

я стримую себе, щоб не приставати до людей, вони турбуються про себе самі. Коли я стримую себе, щоб не наказувати людям, вони поводять себе правильно. Якщо я стримую себе, щоб не проповідувати людям, вони самі покращують себе. Якщо я нічого не нав'язую людям, вони стають самими собою." Можливо, педагогам, батькам і дорослим, які причетні до виховання сучасної молоді, теж слід зважати на ці мудрі слова та дозволяти собі і своїм вихованцям бути самими собою. К. Роджерс зазначав, що завдання терапії

– допомогти людині розв'язати її проблему із мінімальною кількістю інструкцій з боку терапевта. Можливо, завданням педагога є допомога учню реалізувати процеси самоосвіти, самовиховання, самоактуалізації, самовдосконалення та самореалізації із мінімальною кількістю вказівок, інструкцій та зауважень?..

Література:

1. Роджерс Н. Творчество как усиление себе. // Вопросы психологии. - 1990. - №1. - С. 164-168.

## Н.Є.Герасимова,

старший викладач кафедри загальної психології  
Черкаського державного університету імені Богдана Хмельницького

# Дослідження психологічного простору адаптаційних можливостей студентів

Внутрішньоособистісний конфлікт відноситься до так званих скрутних ситуацій у житті людини. Він має негативний вплив на діяльність і настрої особистості, яка його переживає. Позитивне вирішення конфлікту дозволяє особистості піднятися на новий рівень свого розвитку, поглиблення ж протиріч, що лежать в основі цього явища, може призводити до негативних для індивіда наслідків, аж до розвитку особистісної кризи.

Проблема внутрішньоособистісних конфліктів, їх джерел, шляхів подолання вперше сформульовані в роботах З.Фрейда та К.Хорні. Значний внесок в її розробку зробили Ф.Е.Васильюк (1984), Е.А.Донченко і Т.М.Титаренко (1987), А.І.Леонтьєв (1975), В.Н.М'ясищев (1960). Окремих аспектів конфлікту і його подолання торкалися Ю.А.Александровський (1993), А.І.Захаров (1988), В.В.Столін (1983), Е.Б.Фанталова (1992).

Різноманітність теоретичних і практичних підходів дає можливість виявити, передусім, складність самого явища внутрішньоособистісного конфлікту, а також якоюсь мірою слабкість психолого-теоретичної бази сучасної психології для узгодженого розуміння проблем, пов'язаних з ним.

Використання принципу системності, результати аналізу теоретичних джерел і експериментальних

досліджень зумовили вибір теорії особистості, що лежить в основі розгляду проблеми внутрішньоособистісного конфлікту.

Розглядаючи проблеми витoku конфлікту, необхідно бачити їх у складному, єдиному, взаємопов'язаному процесі взаємодії особистості і середовища, тобто стан внутрішньоособистісного конфлікту виникає при певному поєднанні особистісних характеристик індивіда і факторів середовища, стимулів, що впливають на особистість. Подібне поєднання можна розглядати з точки зору принципу психологічної єдності особистості і навколишнього світу [12]. Згідно з цим принципом, особистість і подія взаємно переплітаються, і в залежності від психологічної обробки індивідом різних обставин життя вони викликають різні переживання і реакції. Виходячи з цього принципу, важливо враховувати не тільки особистісні особливості індивіда, характеристики ситуації, але, передусім взаємодії в системі «індивід-ситуація», специфіку відображення в свідомості даної особистості, суб'єктивної значущості її для конкретної людини. Часто суб'єктивна значущість скрутної ситуації сприймається індивідом з точки зору тих особистісних якостей, яким ця ситуація несе загрозу. Ця обставина і робить ситуацію для даного індивіда конфліктною.

Про цю особливість взаємодії індивіда і ситуації пише Л.І.Анциферова: «Для того, щоб зберегти, захистити, затвердити дану цінність, суб'єкт вдається до різних прийомів зміни ситуації, при цьому більш значне місце в смисловій сфері особистості займає об'єкт, що знаходиться в небезпеці, і чим інтенсивніше сприймається особистістю загроза, тим вище мотиваційний потенціал збігу з труднощами, що виникли» [2]. Якщо обставини життя вимагають від індивіда таких дій і умов, які знаходяться на межі його адаптивних можливостей або навіть перевершують резерви, що є у нього, настає стан внутрішньоособистісного конфлікту.

На наш погляд, існує діалектичний взаємозв'язок між ситуаціями і особливостями особистості під час виникнення внутрішньоособистісного конфлікту. Цей взаємозв'язок можна розглянути так: чим гостріше і раптовіше діють негативні фактори середовища, тим меншу роль відіграють особистісні особливості, і, навпаки, при зменшенні масивності і гостроти впливу цих факторів індивідуальний склад особистості набуває великої ролі. Беручи до уваги це твердження і розглядаючи стан адаптації, можна говорити про певний «психологічний простір адаптаційних можливостей особистості».

