

counseling. It is shown that everyday communication in the online-network is a form of psychotherapy as a result of the expressions of negative emotion (feelings, fears, obsessive thoughts that are associated with the problem of "overweight", "ways to deal" with the abovementioned problem, and those who stands in the way achieving the goal). Established, that users are able to not only talk about their problems, but also get good advice, recommendations on resolving the issues that concern them, that gives them the opportunity to expand and enrich their experience. Considered that the online-counseling is conducted in individual and group forms as provision of professional psychotherapeutic help and may be preceded or be combined with the full-time counseling. Characterized, that the full-time counseling (mode off-line) could be followed after the regime of online-counseling, but for that requires the consent of both sides of the psychotherapeutic process. The author determined, that the full-time counseling can improve the effectiveness of psychotherapeutic process by taking into account the "human communication" (different aspect of nonverbal communication and other features of the respondent, who needs help on normalization of weight, strategies of eating behavior, optimizing relationships with others). It was determined, that after the full-time counseling psychological support for client could continue in the mode online-counseling.

Key words: psychological help, anorexia, internet network.

Отримано: 9.04.2014 р.

УДК 378.015.3:159.922.72

Шевченко С.В.

АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ПЕРШОКУРСНИКІВ В АДАПТАЦІЙНИЙ ПЕРІОД

Шевченко С.В. Анализ психологических условий развития умственной работоспособности первокурсников в адаптационный период. Статья посвящена комплексному изучению основных психологических условий развития умственной работоспособности первокурсников. Основное содержание исследования составляет анализ тех условий, которые обусловлены спецификой адаптационного периода и особенно важны именно для первокурсников. По мнению автора, эта группа психологических условий связана с актуализацией адаптационного потенциала студентов. На основе представленных результатов диагностики делается вывод о необходимости разработки системы психолого-педагогических мероприятий по повышению умственной работоспособности первокурсников. Намечены дальнейшие перспективы изучения этой проблемы.

Ключевые слова: умственная работоспособность, адаптивность, самопринятие, эмоциональный комфорт, эскапизм, дезадаптация, ценностная мотивация, стресс, копинг-поведение, первокурсник.

Шевченко С.В. Аналіз психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період. Стаття присвячена комплексному вивченню основних психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників. Основний зміст дослідження становить аналіз тих умов, які обумовлені специфікою адаптаційного періоду і особливо важливі саме для першокурсників. На думку автора, ця група психологічних умов пов'язана з актуалізацією адаптаційного потенціалу студентів. На основі презентованих результатів діагностики робиться висновок про необхідність розробки системи психолого-педагогічних заходів з підвищення розумової працездатності першокурсників. Намічені подальші перспективи вивчення цієї проблеми.

Ключові слова: розумова працездатність, адаптивність, самоприйняття, емоційний комфорт, есканізм, дезадаптація, ціннісна мотивація, стрес, копінг-поведінка, першокурсник.

Постановка проблеми. Проблема розумової працездатності і стомлення особистості завжди супроводжувала науковий пошук. Оптимальна інтенсивність та напруженість фізичної та розумової праці людини, яка зберігає її щоденну високу працездатність у різних видах діяльності особистості, була й залишається предметом вивчення філософії, фізіології, гігієни, медицини, психології, педагогіки [12]. Враховуючи це, особливу актуальність мають питання вивчення психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період.

Аналіз актуальних досліджень в цій області. Питання розумового розвитку та показників розумової працездатності студентів-першокурсників висвітлені в роботах І.Д. Беха [2], В. Бойченко [3], Л.К. Буслівської та Ю.П. Рижкової [5], С.Н. Вадзюк [6], В.О. Лефтерова [7], О.Р. Малхазова [8], П.М. Огієнка [10], Т.Б. Партика [11], М.О. Шевчук із співавторами [13], Estrella V. [14] та інших. Особливий інтерес мають дослідження питання підвищення розумової працездатності особистості (Н.Є. Бачеріков та співавтори [1], Є.Ю. Бруннер [4], Є.М. Морозова із співавторами [9], Harry K. Wong [15], S. Vieillard; J.-C. Bougeant [16], Y. Corson [17] та інші).

Проблематикою роботи є дефіцит досліджень, спеціально спрямованих на аналіз та експериментальне вивчення психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період.

