

N.V. Slobodianyuk. Psychological support of interpersonal interaction in the educational space. The article presents the results of a theoretical research of the peculiarities of the psychological support of interpersonal interaction in the educational space. The concept of "support" is considered as a specific ideology of work, the very first and most important answer to the question of why a psychologist is needed at school. It is emphasized that support is a system of psychologist's professional activity aimed at creation of the socio-psychological conditions for successful learning and psychological development of a child in interaction situations.

The object of psychological practice is education and psychological development of child in a situation of school interaction, the subject is the socio-psychological conditions for successful learning and development.

Based on the object and subject of psychological practice, the task of the school psychologist is concretized – to create conditions for the productive movement of the child along the paths that he chooses in accordance with the requirements of the teacher and family to help him make conscious personal choices in this complex world, constructively resolve conflicts, assimilate the most individually significant and valuable methods of cognition, communication, understanding of yourself and others. That is, the activity of a psychologist is largely determined by the social, family, and pedagogical system in which the child is actually located and which is significantly limited by the school environment.

There are three main ideas that underlie different models of psychological activity: scientific and methodological management of the educational process in school; assistance to children experiencing various difficulties of a psychological or socio-psychological nature, the identification and prevention of these difficulties; the child support during the whole school process.

It is noted that today in the system of psychological support, such a comprehensive direction is implemented as the development (design) of educational programs, which, unlike teaching programs, must perform both educational and diagnostic, prognostic, and correctional functions, which means studying the starting possibilities and dynamics of the child's development in educational process and it provides for the construction of a psychological support system for the educational space.

Keywords: education, competence, teacher, child, psychologist, support.

УДК378.091.33 : 159.9-051] : 179.9

І.М. Степаненко

ORCID ID: 0000-0002-1104-7467

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСОБИСТІСНИХ УТВОРЕНЬ СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

І.М. Степаненко. Психологічні особливості особистісних утворень сором'язливості майбутніх психологів. Стаття містить теоретичний аналіз поняття "сором'язливість", емпіричне дослідження рівнів та особистісних утворень сором'язливих особистостей. Виявлено основні особистісні утворення сором'язливих особистостей (високий рівень тривожності,

інтернальний локус контролю, підлеглий тип поведінки, наявність внутрішнього конфлікту, схильність до самозвинувачень, сумніви стосовно цінності свого "Я", низький рівень самовпевненості, інтровертованість) та проаналізовано їх прояв в контексті рівневого розподілу сором'язливості.

Зазначено необхідність створення психокорекційної програми для студентів-психологів, направленої на зниження рівня прояву сором'язливості та корекцію особистісних утворень.

Ключові слова: сором'язливість, рівні сором'язливості, високий рівень тривожності, інтернальний локус контролю, підлеглий тип поведінки, внутрішній конфлікт, самозвинувачення, цінність власного "Я", низький рівень самовпевненості, інтровертованість.

И.Н. Степаненко. Психологические особенности личностных образований застенчивости будущих психологов. Стаття содержит теоретический анализ понятия "застенчивость", эмпирическое исследование уровней и личностных образований застенчивых личностей. Определены основные личностные образования застенчивых личностей (высокий уровень тревожности, интернальный локус контроля, подчинённый тип поведения, наличие внутреннего конфликта, склонность к самообвинению, сомнения в ценности своего "Я", низкий уровень самоуверенности, интровертированность) и проанализированы их проявления в контексте уровня распределения застенчивости.

Указана необходимость создания психокоррекционной программы для студентов-психологов, направленной на снижения уровня проявления застенчивости и коррекцию личностных образований.

Ключевые слова: застенчивость, урони застенчивости, высокий уровень тревожности, интернальный локус контроля, подчинённый тип поведения, внутренний конфликт, самообвинение, ценность собственного "Я", низкий уровень самоуверенности, интровертированность.

Постановка проблеми. Зміни, що відбуваються в соціальному та політичному житті в Україні, перебудова ціннісних та соціальних переваг, призводять до того, що особистостям все важче встановлювати контакти, будувати відносини, сприймати один одного.

Труднощі, які виникають під час знайомства, негативні емоції, що проявляються в процесі спілкування, зайва стриманість обумовлені функціонуванням такого феномену як сором'язливість. Саме тому однією із розповсюджених проблем у міжособистісних стосунках є сором'язливість.

У складних умовах психічного навантаження така особистісна властивість як сором'язливість може ускладнюватися та із суб'єктивно відчутних труднощів перетворитися в об'єктивну перепону на шляху до встановлення повноцінних особистісних контактів.

Ю. Ємельянов наголошував на тому, що емоційний контроль та психічна стабільність є тими показниками, яким треба приділяти особливу увагу при виборі професії психолога.

Аналіз останніх досліджень і публікацій показав, що дослідженням проблем впливу сором'язливості на особистість займалися Ф. Зімбардо, К. Ізард, Є. Ільїн та ін.

