

конструктивной жизненной позиции личности.

Ключевые слова: жизненная позиция, базисные убеждения, экзистенциальная наполненность (смысл жизни), смыслопотеря, личное отчуждение, субъект - объектные ориентации.

Tavrovetska N.I. Constructs of a person's life position as resistance to life crisis. The article is devoted to the analysis of the main components of the individual's life position. The author gives her own vision of a constructive life position of the individual, who can effectively solve a variety of crisis situations. The author emphasizes that it is precisely in crisis life periods, that a fundamental change in the individual's attitude of life takes place, when a person realizes / does not realize his sense of existence, loses stable perceptions of himself and others, the impossibility of realizing vital values, strategies and expectations.

The article states that during the transformation of life position, its constructive components are affected: basic beliefs (for the sake of achieving a sense of security, the individual constructs life experience on the basis of the implicit internal structure of persistent beliefs), existential fullness (an integral characteristic of the individual associated with a sense of fullness of sense of life), semantic loss / personal alienation (violation of semantic connections in the structure of the individual's lifeworld), subject - object orientations in life situations (person's ability to realize his own internal activity). The author highlights that the correction / development of these constructs can be both conditions and the result of a constructive attitude of the individual's life position.

Keywords: life position, basic beliefs, existential fullness (sense of life), semantic loss, personal alienation, subject - object orientations

УДК 159.9

ТИРОН О.М.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри іноземних мов за професійним спрямуванням Державного університету інфраструктури та технологій, м Київ.

КОРОТКОСТРОКОВІ ДРУЖНІ СТОСУНКИ ЯК ФОРМА МІЖСОБИСТІСНИХ КОНТАКТІВ У МАЛИХ НЕФОРМАЛЬНИХ ГРУПАХ

Тирон О.М. Короткострокові дружні стосунки як форма міжособистісних контактів у малих неформальних групах. В статті теоретично обґрунтовано доцільність формування уміння встановлювати дружні стосунки для успішної професійної діяльності. Узагальнено, що процес встановлення таких стосунків пов'язаний із потребою належності до групи, необхідністю соціальної підтримки, потребою у спілкуванні. Визначено етапи розвитку дружніх стосунків, принципи їх формування, фактори впливу на ефективність їх розвитку. Це дало можливість зрозуміти, які уміння та навички потребують формування та корекції.

Специфіка професійної діяльності, коли індивід взаємодіє у ситуації ізоляції на обмежений період часу, дозволило виокремити окремий психологічний феномен – короткострокові дружні стосунки. Дослідження їх перебігу проведено серед представників різних екіпажів морського флоту. Виокремлено специфічні труднощі в процесі розвитку таких стосунків.

Ключові слова: *короткострокові дружні стосунки, мала неформальна група, спеціалісти екстремальних професій, потреби в афіляції, спілкуванні та соціальній підтримці.*

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими практичними завданнями. На нашу думку, необхідність розвивати вміння встановлювати короткострокові дружні стосунки зумовлено особливостями «екстремальних» професій та професійної діяльності, яка передбачає існування формальної групи, що формується на обмежений у часі період роботи (робота над певним цивільним, військовим, а в нашому випадку – «морським» проектом). Психолого-педагогічна література досить широко розкриває поняття дружби, міжособистісного та ділового спілкування, міжособистісної взаємодії, але поняття «короткострокові дружні стосунки» не досить розроблене з точки зору педагогічної психології. Ми розуміємо вміння як елементи діяльності, що дозволяють що-небудь робити з високою якістю, точно і правильно виконувати яку-небудь дію чи операцію. Тому постає питання, які дії необхідно виконувати для ефективного встановлення короткострокових дружніх стосунків. Результати дослідження цього сприятимуть психолого-соціальній адаптації спеціалістів екстремальних професій, які працюють в закритих (ізольованих) просторах в обмежений період часу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ми досліджуємо короткострокові дружні стосунки як форму міжособистісних стосунків в малих неформальних групах під час професійної діяльності, тому, насамперед, нас цікавили психологічні дослідження взаємодії особистостей у трудових колективах (Г. Андрєєва, Б. Ломов, М. Обозов, Л. Е. Орбан-Лембрик, Б. Д. Паригін, А. Петровський, та ін.), дослідження процесів управління персоналом (Л. Карамушка, Л. Почебут, В. Чікер, Е. Шейн та інші). До проблеми вибору друзів та ролі атракції у процесі зав'язування дружніх стосунків зверталися В. Кон, Д.Кендел, С.Максименко, В.Фомічов та інші. Доточними до нашої теми стали дослідження малих груп (Дж. Кемпбел, К. Левін, Дж. Л. Морено та інші).