Основна мета роботи – визначити та комплексно дослідити основні психологічні умови розвитку розумової працездатності першокурсників. Основними завданнями роботи стали: виявлення показників адаптаційних та комунікативних здібностей, нервово-психічної стійкості та моральної нормативності студентів, їх адаптивності, самоприйняття та прийняття інших, емоційного комфорту, домінування у відносинах та есканізму, визначення рівня дезадаптації першокурсників, соціаль-

но-психологічного стресу, домінуючої мотивації, а також особливостей допінг-поведінки в стресових ситуаціях.

Виклад основного матеріалу. Диференціація психолого-педагогічних досліджень з проблеми підвищення розумової працездатності студентів дозволила нам визначити конкретні психологічні умови. На нашу думку, серед психологічних умов доцільно виділити:

- саморегуляцію власного психофізіологічного стану (здатність особистості керувати власними психологічними та фізіологічними станами, діями за допомогою порівняння наміченої програми та виконаних дій, узгоджувати власні спонукання та координувати власну психічну активність);

- нервово-психічну стійкість (витривалість, протистояння та готовність студентів до впливу різних несприятливих факторів, обумовлених зростанням розумового навантаження);

- конструктивну копінг-реакцію студентів (поведінка особистості, спрямована на раціональний аналіз проблеми, створення й виконання плану рішення складної стресової ситуації).

До того ж, враховуючи особливості протікання адаптаційного процесу студентів-першокурсників, слід мати на увазі психологічні умови, що обумовлені специфікою цього періоду та особливо важливі саме для першокурсників. На нашу думку, ця група психологічних умов пов'язана з актуалізацією адаптаційного потенціалу першокурсників та складається з:

- прийняття себе та інших (позитивного ставлення студентів до себе та інших, безумовного самоприйняття при збереженні критичності, віри у себе та свої можливості, а також поваги та довіри до інших);

- адаптивності (здатності особистості пристосовуватися до мінливих умов освітнього середовища, аналізувати та адекватно сприймати його, зберігати свою цілісність та оминати деструктивність під впливом змін, а також здатність особистості погоджувати свої цілі і досягнуті в ході розумової діяльності результати);

- відповідних комунікативних здібностей (особливості особистості, що забезпечують ефективну взаємодію та адекватне взаєморозуміння в процесі спілкування та виконання спільної інтелектуальної діяльності);

- емоційного комфорту (стану емоційної рівноваги студента, що виявляється в спокої, захищеності, впевненості у собі та безпеці);

- моральної нормативності (здатності особистості сприймати запропоновану йому соціальну роль, морально-етичні норми поведінки та вимоги інтелектуально-освітнього середовища);

- низького рівня ескапізму (прагненні особистості адекватно сприймати проблеми, оцінювати та вирішувати їх);

- ціннісної мотивації до навчання (ставлення студентів до навчання, що виявляється в їх прагненні оволодіти спеціальністю, засвоїти певні знання, стати освіченою людиною та розвинути особистісні здібності);

- сприятливого психологічного мікроклімату у групі (взаємоповаги, творчої ініціативи, орієнтації на внутрішньогрупові цілі, психологічної та інтелектуальної єдності групи).

Спираючись на окреслені нами психологічні умови розвитку розумової працездатності першокурсників, був створений спеціальний психодіагностичний комплекс (ПДК), що апробований протягом 2010-2011 навчального року на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (загальна кількість респондентів склала 162 особи у віці 17-22 роки) та Мелітопольського відокремленого підрозділу Запорізького інституту економіки та інформаційних технологій (загальна кількість студентів склала 123 особи). Вибірка в цілому склала 285 студентів. Після проведення дослідження психологічних умов розвитку розумової працездатності студентів-першокурсників в адаптаційний період були отримані наступні результати.

Після обробки даних методики "Багаторівневий особистісний опитувальник адаптивності" (авт. А.Г. Маклаков і С.В. Чермянін) було виявлено у студентів показники таких умов розвитку розумової працездатності, як рівень адаптаційних та комунікативних здібностей, нервово-психічної стійкості та моральної нормативності. Встановлено, що у 51,23% із загальної кількості опитаних переважає низький рівень розвитку адаптивних здібностей. Ці студенти мають проблеми під час пристосування до вимог нового інтелектуально-освітнього середовища, не володіючи основними механізмами та способами його успішного освоєння, відчувають певний дискомфорт у ситуації здійснення розумової діяльності в цьому середовищі, що негативно позначається на показниках їх розумової працездатності. У 35,09% першокурсників було виявлено задовільний рівень розвитку адаптивних здібностей. Успіх адаптації в них залежить від зовнішніх умов освітнього середовища, тобто вони в залежності від ситуації та її привабливості для їх особистості можуть застосовувати або ні основні адаптаційні механізми. Лише 13,68% респондентів продемонстрували високий рівень розвитку адаптивних здібностей, виявили стійкі резистентні характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня індивідуальності, які забезпечують спроможність успішно адаптуватись до різноманітних вимог нового освітнього середовища. Аналізуючи результати рівня розвитку нервово-психічної стійкості, констатуємо, що у 58,95% із загальної кількості студентів домінує низький рівень нервово-психіч-