Ф. Зімбардо зазначає, що сором'язливість має свій вплив на особистість в контексті широкого кола психологічних проявів – від легкого зніяковіння, виникаючого під час спілкування з іншими людьми, до травмуючої тривожності, котра повною мірою порушує життя особистості [3]. К. Ізард говорить про те, що сором'язливість ускладнює адаптацію особистості, адже більшість розцінює сором'язливих людей як замкнутих, відчужених, пихатих. Він вказує, що "сором'язливість суттєво обмежує коло дружнього спілкування, тим самим позбавляючи людину соціальної підтримки" [4, с. 340]. На думку автора, сором'язливість обмежує допитливість та перешкоджає дослідницькій поведінці особистості, особливо в соціальних ситуаціях. Якщо позитивні компоненти сором'язливості можуть виконувати адаптивні функції, то негативні її компоненти мають тісний взаємозв'язок з депресією та тривожністю [4].

За визначенням Є. Ільїна, вплив сором'язливості на особистість не проходить непомітним ні для сором'язливої особистості, ні для оточуючих, адже вона помітно виділяється серед інших своєю відособленістю, стриманістю у висловлюваннях, скутістю та нерішучістю [5].

У контексті проблем особистості сором'язливість розглядали А. Добрович, І. Кон, В. Куніцина. А. Добрович, відмічаючи, що сором'язливість виступає проблемою для особистості, адже провокує виникнення почуття страху щодо власних недоліків, та на їх основі – виникнення заниженої самооцінки. Сором'язливим особистостям досить важко знаходитись серед великого осередку людей, будувати нові стосунки [2].

І. Кон стверджував, що сором'язливість є особистісною проблемою сором'язливої особистості. На думку автора, відсутність (або не достатній рівень) міжособистісних контактів, інтровертованість, низький рівень самоповаги та самооцінки, провокують виникнення сором'язливості ще на ранніх етапах становлення особистості [6].

В. Куніцина, досліджуючи неоднорідність проявів сором'язливості, визначала її як особистісну властивість, котра під дією негативних відчуттів, які виникають при будь-яких труднощах у спілкуванні, може проявлятися у нервово-психічному напруженні. Крім того, автор відмічає наявність різноманітних порушень з боку вегетативної системи, психомоторики, емоційних, вольових та розумових процесів, мовленнєвої діяльності, навіть змін свідомості [8].

Як прояв емоцій сором'язливість розглядали: К. Ізард, Є. Ільїн. К. Ізард зазначав можливість розгляду сором'язливості через призму емоції зніяковіння. "Сором'язливі люди добре знають, наскільки важливу роль

відіграє емоція зніяковіння у формуванні особистості та в соціальних відносинах" [4, с. 328]. На думку автора, осередком переживання зніяковіння виступає незахищеність в ситуації соціальної взаємодії, тобто почутті вразливості "Его". Дане почуття примушує сором'язливу особистість вишукувати будь-які можливі варіанти аби уникнути хвилюючих її контактів. Процес комунікативної взаємодії приносить задоволення лише при наявності певних умов, а саме: спілкування з членами своєї родини, близькими друзями чи добре знайомими людьми. Зніяковіння становить реальну проблему для особистості, адже при виникненні комунікативного контакту з незнайомими людьми виникає відчуття загрози собі або своїм інтересам. В незнайомих людях вбачається перш за все потенційне джерело критики на свою адресу, виникає передчуття свого зніяковіння від спілкування з ними, незручність та дискомфорт. К. Ізард [4] говорив про схожість емоції зніяковіння з емоцією сорому, провини та страхом.

На думку автора, сором та зніяковіння певним чином пов'язані з взаємодією людини зі всім "Я" та характеризуються загостренням самосвідомості. Але різниця між ними полягає в тому, що сором має направленість на майбутнє (гіпотетично бути оціненим іншими), а зніяковіння набуває форми стану, який проявляється в конкретній ситуації (швидкоплинне почуття вразливості).

Як процес, стан та властивість особистості сором'язливість розглядалась В. Куніциною, К. Платоновим, А. Тихомировим та ін.

А. Тихомиров говорив про сором'язливість як сукупність вегетативних та психоемоційних процесів, які супроводжуються почуттями провини, сорому, тривожності та страху, котрі пов'язані з прагненням особистості сховатися від оточуючих внаслідок внутрішньої моральної боротьби [14]. За визначенням К. Платонова, сором'язливість являє собою емоційний стан, який досить важко переживається особистістю, адже супроводжується наявністю вираженого психологічного бар'єру, який перешкоджає спілкуванню. Особистість постійно супроводжують думки про свою неповноцінність та ілюзії щодо негативного ставлення суб'єктів спілкування до неї [10]. В. Куніцина, досліджуючи неоднорідність проявів сором'язливості, визначала її як властивість особистості, котра виникає внаслідок певних труднощів в ситуаціях міжособистісного неформального спілкування. Дана властивість проявляється різноманітними порушеннями вегетатики, мовленнєвої діяльності, психомоторики, розумових, емоційних, вольових процесів [8].

Як вид амбівалентного ставлення до себе та інших сором'язливість розглядалась Н. Галігузовою. Авторка наголошує на тому, що сором'язливість не може розглядатися лише в ракурсі самоставлення особистості, адже будь-яка людина тією чи іншою мірою перебуває у постійній взає-

модії з соціумом. Таким чином, відбувається внутрішня боротьба між прагненням проявити себе та страхом бути не прийнятим соціумом [1].