Мета статті – визначити поняття «короткострокові дружні стосунки» з точки зору педагогічної психології, з'ясувати з яких компонентів, що можуть формуватися та підлягати корекції, складаються короткострокові дружні стосунки, виявити фактори, які впливають на ефективність їх встановлення та систематизувати утруднення, які виникають при їх встановленні.

Науково-теоретичною основою вирішення вище зазначених задач стали: 1) теорії створення та розвитку малих неформальних груп

(А.Петровський, В. Такмен, Н. Обер), розвиток групи в екстремальних умовах (М.Новіков), емоційна динаміка групоуторення (І. Волков); 2)теорії міжособистісних стосунків (С.Дак, Р.Гілмур, В. Шутц, Д. МакКлелланд); 3) теорія міжособистісної атракції (Д.Бірн, Р. Берон, Б. Джонсон); 4) теорія соціального порівняння (Л. Фестінгер).

Виклад методики і результатів досліджень. Людина за своєю природою побудована таким чином, що вона схильна шукати міжособистісних контактів з іншими людьми. Американський психолог В. Шутц запропонував власну теорію міжособистісних стосунків та сумісності (Фундаментальна орієнтація міжособистісних стосунків). Вчений виділяє три фактори, які пояснюють поведінку людей при взаємодії та впливають на групову сумісність, а саме: «включеність», «контроль» та «афектація». В. Шутц створив методику виявлення проявленості цих факторів. Включеність він трактує як бажання бути залученим до товариства, виокремленим серед інших, перебувати в центрі взаємодії. Контроль – це бажання контролювати інших, а також бути чи не бути контрольованим [9]. Афектація – це потреба в побудові близьких емоційних стосунків з іншими людьми. При цьому виникає потреба відчувати свою здатність любити й викликати любов інших. Дотичним до нашого дослідження стало визначення чотирьох типів афектної поведінки:

– емоційно дефіцитний тип (уникає близьких контактів, намагається підтримувати контакти на дистанційному рівні та задовольняється аналогічним відношенням до себе);

– емоційно надмірний тип (відкрито намагається завоювати схвалення, підтримує приятельські стосунки з усіма членами групи та намагається унеможливити їх намагання встановлювати дружні стосунки з кимось ще. Такі люди, як правило, володіють гострою реакцією, їх вчинки мотивуються сильною потребою в прихильності, вони мають більш-менш виражене почуття ворожості, засноване на підсвідомому передчутті відмови, відчуження з боку оточення).

– емоційно врівноважений тип (однаково добре відчувається в ситуації, що вимагає тісних емоційних зв'язків, і там, де потрібно емоційну віддаленість, дистанційність. Якщо його не люблять, він здатний визнати цей факт спокійно, як результат конкретно створених відносин з конкретно людиною. Підсвідомо він відчуває, що привабливий для тих, хто його добре знає, що він здатний вселити справжню прихильність і любов).

– патологія (труднощі в цілому призводять до неврозів).

Згідно з цією теорією ми робимо узагальнення, що сила бажання (потреба) мати дружні стосунки в індивідів виявляється згідно з емоційним типом до якого належить індивід; формувати уміння встановлювати дружні стосунки необхідно з урахуванням емоційного типу індивіда.

Індивід, який вступає у дружні стосунки з іншим індивідом чи членами малої неформальної групи, очікує отримати позитивну оцінку своїх зовнішніх та внутрішніх якостей, таким чином індивід очікує на соціальну підтримку. Підтвердженням цієї думки стала висунута Л. Фестінгером теорія

процесу соціального порівняння, відповідно до якої людина здебільшого оцінює себе та свою поведінку, порівнюючи з іншими людьми та їх поведінкою. Відповідно до цієї теорії, при відсутності об'єктивних стандартів для оцінки своїх особистісних рис і якостей людина шукає інших людей, щоб через порівняння з ними оцінити себе. Якщо у нас немає об'єктивного стандарту, то ми покладаємося на думку оточуючих про нашу зовнішність, здібності, думки щодо кого - небудь або чого-небудь та про почуття, які ми відчуваємо. На думку Л. Фестінгера, особа орієнтується на зовнішність, здатності, думки й почуття інших людей, тобто на соціальне оточення, тому соціальна підтримка важлива для життєдіяльності особистості. Таким чином індивід шукає дружніх стосунків для відчуття підтримки з боку інших людей [2].