ної стійкості. Це свідчить про те, що вони менш витривалі в ситуації нового освітнього середовища та менш готові до впливу різного роду несприятливих факторів (зростання розумового навантаження та вимог щодо його опрацювання, зміна звичної ситуації навчання та ін.), не мають навичок поведінкового регулювання. Подібні прояви можуть бути проявом захисних механізмів в період адаптації. Для групи першокурсників, у яких виявлено високі показники нервово-психічної стійкості (41,05%), характерні високий рівень поведінкового регулювання та більш реальне сприйняття дійсності, вони готові протистояти новим впливам та ситуаціям зберігаючи високий рівень розумової працездатності. Після обробки даних встановлено два рівня розвитку комунікативних здібностей студентів. Зокрема, у 57,55% опитаних переважає високий рівень розвитку комунікативних здібностей, які забезпечують ефективну взаємодію та взаєморозуміння в процесі спілкування та виконання спільної інтелектуальної діяльності. У 42,46% із загальної кількості досліджуваних виявлені низькі показники цих здібностей. Це дає підстави констатувати, що вони мають різного роду проблеми в налагодженні контактів з оточуючими, проявляючи замкнутість або ж агресивність у взаєминах, спілкуванні та здійснюючи спільну інтелектуальну діяльність. Аналізуючи показники моральної нормативності студентів-першокурсників, нами виявлені наступні результати. У 75,09% студентів визначено високий рівень моральної нормативності. Вони реально оцінюють свою роль у колективі, у взаєминах, орієнтуючись на дотримання загальноприйнятих норм поведінки, адекватно сприймають запропоновану їм нову соціальну роль та нові вимоги інтелектуально-освітнього середовища. Поряд з тим, у 24,91% із загальної кількості опитаних виявлено низький рівень цієї здатності, вони не завжди можуть чітко оцінити своє місце та роль у колективі, не прагнуть сприймати та дотримуватися загальноприйнятих морально-етичних норм поведінки та вимог нового освітнього середовища.

Після обробки даних методики "Діагностики соціально-психологічної адаптації" (авт. К. Роджерс і Р. Даймонд, модиф. Н.А. Чайкіною) було виявлено ступінь прояву таких психологічних умов розвитку розумової працездатності, як: адаптивність, самоприйняття та прийняття інших, емоційний комфорт, домінування у відносинах та ескапізм. Встановлено, що у 52,28% студентів виявлена дезадаптивність як результат неуспішності спроб реалізувати мету, або ж за наявності двох і більше однозначних цілей та вказує на суперечливі відносити між намірами першокурсників та його діями, задумами та їх здійсненням, спонуканнями до дій та його підсумками. Для 47,72% респондентів

характерним є адаптивність як здатність особистості пристосовуватися до мінливих умов освітнього середовища, аналізувати та адекватно сприймати його, зберігати свою цілісність та оминати деструктивності під впливом змін, погоджувати свої цілі і досягнуті в ході діяльності результати. Вони мають можливість більш адекватно орієнтуватися в новій навчальній ситуації та змінити свої вміння та навички згідно з вимогами нового середовища, зберігаючи оптимальний рівень своєї розумової працездатності. Результати діагностики самоприйняття та прийняття інших свідчать, що абсолютно всі опитані студенти (100%) приймають себе. Це означає, що вони визнають і цінують себе такими, якими вони є, ставляться до себе як до особистості, гідної поваги, здатної до самостійного вибору, вірять у себе і свої можливості, маючи при цьому всі можливості для подальшого саморозвитку, самореалізації та самовдосконалення. Також діагностика показала, що 85,61% першокурсників здатні до прийняття інших людей такими, як вони є, поважають їх своєрідність і право бути собою, визнають їх безумовну цінність і довіряють їм. Водночас не всі досліджувані готові до прийняття інших (14,39%), не визнаючи унікальність та своєрідність кожної особистості, її право на цілі, зміни та надбання. На нашу думку, наявність такого ставлення до людей можливо пов'язано з егоцентризмом, дещо завищеною самооцінкою та критичністю відносно інших. Результати цієї методики також дозволили виявити рівень емоційного комфорту чи дискомфорту в ситуації нового інтелектуально-освітнього простору. Виходячи з отриманих даних, можна констатувати, що 82,11% студентів в ситуації навчання відчують емоційний комфорт, що є умовою розвитку їх розумової працездатності. Тобто для більшості першокурсників характерний стан впевненості, спокою, захищеності, безпеки та благополуччя, оптимістичне світосприйняття, вони вірять у прихильність до них оточуючих. У той час як для 17,89% респондентів процес навчання у вузі пов'язаний з дискомфортом і емоційними переживаннями. Вони сприймають ситуацію навчання як неприємну та тяжку, здатну порушити їх звичну, нормальну навчальну та розумову діяльність, відчувають тривожність, занепокоєння, певних страх та млявість. Аналізуючи показники домінування та відомості студентів-першокурсників у відносинах, можна констатувати, що для 80,35% студентів у відносинах характерним є домінування. Вони звикли брати на себе відповідальність, приймати рішення, бути лідером. Їм властиво вірити в те, що вони здатні керувати своєю долею, вони не знижують рівень своїх очікувань після безлічі невдач, зберігаючи відчуття контролю над оточуючим середовищем. Разом із тим, діагностика вияви-