Деякі особливості особистості або певні фактори середовища звужують цей простір, знижують міру вживання особистісних заходів щодо відновлення процесу адаптації людини. У конкретної особистості можливість появи внутрішньоособистісного конфлікту визначається складною взаємодією негативних факторів середовища та особистісних особливостей, при яких саме ці фактори знаходять найбільш індивідуально слабке в індивіда місце опору їм.

Для виявлення основних факторів, що негативно впливають на психічний стан студентів ВНЗ, нами на основі аналізу теоретичних передумов, а також матеріалів пілотажного дослідження, був розроблений опитувальник «оцінки негативних факторів». Студентам пропонувалося оцінити за п'ятибальною шкалою міру негативного впливу кожного із запропонованих факторів. Усього в ході дослідження було проведено опитування

200 студентів різних курсів Черкаського державного університету імені Богдана Хмельницького. Результати дослідження оцінювалися з точки зору впливу окремо взятого фактору, а також з оцінки групи факторів, об'єднаних по тій або іншій ознаці.

Аналіз оцінки впливу негативних факторів дозволяє, з одного боку, побачити ті основні фактори, які сприяють виникненню внутрішньоособистісних протиріч, а в кінцевому результаті сприяють виникненню конфліктів. З іншого боку виявлення подібних факторів дозволяє більш оптимально будувати психологічну допомогу особам, що переживають конфлікт, а також організувати більш ефективну роботу, щоб попередити виникнення особистісно-скрутних ситуацій у студентів у процесі їх життєдіяльності у ВНЗ.

Серед усіх факторів, загалом по університету, найбільш сильний негативний вплив на студентів мають такі:

1. Байдушість адміністрації до потреб і запитів студентів.
2. Неможливість планування своєї особистої навчальної діяльності через велику кількість випадкових факторів.
3. Недостатні умови для розвитку студентів (в інтелектуальній, етичній, естетичній і інших сферах).

Аналізуючи вплив даних факторів, можна зазначити, що їх значення різне на курсах навчання студентів університету. Одні фактори мають більше значення на перших курсах навчання, значення інших зростає на старших, випускних курсах.

Найбільше значення з питання негативного впливу на психічний стан студентів отримав у ході дослідження фактор «байдушість адміністрації до потреб і запитів студентів» (рис. 1).

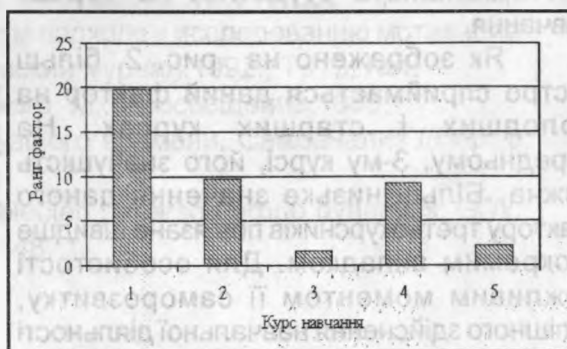


Рис. 1. Розподіл значущості фактору «байдушість адміністрації до потреб, запитів студентів» по курсах навчання

Негативне значення даного фактору виявляється досить гостро на всіх курсах навчання. Як показують дослідження, фактор «байдужості адміністрації до потреб і запитів студентів університету» практично у всіх аналізах результатів дослідження займає одне з головних місць. На всіх курсах, без винятку, у тих, що обстежувалися, спостерігається критичне ставлення до діяльності посадових осіб. Тенденція така: на першому курсі даний фактор займає одне з головних місць, потім значення фактору на другому курсі трохи нижче (4-е місце) і, починаючи з третього курсу, негативне значення цього стресора зростає. На четвертому і п'ятому курсах фактор байдужості адміністрації стає, за результатами дослідження, найзначнішим в аспекті негативного впливу на психічне здоров'я студентів-старшокурсників. Можна передбачити, що зростання значення даного фактору на старших курсах пов'язане, передусім, з більш критичним поглядом майбутніх фахівців на діяльність адміністрації.

Цей феномен можна пояснити так: По-перше, байдужість адміністрації до потреб і запитів студентів збільшує психічну напруженість у ВНЗ, сприяє виникненню і розвитку особистісних протиріч, знижує їх суб'єктивне задоволення від знаходження в університеті.

По-друге, при виникненні конфлікту у студента менша ймовірність отримання своєчасної допомоги від посадових осіб. Другим, в міру негативного впливу на студентів, був названий фактор «неможливість планування своєї особистої, навчальної діяльності через велику кількість випадкових факторів» на життєдіяльність студентів по курсах навчання.

Як зображено на рис. 2, більш гостро сприймається даний фактор на молодших і старших курсах. На середньому, 3-му курсі, його значущість нижча. Більш низьке значення даного фактору третьокурсників пов'язане швидше з окремим випадком. Для особистості важливим моментом її саморозвитку, успішного здійснення навчальної діяльності є її можливість планувати свої зусилля з досягнення значущої для неї мети. Наявність великої кількості випадкових факторів, які перешкоджають здійсненню

цієї діяльності, що не залежать від особистості студента, приводить до фрустрації, до збільшення протиріч у мотиваційно-ціннісній сфері, провокує внутрішній дисбаланс індивіда між мотивом досягнення чого-небудь і можливістю досягнути цього. У кінцевому результаті цей дисбаланс може привести до виникнення



внутрішньоособистісного конфлікту студентів.