Американський вчений Д. МакКлелланд виокремив мотиви у діяльності індивіда, а саме: мотивація досягнення – потреба в успішності; мотивація афіліації (потреба налагоджувати гарні стосунки із оточуючими людьми) – потреба у приналежності; мотивація влади – потреба у владі. Індивіди з вираженою потребою у приналежності зацікавлені у налагодженні дружніх стосунків та охоче надають допомогу іншим. Вони є хорошими «інтеграторами», вміють налагоджувати нормальні відносини у колективі, можуть усувати конфлікти із клієнтами. Люди із розвинутою потребою в афіліації вміють «приєднатися» до групи та володіють навичками ефективного спілкування. Афіліація виявляється у прагненні бути в спілкуванні з іншими людьми, взаємодіяти з оточуючими, давати комусь допомогу і підтримку і приймати її від іншого. Позитивні відносини з найбільшою ймовірністю виникають між двома людьми, якщо кожен з них має високу потребу в афіліації (бути прийнятим іншими). Таким чином, до умінь, необхідних для встановлення дружніх стосунків ми відносимо вміння приєднатися до групи.

На нашу думку, індивід завжди має вибір з ким із членів неформальної групи вступати в дружнє спілкування, навіть у ситуації ізоляції індивід має вибір. Міжособистісна атракція за визначенням Д.Мак-Колла відрізняється від формальних взаємин тим, що в ній присутнє «Я», яке бажає встановлення взаємних особистих активних стосунків з «Іншим» на основі позитивної прив'язаності до нього. В. Кон [6] за причини вибору партнера для дружніх стосунків називає: потреби суб'єкта, що спонукають його обирати того чи іншого партнера; властивості партнера, що стимулюють інтерес або симпатію до нього; особливості процесу взаємодії, що сприяють виникненню і розвитку парних відносин; об'єктивні умови такої взаємодії (наприклад, приналежність до спільного кола спілкування, групова солідарність). С. Максименко вважає атракцію першоосновою нужду, що породжує прихильність, дружбу та кохання [8].

В соціальній психології існують дослідження, які доводять, що просторова близькість і потяг до спілкування сприяють виникненню атракції. Атракція може відбуватися на візуально-аудіальному рівні, коли нам приємно бачити та чути партнера, на емоційному, коли ми відчуваємо

позитивні відчуття поруч з певною особою або в певній групі та інтелектуальному, коли взаємовідносини викликають інтерес, сприяють розвитку та базуються на схожості установок у відношенні до важливих об'єктів.

Теорія атракції не тільки пояснює що нас вабить у «Іншому», але й дає простір для маніпуляцій. Так, коли людина чує, як виражають погляди, що збігаються з її власними поглядами, це впливає на неї позитивно, а такі, що не збігаються, це діє на неї негативно. До маніпуляцій можна вдаватися на візуально-аудіальному рівні – підстроювати акустичні характеристики голосу, жести, одяг, зачіску (вдаватися до конвергенції). Розуміння як зароджується атракція необхідно на етапі знайомства чи «входження» у групу, але ми не радимо вдаватися до маніпуляцій, тому що перше враження треба буде підтримувати, і якщо це враження не відповідає вашому «Я», це призведе до психологічного дисонансу.

Зв'язок етапів розвитку малих неформальних груп з етапами розвитку міжособистісних стосунків. Потяги та потреби індивіда спонукають його до входження в малі неформальні групи. Деякі професії, які часто називають екстремальними, потребують вивчення соціально-психологічних питань етапів розвитку малих груп в замкнених системах проживання. М. Новиков дійшов висновку, що особливістю спілкування в замкнених системах проживання є практична обов'язковість трьох основних стадій: ознайомлення, дискусій і рольових орієнтацій [10].