ла, що 19,65% першокурсниками воліють бути відомими, підкоряючись рішенням лідерів. Їм властиво вірити в те, що їх життя залежить від везіння, випадку, вони не починають відчувати себе більш здатними керувати подіями свого життя навіть після досягнутого успіху та схильні пояснювати успішний результат своєї навчальної та розумової діяльності лише випадком та збігом обставин. Крім того, виявлено, що у всіх опитаних (100%) внутрішній контроль переважає над зовнішнім. Це вказує на те, що студенти, як правило, узгоджують свої вчинки і дії зі своїми внутрішніми установками і нормами поведінки. Методика дозволила виявити також у студентів рівень прояву ескапізму, тобто схильності йти від проблем, пов'язаних з адаптаційним процесом, навчанням у вищому навчальному закладі та збільшенням інтелектуальної інформації. Відповідно до результатів дослідження, у 58,95% студентів показники ескапізму знаходяться в межах норми. Вони в залежності від ситуації, що складається, можуть або йти від проблем, або вирішувати їх, шукаючи конструктивні методи. У той час як у 4,91% респондентів виявлені низькі показники ескапізму. При виникненні складної ситуації, вони не прагнуть йти від дійсності та проблем, а навпаки, намагаються вирішити їх, зберігаючи віру в себе та свої можливості, зберігаючи відповідний рівень розумової працездатності. У 36% першокурсників зафіксовані достатньо високі показники ескапізму. В них можуть виникати ускладнення під час здійснення навчальної та розумової діяльності у вузі, оскільки проблеми, що виникають в період їх адаптації до навчального закладу, не розв'язуються ними, а тільки нагромаджуються, сприймаються ними як несуттєві, або ж навпаки надто серйозні поряд з відсутністю уявлень щодо їх вирішення.

Після обробки даних методики "Опитувальник діагностики психофізіологічної дезадаптації" (авт. О.Н. Родіна) були отримані показники рівня дезадаптації студентів-першокурсників. Виявлено, що 68,07% студентів мають помірний (середній) рівень дезадаптації. Вони мають час від часу певні труднощі, які пов'язані зі зміною форм, методів навчання й оцінювання, відчувають певний дискомфорт в ситуації нового освітнього середовища, що може проявлятися в незначному зниженні продуктивності їх розумової роботи. Разом з тим, визначено, що у 16,49% першокурсників чітко виражений рівень дезадаптації. Їм властива неможливість пристосування до характеру, змісту, умов і організації навчального процесу, і можливості вироблення навичок самостійності у навчальній та розумовій роботі. У 12,98% загальної кількості опитаних респондентів виявлений низький рівень дезадаптації, що вказує на відсутність сильних переживань, пов'язаних з недостатньою

соціалізацією у нових умовах, соціально неприйнятними установками особистості, різкою зміною умов існування, розривом важливих соціальних стосунків тощо. Також робота показала, що 2,46% студентів демонструють високий рівень дезадаптації, що вимагає вживання певних заходів. Для них процес навчання у вузі породжує певний страх і згодом може перерости в кризову ситуацію.

З метою виявлення домінуючих мотивів навчання студентів у вузі, була використана методика "Мотивація навчання у ВНЗ" (авт. Т.І. Ільїна) Результати, що були отримані, представлені на рис. 1.



