає людини, яка б ніколи не переживала б цього почуття. Стурбованість, тривога, страх, тривожність – такі самі невід’ємні емоційні ознаки нашого психічного життя, як і радість, захоплення, гнів, подив, смуток. Тією чи іншою мірою хвилювання і тривога перед публічним виступом, відповідальним іспитом, зустрічю з авторитетною людиною знайомі практично кожному. В певному ступені цей страх виконує позитивну функцію – примушує мобілізувати доступні ресурси, підготуватися до випробування, підвищує почуття відповідальності. Але буває й так, що страх набуває зовсім іншої природи і замість мобілізації ресурсів призводить до їх блокування, починає гальмувати будь-які форми соціальної активності і приносить масу неприємних переживань. Тому важливо, щоб страхи не стали причиною дезадаптації підлітка, його замкненості, настороженості, відчуження від соціуму.

У межах теорії наочіння виокремлюється модель психологічної травми. Причина соціального страху, за даною моделлю, криється у фіксації на несвідомому рівні суб’єкта позиції жертви, що пов’язана із закріпленими в психіці негативними емоціями. Психологічна травма нагадує про себе особистості у ситуаціях, що певним чином схожі з обставинами її отримання (Тарабріна Н. В., 2001). Дана модель може ілюструвати страх публічного виступу, екзаменів, комунікації тощо.

За теорією Е. Берна, причиною виникнення страхів можуть стати батьківські приписи, що закладалися в психологічну структуру особистості в процесі онтогенезу. Разом з тим, частина страхів з фобічними проявами формується як результат нещасливого дитинства, коли в індивіда з’являються фантазії відносно власної смерті. Подорослішавши, особистість відчуває в критичній ситуації

внутрішній потяг до самознищення, що викликає сильний страх та афективні стани. Також, у випадку наявності неприпустимого, з точки зору моралі, бажання людина може продукувати страх для уникнення тих ситуацій, котрі про нього нагадують. Деякі соціальні страхи з фобічними проявами ілюструють кільцеподібну модель В. Франкла, згідно якої, переживаючи неприємний симптом, особистість може відчути страх, який підсилить симптом, що, в свою чергу, підсилить страх, до того часу, поки не настане афект. Після цього стан страху буде виникати щоразу при будь-якій загрозі повторення невротичної ситуації.

Як окрема форма фобій соціальна фобія була ідентифікована лише в кінці 1960-х років. Окремою відмінністю соціальної фобією може вважатися страх негативної оцінки зі сторони оточуючих. Вона ґрунтується на невпевненості особистості у власних можливостях й перевагах. Багато людей навіть не підозрюють про існування даного виду страху; одні вважають, що просто трохи сковані чи агресивні, дивлячись по обставинам. Соціальні страхи завжди мають на увазі те, що сторонні ні з того ні з сього можуть відштовхнути, образити чи засудити. В сьогоденному розумінні існує два підтипи соціальної фобії: специфічна й генералізована. Люди зі специфічною соціальною фобією відчувають рушійний страх перед однією чи декількома соціальними ситуаціями, в яких вони бояться бути виставленими на загальний показ й діяти в принизливим чи ганебним чином. Через страхи вони або уникають цих ситуацій, або терплять їх, переживаючи сильний дистрес. Інтенсивний страх перед публічним виступом – сама поширена соціальна фобія. Індивіди з генералізованою соціальною фобією відчувають значний страх в більшості соціальних ситуацій (включаючи як ситуації публічних виступів, так і ситуації, що вимагають соціальної взаємодії) і часто мають особистісні розлади. Є. Головаха досліджував соціальні феномени в пострадянський час (Головаха Є., 2001). Зокрема, він типологізував їх за критеріями, пов'язаними з особливостями їх прояву в соціальному просторі та часі:

1) Феномени, які виникають у конкретних історико-культурних умовах, потім зникають і більше не відтворюються. Це минулі феномени суспільного життя. Класичний приклад – ритуальний канібалізм, який був широко поширений у минулому, практично не спостерігається сьогодні і вкрай мало ймовірний у майбутньому.

2) Періодичні соціальні феномени. Скажімо, існує концепція, що рабство є явищем, що виникає періодично: кожен раз, коли в людському суспільстві не вистачає тяглової сили та енергії, виникає

певна форма рабства. Останнім прикладом відродження рабства були сталінські й гітлерівські табори, організовані для концентрації необхідної для підготовки до тотальної війни рабської сили. Критерієм періодичності є неодноразова фіксація факту виникнення феномена з обов'язковими періодичними просторово-тимчасовими «випадіннями», коли цей феномен не представлений у суспільному житті.

3) кумулятивні соціальні феномени, які створюють основу для поступального розвитку людської цивілізації, в кінцевому рахунку, антропо-соціогенезу. Це феномени, які з'являються у певний період розвитку суспільства або групи і стають основою їх подальшого розвитку. 4) універсальні соціальні феномени, які існують незалежно від конкретно-історичних умов та форм організації суспільства. Сюди є. Головаха і відніс соціальні страхи. Це означає, що для цього соціального феномена завжди є місце, а змінюються лише форми його прояву в конкретних соціально-культурних умовах

Отже, підсумовуючи усе вищесказане, ми визначили чинники прояву страху спілкування у молоді, які безперечно тягнуться з дитинства і виховання або ж нав'язливі страхи, які фіксуються і закрадаються в психіці внаслідок пережитих, травмуючих подій.

ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ПРАКТИК У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

*С. П. Яланська,
в.о. завідувача кафедри психології та педагогіки,
доктор психологічних наук, професор
Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»*

Переконані, що арт-практики доцільно використовувати у роботі як з дітьми так і дорослими, адже вони базуються на творчості. За психологічним словником, творчість – це діяльність, результатом якої є створення нових матеріальних і духовних цінностей. Будучи за своєю сутністю культурно-історичним явищем, творчість має психологічний аспект: особистісний і процесуальний. Вона передбачає наявність у особистості здібностей, мотивів, знань та умінь, завдяки яким створюється продукт, що вирізняється новизною, оригінальністю, унікальністю. Вивчення цих властивостей