Прикладом схеми, що відбиває власне емоційну динаміку групоутворення, є послідовність фаз розвитку міжособистісного контакту, яку намічено І. Волковим. Ґрунтуючись на матеріалах психологічних досліджень у сфері міжособистісного спілкування, соціальної перцепції і групових відносин, він виділяє:

- 1) фазу первинного сприйняття і пізнання, що має результатом формування першого враження про партнера;
- 2) фазу зближення, спрямовану на формування оцінки й самооцінки, розвиток рефлексивних відносин, актуалізацію установки на спільну дію;
- 3) фазу спільної дії, що ведуть до прийняття міжособистісних ролей і визначення статусу в спілкуванні;
- 4) фазу зчеплення, що характеризується зміцненням почуття спільності «Ми» [3].

Саме таке розуміння етапів розвитку малих груп дозволило розглядати подібні фази розвитку дружніх стосунків в таких групах: 1) знайомство; 2) атракція; 3) дружнє спілкування; 4) спільні дії; 5) зміцнення стосунків.

Стосунки в групах закономірно змінюються. Спочатку, на першому етапі групового розвитку, вони бувають відносно байдужими (люди, які не знають або погано знають одне одного, не можуть визначено ставитися одне до одного), потім можуть стати конфліктними, а за сприятливих умов перетворюються в дружні.

Міжособистісні взаємини в групі можна розглядати в статиці, в тому вигляді, в якому вони сформувалися на даний момент часу, та в динаміці,

тобто в процесі розвитку. Динаміка розвитку міжособистісних стосунків в континуумі проходить кілька етапів: знайомство, приятельські, товариські та дружні стосунки. Процес послаблення міжособистісних стосунків має таку ж динаміку. [11]. Динаміка ж розвитку короткострокових міжособистісних стосунків трохи інша: знайомство, дружні стосунки та різке закінчення без динаміки їх послаблення. З дитинства індивіда навчали зав'язувати дружні стосунки, які переростають у дружбу, тож потрапивши у ситуацію, коли трактування дружніх стосунків не такі, які були виховані з дитинства, індивід відчуває суперечність між раніше надбаними вміннями та новими вміннями, які ще не сформовані, але необхідні.

Стадійність розвитку малих груп та міжособистісних взаємин в малих неформальних групах дозволило виділити такі етапи розвитку «короткострокових дружніх стосунків»: 1) знайомство; 2) підтримання та розвиток; 3) вихід та рефлексія.

Підтримання дружніх стосунків відбувається через спілкування. Спілкування, як і будь-яка інша форма активності людей, має свої мотиви. Мотиви спілкування – явища міжособистісного, взаємного порядку, тому що прагнення до спілкування з одного боку повинне зустріти аналогічне прагнення інших або хоча б доброзичливий відгук. Є. Іл'їн зазначає, що вступ в довірче спілкування вимагає подолання деякого психологічного бар'єра у зв'язку з тим, що «розкриття» себе зв'язано з певним ризиком. Тому для початку довірчого спілкування необхідні деякі специфічні умови:

а) потреба «виговоритися» як пусковий фактор виникнення довірчого спілкування;

б) поведінка співрозмовника, яка сприяє такому спілкуванню, а саме: його відкритість, вияв уваги, доброзичливість, щирість, зацікавленість та проста згода вислухати [4].

Спілкування може мати короткостроковий та довгостроковий характер. Під короткостроковим спілкуванням ми розуміємо одну чи кілька бесід. Якщо ви підтримуєте спілкування певний період часу – спілкування довгострокове, яке часто переростає у дружні стосунки. Таким чином, довгострокове спілкування є одиницею дружніх стосунків, які також можуть бути короткостроковими та довгостроковими. Довгострокові переростають у дружбу, короткострокові обмежені в часі через об'єктивні причини (повна відсутність контактів на певній території у певний час).

До базових принципів побудови короткострокових дружніх стосунків відносимо: вільний вибір, довіра та «поміркована» чесність.

Можливість вибору. Зайнявши проактивну поведінку [5], ви самі обираєте модель побудови дружніх стосунків, ви обираєте до якої неформальної групи приєднатися, враховуючи свої інтереси, вигоди. Якщо ви відчуваєте потяг до лідерства, це притаманне вашому характеру, ви формуєте свою малу неформальну групу. Якщо вам більш комфортно, психологічно зручно зосереджуватися на професійній діяльності, а взаємовідносини не мають рушійного значення – займіть реактивну позицію,

дружні стосунки самі знайдуть вас. Тож, ваш вибір залежить від вашої активності.