Рис. 1. Домінуючи мотиви навчання студентів у вузі

Отже, як видно з наведеної діаграми (рис.1), більшість студентів (45,26%) орієнтовані при навчанні у ВНЗ тільки на отримання диплома. Вони прагнуть насамперед придбати диплом формально засвоюючи знання, прагнуть до пошуку обхідних шляхів під час здачі іспитів і заліків. Тобто можна говорити про наявність неціннісної мотивації навчання у вузі. Разом із цим, 31,23% першокурсників все ж таки мають прагнення до придбання знань, виявляючи допитливість, цілеспрямованість та самостійність в процесі їх засвоєння. Для 23,51% опитаних важливим є саме оволодіння професією. Вони прагнуть оволодіти професійними знаннями і сформуванати професійно важливі якості, стати освіченою людиною та високопрофесійним спеціалістом.

Після обробки даних методики "Опитивульник визначення рівня соціально-психологічного стресу" (авт. Л. Рідер, адапт. О.С. Копіною, Є.А. Суисловою, Є.В. Заїкіним) у студентів-першокурсників були виділені 3 рівні прояву цього стану в період адаптації у вищій школи. Отже, у 50,18% студентів виявлено середній рівень соціально-психологічного стресу. Це свідчить про досить сильний характер і здатність зносити стреси. Для цих першокурсників адаптаційний процес пов'язаний з

переживанням стресу, але разом із цим вони готові до подолання цього стану. У 45,96% респондентів продемонстрували низький рівень за цим показником. Вони, як правило, не сприймають адаптаційний процес як такий, що пов'язаний зі стресом. Для 3,86% досліджувальних характерним є високий рівень соціально-психологічного стресу. Вони не тільки переживають процес адаптації дуже гостро, у них чітко виявлений стан стресової напруги й вони не завжди можуть оцінити всі позитивні й негативні сторони ухвалених рішень. Саме ця група студентів має кризові умови для стану їхньої розумової працездатності.

Після обробки даних методики "Копінг-поведінка в стресових ситуаціях" (авт. С.Норман, Д.Ф. Ендлер, Д.А. Джеймс, М.І. Паркер, адапт. Т.А. Крюковою) були отримано наступні результати. Для 56,14% першокурсників домінуючим в стресових ситуаціях є копінг, орієнтований на уникнення. До того ж, 34,73% з них в якості уникнення обирають відволікання, а 21,41% студентів – соціальне відволікання від тих подій і ситуацій, які є стресотравмуючими для них. Вони здатні в стресових ситуаціях йти від рішення своїх проблем шляхом уникнення контактів з оточуючими, спрямовані не на конструктивне рішення проблем та стресової ситуації, а на застосування захисних механізмів. Встановлено, що 36,84% загальної кількості опитаних у стресових ситуаціях обирають копінг, орієнтований на рішення завдання. Ці першокурсники в ситуаціях стресу спрямовані на раціональний аналіз проблеми, створення й виконання плану рішення складної стресової ситуації. У 7,02% респондентів виявлені такі домінуючі копінг-стресові поведінкові стратегії, які орієнтовані на емоції. Для них не є характерним виконання конкретних дій, спрямованих на рішення стресових ситуацій. Цей стиль поведінки проявляється у вигляді спроб не думати про проблеми взагалі, залучення інших до своїх переживань, бажанню забути в сні або компенсувати негативні емоції їжею.

Висновки. Отже, серед означених психологічних умов розвитку розумової працездатності першокурсників в адаптаційний період у більшості студентів спостерігаються високі показники рівня розвитку комунікативних здібностей і моральної нормативності. Вони реально оцінюють свою роль у колективі, у взаєминах, орієнтуючись на дотримання загальноприйнятих норм поведінки. Також більшість першокурсників здатні до прийняття інших людей такими, як вони є, поважають їх своєрідність і право бути собою. У ситуації навчання у вузі більшість опитаних відчують емоційний комфорт, внутрішній контроль у них переважає над зовнішнім. Для більшості досліджуваних у взаєминах характерним є домінування. Вони звикли брати на себе відповідальність,

приймати рішення, бути лідером та в залежності від ситуації вони можуть або йти від проблем, або вирішувати їх. Крім того, у молоді виявлений помірний (середній) рівень дезадаптації. Вони мають час від часу певні труднощі, які пов'язані зі зміною форм, методів навчання й оцінювання, характерні для загальноосвітньої школи.