Сором'язливість, як характерологічну рису особистості, розглядає А. Оверченко, стверджуючи, що сором'язливість проявляється у схильності людини відчувати зніяковіння у присутності інших людей, яке пов'язане із занепокоєнням з приводу того, яке враження вона справляє на інших людей, та супроводжується суб'єктивним відчуттям дискомфорту, переживанням своєї сором'язливості, що може проявлятися різною мірою – від легкого зніяковіння, вкрай до патології. А. Оверченко зазначає, що сором'язливість, як рисі характеру, притаманний зв'язок з емоціями сорому і провини, які є її внутрішніми проявами страху і тривоги; водночас автор з позиції особистісного підходу робить акцент на тому, що сором'язливість, як риса характеру, має розглядатися в контексті особистості в цілому [9].

Виходячи з зазначеної актуальності, метою нашого дослідження є – визначення особистісних утворень сором'язливої особистості у студентів-психологів.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Для проведення емпіричного дослідження, нами було застосовано низку методик – Стенфордський опитувальник сором'язливості Ф. Зімбардо; опитувальник Дж. Роттера "Рівень суб'єктивного контролю"; методика по вивченню само ставлення В.В. Століна, С.Р. Пантелеєва; методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі; опитувальник К.Г. Юнга; тест дослідження тривожності Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна.

Сьогодні не існує єдиної дефініції визначення сором'язливості. Так, Ф. Зімбардо визначаючи сором'язливість, зазначає: "Не існує єдиного вірного визначення, так як сором'язливість для різних людей означає не одне й те ж саме. Це комплексний стан, котрий проявляється у різних формах – від легкого дискомфорту до незрозумілого страху і навіть глибокого неврозу" [3, с. 24].

Дослідження проводилось на базі факультету психології та вечірнього факультету НПУ імені М.П. Драгоманова серед студентів-психологів 1-х, 2-х, 3-х, 4-х курсів спеціальності "Психологія" (загальна вибірка 254 особи). За допомогою Стенфордського опитувальника сором'язливості Ф. Зімбардо нам вдалось виокремити дві групи "сором'язливі" – "несором'язливі" серед загальної кількості респондентів. Групу "сором'язливі" становили 194 особи (76,4%), "не сором'язливі" – 60 осіб (23,6%). За допомогою Стенфордського опитувальника сором'язливості Ф. Зімбардо (критерії: сила і частота), та 16-ти факторного опитувальника Р. Кеттела (критерії: шкала "Н + сміливий", "Н – сором'язливий") нами було виділено такі рівні сором'язливості серед загальної кількості студентів-психологів:

високий – 58 осіб (22,8%), середній – 136 осіб (53,5%), низький – 60 осіб (23,6%) [13]. Спираючись на компоненти сором'язливості (когнітивний, емоційний та поведінковий), були виокремлені основні особистісні утворення як – високий рівень тривожності, інтернальний локус контролю, підлеглий тип поведінки, наявність внутрішнього конфлікту, схильність до самозвинувачень, сумнівні стосовно цінності свого "Я", низький рівень самовпевненості, інтровертованість особистості.

Тест "Інтерперсональні відносини" Т. Лірі [13] дозволив нам проаналізувати типологію ставлення до оточуючих серед студентів-психологів, з урахуванням рівнів прояву сором'язливості.

Так, для студентів з високим рівнем сором'язливості характерною виявилася перевага підлеглого (14 балів) типу міжособистісної взаємодії. На нашу думку, даний показник повною мірою характеризує сором'язливу особистість як таку, що не в змозі протистояти іншим, схильна до самозвинувачень, практично позбавлена вольових якостей, пасивна у взаємодії з оточуючими. Крім того, такі особистості постійно перебувають в стані пошуку більш морально та психологічно сильної людини. Отже, потреба підкорятися іншим є певним захисним механізмом, який притаманний особистостям з високим рівнем сором'язливості. Респонденти з високим рівнем сором'язливості не володіють лідерськими якостями, вони не конкурентоспроможні, адже не можуть впевнено довести свою точку зору та відстояти свою позицію стосовно тих чи інших питань, що підтверджують результати низьких (в 4 бали) за авторитарним типом міжособистісних стосунків. Дана характеристика виступає негативним фактором на шляху до розвитку самостійної, впевненої у собі, самодостатньої особистості і потребує психокорекційного втручання.

Аналіз відповідей студентів з низьким рівнем сором'язливості дозволив виявити перевагу авторитарного (13,1 бал) типу відносин. Дані показники абсолютною мірою характеризують несором'язливу особистість як таку, що не схильна прислухатися до інших, авторитарну, досить владну та деспотичну. Респондентам з низьким рівнем сором'язливості властиві лідерські якості та прагнення до першості у всьому. Найменш характерним для несором'язливих студентів виявилась підлеглість (4,4 бали) в міжособистісній взаємодії з оточуючими. Отже, ми можемо зазначити, що несором'язливим респондентам майже не властиві такі риси як: м'якість, сором'язливість, поступливість, емоційна стриманість по відношенню до інших, довірливість.

Група респондентів з середнім рівнем сором'язливості, продемонструвала незначні розходження в результатах тестування та показала відсутність переважної тенденції (як було у групах з високим та низьким рівнем). Дані студенти усвідомлюють та приймають свою сором'язливість,

але вона не виступає для них негативним фактором і ніяким чином не впливає на самосприйняття респондентів.