Довіра. Тут ми говоримо про довіру до партнера та здібності викликати довіру. У ефективних міжособистісних стосунках ваш вигляд, слова та дії мають викликати довіру. І саме як відповідь на довіру, яку ви викликаєте, можна розраховувати на довіру від інших членів малої неформальної групи до якої ви приєдналися. Виявом довіри вважається довірче спілкування. В. Куніцина виділяє наступні стадії довірчого спілкування [7]: 1) стадія соціальної перцепції, пов'язана з процесом переробки та інтерпретації отриманої інформації; 2) стадія формування міжособистісних відносин. Тут відбувається поступове досягнення згоди, прийняття та поділу позицій (когнітивний компонент); отримання емоційної підтримки, схвалення (емоційний компонент); прагненні домогтися прийняття себе як особистості (стадія саморозкриття, особистісний компонент); 3) стадія стабілізації міжособистісних відносин, що має на меті встановити оптимальний міжособистісний контакт. Важлива роль в процесі довірчого спілкування належить механізму обміну довірою.

«Поміркована» чесність (М. Макиавеллі). Чесність – моральна якість індивіда, яка сприяє підтримуванню дружніх стосунків. Чесність у дружніх стосунках – це чесність у дотриманні обіцянок (беззаперечна чеснота), інформаційна (надання правдивої інформації, щоб не «заплутатися у брехні», не втратити довіру) та оцінювальна (коли ви надаєте суб'єктивну оцінку партнерові). Говоримо про «помірковану» чесність, тому що інколи інформація, яка стосується «Іншого» може розкривати неприємні таємниці, бути образливою. Ваша відверта оцінка партнера за різними факторами може його образити. Бути поміркованим у чесності – прораховувати її наслідки. Ваша оцінка суб'єктивна, ви, можливо, знаходитеся під впливом стереотипів. Дослідження феномена стигми (клейма, ярлика) показує, що негативні асоціації з'являються також легко, як і позитивні. Стигма – це будь-яка характеристика людини, яку деякі люди сприймають негативно – раса, вік, іноземний акцент, фізичний недолік або що-небудь ще. Чесність може бути кращою політикою, але не обов'язково є кращою стратегією в спілкуванні з іншими людьми, якщо ви під впливом стигми [2].

М. Аргайл і М. Хендерсон [1] шляхом опитування встановили загальні правила поведінки, які вважаються найбільш важливими для продовження дружніх відносин та недотримання яких призводить до їх розриву. Тож можемо сформулювати практичні поради як підтримувати дружні стосунки:

- виявляти емоційну підтримку;
- виявляти довіру;
- не пліткувати про інших;
- не критикувати в присутності інших;
- бути толерантним до всіх членів групи;
- зберігати таємниці;
- не бути нав'язливим, поважати автономію інших членів групи;
- бути приємним у спілкуванні.

Питання соціально-психологічної адаптація моряка намагаються вирішити на організаційному рівні. Так, сучасні кораблі обладнані медійними засобами, які надають можливість виходити на зв'язок з родинами та друзями, але таке спілкування не задовольняє повною мірою потребу особистості у спілкуванні, самовиявленні та самореалізації. Саме тому з перших днів перебування на судні моряк має не тільки ознайомитися із судном, своїми професійними обов'язками, а також познайомитись з екіпажем та продемонструвати готовність до встановлення дружніх стосунків.

Ми досліджували особливості короткострокових дружніх стосунків на прикладі студентів-практикантів, які проходили плавальну практику в екіпажах морського торговельного флоту. Методом емпіричного дослідження слугували спостереження, індивідуальні бесіди та тестування. *Проведено перший етап дослідження – вивчення теоретичного матеріалу та отримання первинної інформації від досліджуваних про їх досвід налагодження дружніх стосунків у рейсі.*

Якість виконання професійних задач залежить від багатьох факторів, один з яких – морально-психологічний клімат на судні. В процесі життєдіяльності члени екіпажу вступають у міжособистісні відносини, які можуть бути дружніми, товарицькими, діловими, ворожими та ін.