Якщо ж оцінювати рівень прояву стресових станів у першокурсників як одну з умов, що впливає на показник розумової працездатності, то тут було виявлено, що більшість з них проявляють середній рівень соціально-психологічного стресу. Для них процес адаптації пов'язаний з переживанням стресу, але разом із цим вони готові до подолання цього стану. Тобто можна констатувати, що більшість першокурсників мають досить сприятливі психологічні умови для розвитку їхньої розумової працездатності за означеними показниками.

Але на тлі цих показників було виявлено відсутність чи недостатній розвиток наступних психологічних умов. У першокурсників переважає низький рівень розвитку адаптивних здібностей та нервово-психічної стійкості. На жаль, більшість студентів орієнтовані при навчанні у ВНЗ на отримання диплома. Вони прагнуть насамперед мати вищу освіту, формально засвоюючи знання, прагнуть до пошуку обхідних шляхів під час здачі іспитів і заліків. Було виявлено, що для більшості опитаних домінуючим у стресових ситуаціях є копінг, орієнтований на уникнення проблеми. Вони здатні в стресових ситуаціях йти від рішення своїх проблем шляхом застосування захисних механізмів. Ці дані вказують на недостатній рівень розвитку означених умов, необхідних для забезпечення оптимального рівня розумової працездатності студентів в період адаптації.

Перспективи подальших досліджень. Враховуючи отримані результати, перспективним напрямом роботи виступає необхідність розробки системи психолого-педагогічних заходів з підвищення розумової працездатності першокурсників.

Список використаних джерел

1. Бачериков Н.Е. Психогигиена умственного труда учащейся молодежи / Н.Е. Бачериков, М.П. Воронцов, Э.И. Добромиль. – К. : Здоровье, 1988. – 168 с.

2. Бех І.Д. Виховання особистості / І.Д. Бех // Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади (Кн. 1). – К. : Либідь, 2003. – 280 с.

3. Бойченко В. Проблема розумового виховання студентів у контексті сучасних освітніх вимог / В. Бойченко // Проблеми підготовки сучасного вчителя. – 2010. – № 2. – С. 227-232.

4. Бруннер Е.Ю. Развитие внимания и памяти у студентов экономико-гуманитарного колледжа [Електронний ресурс] / Е.Ю. Бруннер. – Режим доступу: URL:http://www.nbuu.gov.ua/portal/soc_gum/pspo/2008_19_3/doc_pdf/Brunner_st.pdf. – Назва з екрану.

5. Бусловская Л.К. Адаптивные возможности организма студентов и способы их повышения / Л.К. Бусловская, Ю.П. Рыжкова // Вісник Харківського національного університету. Серія: Валеологія: сучасність і майбутнє. – 2009. – № 862. – Вип. 6. – С. 22-26.

6. Вадзюк С.Н. Розумова працездатність: методики дослідження, зміни та корекція / С.Н. Вадзюк, Т.Б. Шуган / [за ред. В.Г. Шевчука]. – Тернопіль : Богдан, 2000. – 170 с.

7. Лефтеров В.О. Психологічні аспекти проблеми адаптації курсантів до навчального простору [Електронний ресурс] / В.О. Лефтеров. – Режим доступу: URL:http://www.nbuu.gov.ua/ejournals/Vnads/2010_4/10lvodnpr.pdf. – Назва з екрану.

8. Малхазов О.Р. Динаміка індивідуально-психологічних та психофізіологічних характеристик студентської молоді (1976-2000 рр.) / О.Р. Малхазов // Актуальні проблеми сучасної української психології. До 60-річчя від дня народження академіка С.Д. Максименка : наук. зб. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. Н.В. Чепелевої. – К. : Нора-прінт, 2002. -Вип. 22. – С. 173-181.

9. Морозова Е.Н. Работоспособность и психологическое состояние студентов в течение учебного года и факторы, их определяющие / Е.Н. Морозова, Д.А. Жуйко, А. Л. Гринько // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. – № 3. – С. 307-310.

10. Огієнко П.М. Психодинамічні особливості розумової працездатності в адаптації студентів до умов професійної підготовки [Електронний ресурс] / П.М.Огієнко. – Режим доступу: URL:http://www.nbuu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/2011_86_1/Ogiyen.pdf. – Назва з екрану.

11. Партико Т.Б. Працездатність студентів-першокурсників з різною динамікою академічної саморегуляції / Т.Б. Партико // Проблеми загальної та педагогічної психології : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – Т. XII, част. 1. – К., 2010. – С. 467-478.