Сором'язливим особистостям характерно проявляти свою посередність у сфері досягнень, вони схильні до стримування прояву своїх емоцій та бажань, не проявляють достатньо вольових зусиль при вирішенні суперечливих ситуацій, не здатні брати на себе відповідальність, важко встановлюють міжособистісні стосунки, що визначається шкалами "Інтернальність у сфері досягнень", "Інтернальність у сфері міжособистісних стосунків" опитувальника Дж. Роттера [13].

Прояв інтернального локусу контролю за шкалами досягнень та міжособистісних стосунків має певну динаміку прояву серед студентів 1-4 курсів. Так, за показниками шкали "Інтернальність у сфері досягнень", студенти 1 курсу – 18 осіб (7,0 %), 2 курсу – 14 осіб (5,5 %) з високим рівнем сором'язливості становлять кількісну перевагу приналежності до даної шкали, порівняно з респондентами 3 курсу – 12 осіб (4,7 %) та 4 курсу – 12 осіб (4,7 %). У той же час, студенти з низьким рівнем сором'язливості показали кількісну меншість: 1 курс – 10 осіб (3,9 %), 4 курс – 12 осіб (4,7 %) за кількісною приналежністю з даною шкалою, порівняно з 2 курсом – 16 осіб (6,2 %) та 3 курсом – 20 осіб (7,8 %) курсами. Отже, можна стверджувати, що студенти з високим рівнем сором'язливості на початкових курсах навчання, маючи досить таки потужний внутрішній потенціал та схильність до досягнення успіху, стримують себе у їх проявах, адже переваги набуває страх бути не зрозумілими та не прийнятими одногрупниками. Але, переходячи на 3 та 4 курси, вони починають більш впевнено почуватися, поступово розкривати свої якості у сфері досягнень, втім так і не наважуються розкрити себе повністю. Водночас, студенти з низьким рівнем сором'язливості на початку навчального процесу проявляють певну обережність в прояві своєї впевненості на шляху до досягнення цілей. Натомість, переходячи на більш старші курси, вони сміливо заявляють про себе як впевнених у своїх силах та результатах особистостях, які вважають досягнуті успіхи результатом власної активності. Завоювавши позицію цілеспрямованої та впевненої у своїй діяльності особистості, студенти з низьким рівнем сором'язливості поступово знижують рівень своєї показовості серед одногрупників, що підтверджують занижені результати на 4 курсі. Серед респондентів середнього рівня сором'язливості було виявлено однаковий кількісний показник: за 1-м – 30 осіб (11,8 %), 2-м – 30 осіб (11,8 %) та 3-м – 30 осіб (11,8 %) курсами, лише респонденти 4 курсу – 38 осіб (14,9 %) показала незначну перевагу. Тож, ми можемо зазначити, що сором'язливість може впливати як на схильність особистості вважати досягнуті успіхи результатом власних якостей, проявом активності, впевненості в здатності досягати успіху на шляху

ху до власної цілі, так і на відмову вважати свої досягнення наслідком власних дій, які пояснюються результатом везіння або допомоги з боку інших людей

Аналіз шкали "Інтернальність у сфері міжособистісної взаємодії" показав, що переважна більшість респондентів, які роблять акцент на комунікативних процесах, становлять студенти 1 курсу – 18 осіб (7,0 %) та 2 курсу – 16 осіб (6,2 %) з високим рівнем сором'язливості. За нашим припущенням, для сором'язливої особистості саме комунікативна сфера є великою перешкодою на шляху до повноцінного становлення особистості. Страх оціночного ставлення, невпевненість у собі, занижена самооцінка, високий рівень тривожності призводять до самотності та соціальної ізоляції. Меншість, яку становлять студенти 3 курсу – 12 осіб (4,7 %) та 4 курсу – 12 осіб (4,7 %), визначається помірним пристосуванням до середовища студентської молоді.

Серед респондентів низького рівня сором'язливості було визначено меншість за 1 курсом – 8 осіб (3,1%) порівняно з 2-м – 16 осіб (6,2%), 3-м – 20 осіб (7,8%) та 4-м – 20 осіб (7,8%) курсами. Ми можемо зазначити, що для студентів першого курсу з низьким рівнем сором'язливості міжособистісна взаємодія не викликає ніяких труднощів – вони вільно спілкуються, встановлюють нові міжособистісні зв'язки, але, переходячи на старші курси, у них можливі незначні порушення в сфері комунікації, пов'язані з зухвалістю та авторитарністю у ставленні до одногрупників. У студентів з середнім рівнем сором'язливості було виявлено незначні показники впливу сором'язливості на сферу міжособистісної взаємодії (1,2,3 курс – 11,8 %; 4 курс – 14,1%), тобто, сором'язливість виступає тим фактором, який не має значного негативного впливу на можливість особистості відкрито, без страху оціночного ставлення висловлювати свою точку зору в студентському осередку.

Високий рівень тривожності являється однією з складових особистісних утворень сором'язливої особистості. Для дослідження рівня тривожності серед респондентів, ми використали опитувальник дослідження тривожності Ч.Д. Спілберґера – Ю.Л. Ханіна [7].