Екіпаж корабля являє собою малу формальну групу, де ролі підпорядковуються згідно з рангами. В процесі рейсу формуються малі неформальні групи, які об'єднують членів екіпажу на основі атракції, спільних цінностей, поглядів, переконань та інтересів.

Серед умов життєдіяльності моряків можна виділити кілька найбільш важливих факторів: проживання в екіпажі; субординація; регламентація діяльності тимчасовими рамками; ізоляція від звичних соціальних контактів позбавлення можливості постійного спілкування з батьками та друзями; вимушена необхідність взаємодії один з одним при вирішенні повсякденних побутових питань та при виконанні службових завдань, яка супроводжується необхідністю протистояти психологічному тиску, як з боку офіцерів, так і з боку неформальних лідерів; сенсорна й емоційна депривація в умовах перебування у відкритому морському просторі під час багатомісячних рейсів. Таким чином, потрапивши на судно, моряки потрапляють в нове соціальне середовище, родинні, дружні та ділові стосунки залишаються на березі.

Практика формування екіпажу на судні ставить перед моряком такі задачі щодо можливості формування дружніх стосунків:

- участь у формуванні нової неформальної групи, якщо екіпаж сформовано на певний рейс;

- приєднання до однієї з вже сформованих неформальних груп, якщо моряк приєднується до формальної групи (екіпажу) під час рейсу.

Для успішного виконання цих задач необхідно сформувані такі вміння: лідерства – на випадок бажання сформувати нової неформальну групу; вміння приєднуватися до вже сформованої неформальної групи. Міжособистісні стосунки складаються в реальних умовах життя та діяльності

моряків, у процесі їх взаємодії. Важливий вплив на ефективність їх взаємодії справляє психологічний чинник – ставлення членів екіпажу одне до одного, психологічна та практична готовність до співпраці.

Саме особливості праці моряка та об'єктивні вимоги до терміну контракту максимум на 8 місяців спонукала нас ввести в обіг поняття «короткострокові дружні стосунки». Вивчення теоретичного матеріалу, результати індивідуальних бесід та опитування надало можливість виокремити три стадії розвитку короткострокових дружніх стосунків:

- 1) формування нової або приєднання до малої неформальної групи, що вже існує;
- 2) підтримання та розвиток;
- 3) вихід та рефлексія.

Досліджувані зазначили, що найбільш труднощів виникають на етапі «входження» та «виходу» з групи. Ми вважаємо, що подолати утруднення першого етапу формування «короткострокових дружніх стосунків» допоможуть знання з теорії атракції, розуміння потягів до групової належності та спілкування. Але етап «виходу» з таких стосунків досить складний. Саме на цьому етапі досліджувані схильні робити помилки, відчувають дискомфорт, переживають відчуття втрати. На нашу думку, на цьому етапі доцільно вдатися до рефлексії. Рефлексія в психології спрямована на самоаналіз. Вона проявляється в оцінці своїх вчинків, думок і подій. Специфіка професії через деякий час поставить задачу встановлювати нові «короткострокові дружні стосунки», тому помилковою є намагання шукати продовження таких стосунків. Кожні нові стосунки змінюють вас, і тому, як корекцію психологічного дискомфорту, ми радимо вдатися до аналізу своєї поведінки, здобутків та втрат у цих стосунках. Як результат, наступні, викликані професійною необхідністю, «короткострокові дружні стосунки» будуть ефективнішими. Ефективні «короткострокові дружні стосунки» сприяють саморозвитку, запобігають таких психічних станів як страх, тривога та самотність. Глибина вашої рефлексії буде залежати від ваших перцептивних вмій.

Ми дійшли висновку, що для формування уміння будувати «короткострокові дружні стосунки» необхідно розвивати навички сфери атракції (перше враження, вибір партнера), сфери підтримки дружніх стосунків (ефективне спілкування, вміння викликати довіру, розуміння чесності), сфери рефлексії (самоаналіз та перцептивні вміння).

Висновки і подальші перспективи досліджень. Короткострокові дружні стосунки – форма особистісної взаємодії, що базується на принципах вільного вибору, довіри та поміркованої чесності, задовольняє потяги до групової належності, спілкування та соціальної підтримки, протікає обмежений період часу у малій неформальній групі та зумовлені професійною необхідністю.