12. Петрів О.П. Психологічні особливості розумової працездатності молодших школярів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07/ КНПУ ім. М.П. Драгоманова. – К., 2005. – 226 с.

13. Шевчук М.О. Шлях до скарбу знань : навч. посіб. / М.О. Шевчук, Т.В. Андрущенко. – Ніжин, 2009. – 114 с.

14. Estrella, V. Ong Correlational study on the mental ability and academic performance of first year high school students of St. Michael's college, SY 2009-2010 [Електронний ресурс] / V. Estrella, E. Layno Emmanuel Ong. – Режим доступу : URL :<http://www.newteacher.com/pdf/only1way.pdf>. – Назва з екрану.

15. Harry, K. Wong There Is Only One Way To Improve Student Achievement [Електронний ресурс] / Harry K. Wong. – Режим доступу : URL :<http://www.newteacher.com/pdf/only1way.pdf>. – Назва з екрану.

16. Vieillard, S. Performances un tache de memoire de travail sous induction motionnelle negative: influence modulatrice de l'etat motionnel sur les processus executifs / S. Vieillard, J.-C. Bougeant // L'Anne psychologique. – Anne 2005. – Vol. 105. – Numro 1. – P. 63-104.

17. Corson, Y. Variations motionnelles et memoire: principaux mod?les explicatifs / Y. Corson // L'Anne psychologique. – Anne 2002. – Vol. 102. – Numro 1. – P. 109-149.

Список використаних джерел

1. Bacherikov N.E. Psihologijena umstvennogo truda uchashhejsja molodezhi / N.E. Bacherikov, M.P. Voroncov, Je.I. Dobromil'. – K. : Zdorov'e, 1988. – 168 s.

2. Beh I.D. Vihovannja osobistosti / I.D. Beh // Osobistisno orientovaniy pidhid: teoretiko-tehnologichni zasadi (Kn. 1). – K. : Libid', 2003. – 280 s.

3. Bojchenko V. Problema rozumovogo vihovannja studentiv u konteksti suchasnih osvitnih vimog / V. Bojchenko // Problemi pidgotovki suchasnogo vchitelja. – 2010. – № 2. – S. 227-232.

4. Brunner E.Ju. Razvitie vnimanija i pamjati u studentov jekonomiko-gumanitarnogo kolledzha [Elektronnij resurs] / E.Ju. Brunner. – Rezhim dostupu: URL:http://www.nbu.gov.ua/portal/soc_gum/pspo/2008_19_3/doc_pdf/Brunner_st.pdf. – Nazva z ekranu.

5. Buslovskaja L.K. Adaptivnye vozmozhnosti organizma studentov i sposoby ih povyshenija / L.K. Buslovskaja, Ju.P. Ryzhkova // Visnik Harkivs'kogo nacional'nogo universitetu. Serija: Valeologija: suchasnist' i majbutne. – 2009. – № 862. – Vip. 6. – S. 22-26.

6. Vadzjuk S.N. Rozumova pracezdatnist': metodiki doslidzhennja, zmini ta korekcija / S.N. Vadzjuk, T.B. Shugan / [za red. V.G. Shevchuka]. – Ternopil' : Bogdan, 2000. – 170 s.

7. Lefterov V.O. Psihologichni aspekti problemi adaptacii kursantiv do navchal'nogo prostoru [Elektronnij resurs] / V.O. Lefterov. – Rezhim

dostupu: URL:http://www.nbuu.gov.ua/ejournals/Vnadps/2010_4/10lvodnp.pdf. – Nazva z ekranu.

8. Malhazov O.R. Dinamika individual'no-psihologichnih ta psihofiziologichnih karakteristik students'koji molodi (1976-2000 pp.) / O.R. Malhazov // Aktual'ni problemi suchasnoji ukrajins'koj psihologiji. Do 60-rihchja vid dnja narodzhennja akademika S.D. Maksimenka : nauk. zb. In-tu psihologiji im. G. S. Kostjuka APN Ukraïni / za red. N.V. Chepelevoji. – K. : Nora-print, 2002. -Vip. 22. – S. 173-181.

9. Morozova E.N. Rabotosposobnost' i psihologicheskoe sostojanie studentov v techenie uchebnogo goda i faktory, ih opredeljajushhie / E.N. Morozova, D.A. Zhujko, A. L. Grin'ko // Slobozhans'kij naukovno-sportivnij visnik. – 2009. – № 3. – S. 307-310.