Аналізуючи отримані показники, ми визначили, що для респондентів з високим рівнем тривожності характерною виявилась перевага особистісної тривожності – 71 особа (28,0%) над реактивною – 15 осіб (6,0%), що визначає тенденцію сприймати певний діапазон ситуацій як загрозливих та небезпечних для особистості в контексті самооцінки та самоповаги. Студенти з низьким рівнем тривожності, показали перевагу реактивної тривожності – 90 осіб (35,4 %) над особистісною – 37 осіб (14,5 %), що визначає перевагу суб'єктивних емоцій (напруга, занепокоєння, стурбованість), які виникають за конкретної стресової ситуації. Серед студентів з

середнім рівнем тривожності було виявлено незначні розходження між особистісною – 146 осіб (57,4%) та реактивною – 149 осіб (58,6%) тривожністю. Тож можна припустити, що респондентам з середнім рівнем сором'язливості властиво перебувати в діапазоні двох полюсів – від заниженої самооцінки до стресового стану.

Низький рівень самооцінки та самовпевненості, наявність внутрішнього конфлікту, схильність до самозвинувачень – визначають особистісні утворення сором'язливої особистості. Застосувавши опитувальник по вивченню самоставлення В.В. Століна, С.Р. Пантелеєва [11], ми дослідили особистісні утворення за шкалами: №2 "самовпевненість", №5 "самоцінність", №8 "внутрішня конфліктність", №9 "самозвинувачення".

Аналіз результатів дослідження самоставлення студентів-психологів з різним рівнем сором'язливості дозволив нам виявити певну динаміку серед респондентів. Так, студенти з високим рівнем сором'язливості, за визначенням шкали №2 "Самовпевненість", показали перевагу низького рівня прояву самоставлення відповідно за курсами: 1 курс – 7 осіб (2,7%), 2 курс – 13 осіб (5,1%), 3 курс – 11 осіб (4,3%), 4 курс – 6 осіб (2,3%) над високим: 1 та 3 курси не виявлено жодного респондента (0%), 2 курс – 2 особи (0,7%), 4 курс – 2 особи (0,7%). Отже, можемо зазначити, що респондентам з високим рівнем сором'язливості властиво бути незадоволеними собою та своїми можливостями, вони постійно відчувають сумнів стосовно здатності викликати повагу у інших. Кардинально іншими є результати студентів з низьким рівнем сором'язливості за даною шкалою; так, показники високого рівня самоставлення за 1 курсом – 4 особи (1,5%), 2 курсом – 13 осіб (5,1%), 3 курсом – 12 осіб (4,7%) та 4 курсом – 6 осіб (2,3%) переважають над низькими показниками рівня самоставлення: за 1 курсом – 1 особа (0,3%), 2 курс – 1 особа (0,3%). На 3 та 4 курсах не виявлено жодного респондента (0%).

Отже, ми можемо говорити про високий рівень думки про себе, самовпевненість та відсутність внутрішньої напруги як характерологічної ознаки несором'язливої особистості. Серед респондентів з середнім рівнем сором'язливості було виявлено значну перевагу середнього рівня самовпевненості особливо у визначеннях студентів-психологів 4 курсу – 26 осіб (10,2%). Така перевага визначає не критичність сприймання своєї сором'язливості а навпаки, вона ототожнюється респондентами середнього рівня сором'язливості з захисним механізмом. На перших курсах навчання студенти-психологи з певною обережністю підходять до сфери комунікативної взаємодії, надалі, більш ретельно ознайомившись з однокурсниками, вони послаблюють (а інколи і повністю позбавляються) свої захисні механізми і досить самовпевнено поведуть себе в студентському середку.

За шкалою №5 "Самоцінність" серед студентів з високим рівнем сором'язливості переважно виявились показники низького рівня самоствавлення: 1 курс – 9 осіб (3,5%), 2 курс – 14 осіб (5,5 %), 3 курс – 7 осіб (2,7 %) та 4 курс – 11 осіб (4,3%) по відношенню до високого рівня самоствавлення: 1 курс – 2 особи (0,7%), 2 курс – 13 осіб (5,1%), 3 курс – 1 особа (0,3%) та 4 курс – 4 особи (1,5%). Отже, студентам з високим рівнем сором'язливості властиві сумніви стосовно цінності власної особистості, відчуженість, яка межує з байдужістю до власного "Я", втратою інтересу до власного внутрішнього світу. Натомість, у студентів з низьким рівнем сором'язливості, за даною шкалою, переважає високий рівень самоствавлення: 1 курс – 7 осіб (2,7%), 2 курс – 8 осіб (3,1%), 3 курс -13 осіб (5,1%) та 4 курс – 12 осіб (4,7%) по відношенню до низького рівня само ставлення: на 1 курсі -2 особи (0,7%), 2 курсі – 4 особи (1,5%), 3 курсі – 1 особа (0,3%) та 4 курсі – 1 особа (0,3%). Отже, ми можемо зазначити, що студенти з низьким рівнем сором'язливості проявляють зацікавленість до власного "Я", любов до себе, відчуття цінності власної особистості та одночасну цінність власного "Я" для інших. Аналізуючи показники респондентів з середнім рівнем сором'язливості, нами була виявлена перевага високого рівня самоствавлення: на 1 курсі – 21 особа (8,2%), 2 курсі – 10 осіб (3,9%), 3 курсі – 19 осіб (7,4%), 4 курсі – 14 осіб (5,5%) в контексті самоцінності власного "Я", тобто, для даних респондентів, характерно відчувати себе достатньо гармонійно у співвідношенні цінності власного "Я" та соціальним сприйняттям, вони впевнено висловлюють свою думку, не боячись отримати суспільну критику.