Рис. 2. Розподіл значущості фактору «неможливість планування своєї особистої, навчальної діяльності через велику кількість випадкових факторів» на життєдіяльність студентів по курсах навчання

Високий негативний вплив на психічний стан студентів має фактор «недостатні умови для розвитку студентів (в інтелектуальній, етичній, естетичній і інших сферах)» (рис. 3). Значущість даного фактору є відображенням існуючої суперечності між досить високим рівнем вимогливості студентів до якості навчання, до можливості свого розвитку в стінах університету і тим як у ВНЗ задовольняються потреби розвитку студентів у різних сферах.

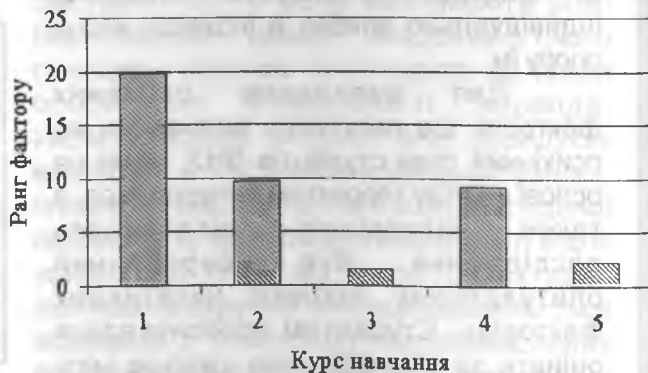


Рис. 3. Розподіл значущості фактору «недостатні умови для розвитку студентів (в інтелектуальній, етичній, естетичній та інших сферах)»

Виявлені тенденції того, що на молодших курсах студенти менш критично оцінюють можливість для розвитку особистості, що надається і створюється в стінах університету. На старших курсах значущість цього фактору зростає.

Таким чином, у ході проведеного нами дослідження було виявлено низку факторів, що мають найбільш сильний негативний вплив на студентів університету і що є, при певних умовах, передумовами виникнення внутрішньоособистісного конфлікту. Розгляд і аналіз впливу цих факторів по курсах навчання створює, на наш погляд, можливість планувати і здійснювати заходи, спрямовані на попередження внутрішньоособистісних конфліктів у студентів університету.

Можна зробити такі висновки:

1. Найбільш негативними факторами, що впливають на психічний стан студентів, є: «байдужість адміністрації

до потреб і запитів студентів»; «неможливість планування своєї особистісної та навчальної діяльності через велику кількість випадкових факторів»; «недостатні умови для розвитку студентів (в інтелектуальній, етичній, естетичній і інш. сферах), та їх вплив на життєдіяльність студентів».

2. Різна сила впливу факторів по курсах навчання студентів університету. Одні фактори мають більш негативне значення на молодших курсах, інші, навпаки, - на старших.

3. Виділення факторів, що негативно впливають. Аналіз їх впливу по курсах навчання дозволяє планувати і здійснювати заходи по упередженню внутрішньоособистісних конфліктів у студентів ВНЗ, виходячи з їх року навчання, а також виробити найбільш важливі напрями в цій діяльності.

### Література

1. Александровский Ю.А. Состояние психической дезадаптации и их компенсация (пограничные нервно-психические расстройства). - М.: Наука, 1976.
2. Анциферова Л.И. Методологические признаки проблемы психологии // Психологический журнал, 1992, Т.3, №2.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. - М.: Изд-во МГУ, 1984.
4. Донченко Е.А., Титаренко Т.М. Личность. Конфликт. Гармония. - К.: Политиздат Украины, 1989.
5. Захаров А.И. Психологические факторы формирования неврозов у детей. Научный доклад по материалам публикаций, представленных на соискание ученой степени доктора психологических наук. // Ленинградский НИИ психоневрологии им. В.И. Бехтерева. - Л., 1991.
6. Леонтьев А.И. Деятельность. Сознание. Личность. - М., 1975.
7. Мясичев В.Н. Личность и неврозы. - Л.: Изд-во Лен. ун-та, 1960.
8. Столин В.В. Самосознание личности. - М.: Изд-во МГУ, 1983.
9. Фанталова Е.Б. Об одном методическом подходе к исследованию мотивации и внутренних конфликтов // Психологический журнал. 1992., Т. 13, №1.
10. Фрейд З. Психология бессознательного. М., Просвещение, 1989.
11. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ // Пер. с англ. М., Прогресс, Универс, 1993.
12. Lewin, K. Resolving social conflicts; selected papers on group dynamics, G.W. Lewin (Ed.). New York: Harper & Row, 1948.