10. Ogienko P.M. Psihodinamichni osoblivosti rozumovoï pracezdatnosti v adaptacii studentiv do umov profesijnoï pidgotovki [Elektronnij resurs] / P.M.Ogienko. – Rezhim dostupu: URL:http://www.nbuu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchdpu/2011_86_1/Ogiyen.pdf. – Nazva z ekranu.

11. Partiko T.B. Pracezdatnist' studentiv-pershokursnikiv z riznoju dinamikoju akademichnoji samoreguljaciji / T.B. Partiko // Problemi zagal'noj ta pedagogichnoji psihologiji : zbirnik naukovih prac' Institutu psihologiji im. G.S.Kostjuka APN Ukraïni. – T. III, chast. 1. – K., 2010. – S. 467-478.

12. Petriv O.P. Psihologichni osoblivosti rozumovoji pracezdatnosti molodshih shkoljariv : dis. ... kand. psihol. nauk : 19.00.07/ KNPU im. M.P. Dragomanova. – K., 2005. – 226 s.

13. Shevchuk M.O. Shljah do skarbu znan' : navch. posib. / M.O. Shevchuk, T.V. Andrushhenko. – Nizhin, 2009. – 114 s.

14. Estrella, V. Ong Sorrelational study on the mental ability and academic performance of first year high school students of st. Michael's college, SY 2009?2010 [Elektronnij resurs] / V. Estrella, E. Layno Emmanuel Ong. – Rezhim dostupu : URL :<http://www.newteacher.com/pdf/only1way.pdf>. – Nazva z ekranu.

15. Harry, K. Wong There Is Only One Way To Improve Student Achievement [Elektronnij resurs] / Harry K. Wong. – Rezhim dostupu : URL :<http://www.newteacher.com/pdf/only1way.pdf>. – Nazva z ekranu.

16. Vieillard, S. Performances un tache de memoire de travail sous induction emotionnelle negative: influence modulatrice de l'tat emotionnel sur les processus excutifs / S. Vieillard, J.-C. Bougeant // L'Annee psychologique. – Annee 2005. – Vol. 105. – Num?ro 1. – R. 63-104.

17. Corson, Y. Variations emotionnelles et memoire: principaux modeles explicatifs / Y. Sorson // L'Anne psychologique. – Annee 2002. – Vol. 102. – Numero 1. – R. 109-149.

Summary. *S.V. Shevchenko Analiz of psychological conditions of development of intellectual efficiency of first-year students during the adaptation period.* The paper investigates the actual problem of mental capacity freshmen and psychological conditions of its development in the adaptation period. The author analyzes the 17 sources of psychological and pedagogical literature on the subject, of which 4 are in a foreign language. The author notes that the issue of mental health and fatigue personality always accompanied by scientific research. The optimal intensity and tension of physical and mental labor rights, has been and remains the subject of the study of philosophy, physiology, hygiene, medicine, psychology and pedagogy. Attention is drawn to the fact that despite a large number of publications on various aspects of mental health, the mechanisms of its completely defined and require further investigation. In this paper, based on the differentiation of psychological and educational research on the problem of improving the mental health of students identified specific psychological conditions. The author notes that the special interest is the analysis of the conditions that determined by the specifics of the adaptation period and it is especially important for freshmen. According to the author, this group of psychological conditions associated with updating the adaptive capacity of students. The article presents the results of a comprehensive diagnosis of certain conditions. It is concluded that insufficient development of certain psychological conditions necessary to ensure the optimal level of mental health of students in the adjustment period. Based on the analysis outlines the prospects for further research in this area, which are defined in the development of psychopedagogical measures to improve the mental health of freshmen.

Key words: *intellectual working capacity, adaptability, self-acceptance, emotional comfort, eskapizm, disadaptation, valuable motivation, stress, coping-behavior, first-year student.*

Отримано: 13.06.2014 р.

УДК 159.9 : 35.081.72 (045)

Шопіна М.О.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТВОРЧОГО ПІДХОДУ ДО СПІЛКУВАННЯ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ПЕРЕГОВОРІВ

Шопіна М.О. Психологічні особливості творчого підходу до спілкування під час проведення переговорів. У статті викладено сучасний теоретичний порівняльний аналіз досліджень і публікацій із проблеми творчого підходу до процесу спілкування під час проведення переговорів. Спілкування розглянуто як специфічна форма творчості, що є умовою і способом реалізації особи та виступає необхідною передумовою людського буття, взаємодії людей. Також у статті розглядається творчий потенціал як якість людини, за допомогою якої реалізується наявна і можлива діяльність у формі праці, пізнання і спілкування. Описано правила ефективного спілкування, техніки спілкування, мобілізації інтересів