Результати дослідження за шкалою №8 "Внутрішня конфліктність" показали нам переважну більшість за високим рівнем самоствавлення серед респондентів високого рівня сором'язливості: на 1 курсі – 8 осіб (3,1%), 2 курсі – 8 осіб (3,1%), 3 курсі -11 осіб (4,3%) та 4 курсі -10 осіб (3,9 %), по відношенню до низького рівня само ставлення: на 1 курсі – 4 особи (1,5%), 2 курсі – 1 особа (0,3 %), 3 курсі – 6 осіб (2,3%) та 4 курсі – 1 особа (0,3%). Отже, студентам з високим рівнем сором'язливості характерна наявність внутрішньоособистісних конфліктів, сумнівів, тривожно-депресивні станів, які супроводжуються переживанням почуття провини. Респонденти з низьким рівнем сором'язливості виявили перевагу низького рівня самоствавлення: на 1 курсі – 4 особи (1,5%), 2 курсі – 11 осіб (4,3%), 3 курсі – 3 особи (1,1%) та 4 курсі – 8 осіб (3,1%) на протигагу високого рівня само ставлення: на 1 курсі – 1 особа (0,3%), 2 курсі – 1 особа (0,3%), 3 курсі – 1 особа (0,3%) та 4 курсі – 2 особи (0,7%). Отже, ми можемо зазначити, що студенти з низьким рівнем сором'язливості характеризуються схильністю до заперечення проблем, закритістю та самодостатністю. Серед студентів-психологів середнього рівня сором'язливості

було визначено перевагу низького рівня самоствавлення за даною шкалою: серед 1 курсу – 14 осіб (5,5%) 3 курсу – 15 осіб (5,5%), 4 курсу – 17 осіб (6,6%) по відношенню до 2 курсу – 9 осіб (3,5%). За нашим припущенням, з переходом на старші курси, збільшенням навантаження навчального процесу респонденти відчують тривожність, роздратованість та деяку розгубленість. Їм досить таки важко відповідати тим особистісним критеріям, які вони задали на початку навчального процесу, що спричиняє виникнення внутрішнього конфлікту.

За шкалою №9 "Самозвинувачення" студенти з високим рівнем сором'язливості становлять більшість за високим рівнем самоствавлення: на курсі – 8 осіб (3,1%), 2 курсі – 9 осіб (3,5%), 3 курсі – 8 осіб (3,1%) та 4 курсі – 6 осіб (2,3%) по відношенню до низького рівня самоствавлення: серед 1 курсу – 6 осіб (2,3%), 2 курсу – 2 особи (0,7%), 3 курсу – 1 особа (0,3%) та 4 курсу – 2 особи (0,7%). Отже, респондентам з високим рівнем сором'язливості властиво самозвинувачення, готовність поставити собі в провину власні невдачі та недоліки. Натомість, студенти з низьким рівнем сором'язливості показали перевагу низького рівня самоствавлення: серед 1 курсу – 6 осіб (2,3%), 2 курсу -12 осіб (4,7%), 3 курсу – 8 осіб (3,1%) та 4 курсу – 8 осіб (3,1%) над високим рівнем самоствавлення: серед 1 курсу – 1 особа (0,3%), 2 курсу – 1 особа (0,3%), 3 курсу – 2 особи (0,7%) та 4 курсу – 2 особи (0,7%). Отже, ми можемо зазначити, що студенти з низьким рівнем сором'язливості вирізняються високим оціненням власних якостей та досягнень. Респонденти з середнім рівнем сором'язливості показали перевагу низького рівня самоствавлення за даною шкалою: серед 1 курсу 21 особа (8,2%), 2 курсу – 14 осіб (5,5%), 3 курсу – 17 осіб (6,6%), 4 курсу – 24 особи (9,4%). Тобто, здатність до самозвинувачення у респондентів з середнім рівнем сором'язливості практично відсутня. Будь-які невдачі вони не сприймають як критичний стан, легко знаходять шляхи вирішення складних ситуацій та проблемних станів.

Особливості інтро-екстравертованої установки досліджувалися за допомогою опитувальника К.Г. Юнга [11].

Аналіз отриманих результатів дозволив нам провести певну аналогію серед студентів з різними рівнями сором'язливості. Так, у студентів з високим рівнем сором'язливості переважаючою виявилась інтровертованість – 44 особи (17,3%) над екстравертованістю – 10 осіб (4,0%) та амбівертованістю – 17 осіб (6,8%). Тож ми можемо зазначити, що респонденти з високим рівнем сором'язливості характеризуються рефлексивністю, сором'язливістю, прагненням до усамітнення. Кардинально іншими виявились показники студентів з низьким рівнем сором'язливості, де екстравертованість – 41 особа (16,2%) значно переважала над інтровертованістю – 5 осіб (2,0%) та амбівертованістю – 34 особи (13,3%) серед рес-

пондентів. Тож, студенти з низьким рівнем сором'язливості характеризуються відкритістю, комунікативністю, легкістю в побудові нових стосунків. Аналіз показників респондентів з середнім рівнем сором'язливості показав незначну відмінність інтровертів – 18 осіб (7,0 %) від екстравертів – 21 особа (8,2%), але значну відмінність за амбівертованістю – 64 особи (25,1%). Тож, респондентам даного рівня сором'язливості притаманне раціональне поєднання комунікативного процесу та усамітнення.

Висновки. Аналізуючи результати проведеного дослідження, ми можемо зазначити, що студенти-психологи з високим рівнем сором'язливості є невпевненими у собі, нерішучими особистостями, вони не володіють достатніми організаторськими та управлінськими якостями, авторитаризм у них зведений до мінімуму. Крім того, більшого акценту набувають такі прояви як нерішучість, поступливість, емоційна стриманість, схильність до підкорення та самоприниження. Рівень комунікативної сфери знижений, що, у свою чергу, призводить до звуження кола спілкування та самотності. Особистісна тривожність у представників високого рівня сором'язливості проявляється у формі відносно стійкої та потужної схильності сприймати загрозу своєму "Я" у будь-яких ситуаціях; реактивна тривожність проявляється у формі тривожного стану на будь-які соціально-психологічні стресори, а саме: очікування негативної оцінки з боку оточуючих, агресивної реакції, несприйняття та страх з приводу оціночного ставлення до себе. Відсутність вольових якостей, несамостійність є показником низького рівня самовпевненості. Сумніви в цінності власної особистості, відчуженість, яка межує з байдужістю до власного "Я", втрата зацікавленості до власного внутрішнього світу характеризує студентів-психологів високого рівня сором'язливості як особистостей з низьким рівнем самоцінності. Закритість, схильність до самозвинувачення, відсутність симпатії, яка супроводжується негативними емоціями на свою адресу, визначають високі показники внутрішньої конфліктності та самозвинувачення. Інтровертованість представників даної категорії є свідченням направленості на світ власних переживань, на неконтактність, неспроможність до ризику, високий рівень тривожності та ригідності.

Студенти з низьким рівнем сором'язливості характеризуються як: домінантні, енергійні, компетентні, впевнені, цілеспрямовані, дані особистості вважають досягнуті успіхи результатом власних якостей і проявів, відкриті, не закомплексовані, прагнуть і не бояться встановлювати нові комунікативні зв'язки. Особистості, яким не притаманний стан тривожності як емоційної реакції на стресову ситуацію, емоція напруги, занепокоєння, що супроводжується активацією вегетативної нервової системи у представників даної категорії, не викликає ніяких дискомфортних почуттів, вони готові до переживання страху та хвилювання з приводу великого

кола суб'єктивно значущих явищ, самостійні, вольові, самовпевнені, люблять бути в центрі уваги, імпульсивні, відкриті.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо в розробці психокорекційної програми для студентів-психологів, направленої на зниження рівня прояву сором'язливості та корекцію особистісних утворень, які виступають суттєвим важелем у формуванні сором'язливої особистості. З урахуванням всіх особливостей прояву сором'язливості (знижена самооцінка, високий рівень тривожності, порушення комунікативної сфери тощо) варто систематизувати зміст, форму та методи роботи із студентами-психологами у робочу програму, яка може бути застосована викладачами закладів вищої освіти в навчальному процесі сучасної вищої школи.

Список використаних джерел

1. Галигузова Н.Л. Психологический анализ феномена детской застенчивости. Вопросы психологии. 2000. №5. С. 28-38.
2. Добрович А. Б. Общение: наука и искусство. Москва, "Знание", 1978.
3. Зимбардо Ф. Как побороть застенчивость / Пер. с англ. Москва: АЛЬПИНА ПАБЛИШЕР, 2013. 308 с.
4. Изард К. Э. Психология эмоций. Санкт-Петербург.: Питер, 2011. 461 с.
5. Ильин Е.П. Психология воли. Санкт-Петербург: Питер, 2000. 288 с.
6. Кон И. С. Психология ранней юности: Книга для учителя. Москва: Просвещение, 1989. 255 с.
7. Корольчук М.С., Осьодло В.І. Психодіагностика / Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С. Корольчука. – Київ: Ельга, Ніка -Центр, 2007. 400 с.
8. Куницина В. Н. Межличностное общение. Санкт-Петербург: Питер, 2001. 544 с.
9. Оверченко А. І. Дослідження сором'язливості як характерологічної риси особистості в осіб юнацького віку. Науково-практичний та освітньо-методичний журнал. "Практична психологія та соціальна робота" Серія КВ №12489 – 1373 ПР від 19.04.2007 р. С. 64.
10. Платонов К. К. Краткий словарь системы психологических понятий: Учеб. пособие для учеб. заведений профтехобразования. 2-е изд., перераб. и доп. Москва: Высш. шк., 1984. 174 с.
11. Романова Е.С. Психодиагностика. 2-е изд. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 400 с.
12. Степаненко І.М. Психологічні особливості сором'язливості студентів-психологів. Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету: матеріали звітної науково-практичної конференції викладачів, докторантів та аспірантів факультету філософської освіти та

науки 15-19 травня 2017 року / Ред. рада І.І. Дробот (голова) та ін. – Київ: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. С. 137-140

13. Столяренко Л.Д. Основы психологии: Практикум / Л.Д.Столяренко, Ред. – сост. Изд-е 5-е. Ростов-на-Дону: изд-во "Феникс", 2004. 704 с.

14. Тихомиров А.В. Психология застенчивости. Методическое пособие. Екатеринбург : Изд-во дворец молодёжи, 1998. 68 с.

Spysok vykorystanykh dzherel

1. Halyhuzova N.L. Psykholohycheskyi analiz fenomena detskoï zastenchyvosty. Voprosy psykhohohy. 2000. №5. S. 28-38.

2. Dobrovych A. V. Obshchene: nauka y yskusstvo. Moskva, "Znanye", 1978.

3. Zymbardo F. Kak poborot zastenchyvost / Per. s anhl. Moskva: ALPYNAPABLYShER, 2013. 308 s.

4. Yzard K. Э. Psykhohohyia emotsyi. Sankt-Peterburg : Pyter, 2011. 461 s.

5. Ylyn E. P. Psykhohohyia voly. Sankt-Peterburg : Pyter, 2000. 288 s.

6. Kon Y. S. Psykhohohyia rannei yunosty: Knyha dlia uchytelia. Moskva: Prosveshchene, 1989. 255 s.

7. Korolchuk M. S., Osodlo V. I. Psykhodiahnostyka / M. S. Korolchuk., V. I. Osodlo, Navchalnyi posibnyk dlia studentiv vyshchyyk hnavchalnykh zakladiv / Zazah. red. M. S. Korolchuka. Kyiv: Elha, Nika -Tsentr, 2007. 400 s.

8. Kunytsyna V. N. Mezhylychnostnoe obshchene. – Sankt-Peterburg: Pyter, 2001. 544 s.

9. Overchenko A. I. Doslidzhennia soromiazlyvosti yak kharakterolohichnoi rysy osobystosti v osib yunatskoho viku. Naukovo-praktychnyi ta osvithno-metodychnyi zhurnal. "Praktychna psykhohohyia ta sotsialna robota" Serii KV №12489 – 1373 PR vid 19.04.2007 r. S. 64.

10. Platonov K. K. Kratyky slovar systemy psykhohohycheskykh poniaty: Ucheb. Posobyе dlia ucheb. Zavedenyi proftekhobrazovanyia. 2-e yzd., pererab. y dop. / K. K. Platonov. Moskva: Vyssh. shk., 1984. 174 s. .

11. Romanova E. S. Psykhodyahnostyka. / 2-e yzd. Sankt-Peterburg: Pyter, 2008. 400 s.

12. Stepanenko I. M. Psykhohohichni osoblyvosti soromiazlyvosti studentiv-psykhohohiv. Yednist navchannia i naukovykh doslidzhen – holovnyi pryntsyv universytetu: materialy zvitnoi naukovo-praktychnoi konferentsii vykladachiv, doktorantiv ta aspirantiv fakultetu filosofskoi osvity ta nauky 15-19 travnia 2017 roku / Red. rada I. I. Drobot (holova) tain. Kyiv: Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, 2017. S. 137-140

13. Stoliarenko L. D. Основы психологии: Практикум/ Yzd-e 5-е. Ростов n /D: yzd-vo "Fenyks", 2004. 704 s.

14. Tykhomyrov A. V. *Psykholohyia zastenchyvosty. Metodycheskoe posobyе.* Ekaterynburh : Yzd-vodvore molodězhy, 1998. 68 s.

I.M. Stepanenko. Psychological peculiarities of the shyness personality formation samong future psychologists. *The article provides a theoretical analysis of the concept of "shyness", an empirical study of the levels and personal formations of shy persons. The basic personality formations of shy personalities (high level of anxiety, internal locus of control, subordinate type of behavior, presence of internal conflict, tendency to self-blame, doubts about the value of one's self, low level of self-confidence, introvertedness) were revealed and analyzed in context distribution of shyness.*

The need to create a psycho-corrective program for psychology students aimed at reducing the level of shyness and correction of personal education was noted.

Keywords: *shyness, levels of shyness, high level of anxiety, internal locus of control, subordinate type of behavior, internal conflict, self-blame, self-worth, low level of self-confidence, introversion.*

УДК 159.9.019.4 – 047.37

Д.Д. Сушко

НАУКОВІ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ ФЕНОМЕНА СПІВЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ

Д.Д. Сушко. Наукові інтерпретації феномена співзалежної поведінки. *Статтю присвячено розгляду феномена співзалежної поведінки особистості в умовах сьогодення у зв'язку з ростом поширеності залежності, зокрема хімічної, інших видів адиктивної поведінки. Профілактика та подолання співзалежності належить до актуальних медико-соціальних завдань. У сучасному українському суспільстві співзалежна поведінка є соціально поширеним явищем, виступає головним чинником ризику формування залежної поведінки в осіб, від яких емоційно залежать співзалежні. Підкреслюється, що феномен співзалежності ще недостатньо досліджений науковцями; в медичній, соціальній чи сімейній психології немає єдиного визначення поняття співзалежності, його лише описують як складний характерологічний феномен.*

У статті визначено актуальність проблеми "співзалежності" як предмету наукового пошуку: вказано на необхідність визначення "співзалежності" як наукової категорії у соціальному і психологічному вимірах, дослідження "співзалежності особистості" як феномена психології; визначення особливостей прояву, критеріїв співзалежності особистості, умов і механізмів формування співзалежної поведінки; акцентована потреба розробки діагностичного комплексу, який дав би можливість різносторонньо дослідити вказаний феномен. Розглянуто підходи до визначення поняття співзалежності у вітчизняній та зарубіжній літературі. Проаналізовано характерні особливості цього феномена на основі огляду особливостей його трактування у працях психологів науковців і практиків.