Потреба встановлювати дружні стосунки варіюється згідно з емоційним типом до якого належить індивід, тому формувати навички встановлювати дружні стосунки необхідно з урахуванням емоційного типу.

Розуміння як зароджується атракція необхідно на етапі знайомства чи «входження» у групу, але ми не радимо вдаватися до маніпуляцій, тому що перше враження треба буде підтримувати, і якщо це враження не відповідає вашому «Я», це призведе до психологічного дисонансу.

Стадійність розвитку малих груп та міжособистісних взаємин в малих неформальних групах дозволило виділити такі етапи розвитку «короткострокових дружніх стосунків»: 1) знайомство; 2) підтримання та розвиток; 3) вихід та рефлексія.

Ми дійшли висновку, що для формування уміння будувати «короткострокові дружні стосунки» необхідно розвивати навички сфери атракції (перше враження, вибір партнера), сфери підтримки дружніх стосунків (ефективне спілкування, вміння викликати довіру, розуміння чесності), сфери рефлексії (самоаналіз та перцептивні вміння).

Динаміка розвитку короткострокових міжособистісних стосунків включає такі етапи: знайомство, дружні стосунки та різке закінчення без динаміки їх послаблення.

Ефективні «короткострокові дружні стосунки» сприяють саморозвитку, запобігають таких психічних станів як страх, тривога та самотність.

Окремого вивчення потребують питання вивчення особливостей встановлення короткострокових дружніх стосунків у неформальній малій групі, члени якої належать до різних національностей.

Список використаних джерел

1. Аргайл М. Психология счастья / М. Аргайл. – М.: «Прогресс», 1990. – 336 с.
2. Бэрн Р.А. Социальная психология: ключевые идеи / Р.А. Бэрн, Д. Бирн, Т. Д. Блэйр. – 4-е изд. пер. с англ. А. Дмитриева, М. Потапова. – СПб.: «Питер Принт», 2003. – 512 с.
3. Волков И. П. Межличностный контакт как психологическая основа группообразования / И.П.Волков // Вопросы психологии познания людьми друг друга и общения; отв. ред. О. Г. Кукосян. Краснодар: КГУ, 1978. – 29–35 С.
4. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений / Е.П. Ильин.– СПб.:Питер, 2013.– 576 с.
5. Кові С. Р. 7 звичок надзвичайно ефективних людей / С.Р. Кові; Переклад з англ. О.Любенко. 3 вид. – Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2018. – 384 с.
6. Кон И.С. Дружба / И.С. Кон. – СПб.: Питер, 2005. – 330 с.
7. Куницына В.Н. Нарушения, барьеры, трудности межличностного неформального общения: дис. д-ра психол. наук: 19.00.05 / В.Н. Куницына. – СПб., 1991. – 358 с.
8. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості / С. Д. Максименко. – К.: ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.
9. Москаленко В.В. Соціальна психологія: підручник, вид. 2-ге, випр. та доп. / В.В. Москаленко. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 688 с.

10. Новиков М. А. Психофизиологические и экопсихологические аспекты межличностного взаимодействия в автономных условиях//Проблемы общения в психологии под ред. Б.Ф. Ломова / М.А. Новиков. – М.: Изд-во Наука, 1981. – 178–217 С.
11. Психология XXI века: учебник для вузов / под ред. В.Н. Дружинина.– М.: ПЕРСЭ, 2003. – 863 с.

References transliterated

1. Argyle, M. (1990). *Psikhologiia schastia* [Psychology of happiness]. M. 336 p. (in Russian)
2. Baron, R. A., Byrne, D., Blair, T. J. (2003). *Sotialnaia psikhologiia* [Exploring Social Psychology] 4-th edition. SPb. 512 p. (in Russian)
3. Volkov, I.P.(1978) *Mezhlichnostniy kontakt kak psikhologicheskaiia osnova gruppooobrazovaniia* [Interpersonal Communication as the basis of groupformation]. Krasnodar., pp. 29–35 (in Russian)
4. Ilin, E.P. (2013) *Psikhologiia obshcheniia i mezhlichnostnykh otnoshenii* [Psychology of communication and interpersonal relationships]. SPb. 576 p. (in Russian)
5. Covey, S.R. (2018) *7 zvichok nadzvychaio efektyvnykh ludei* [The 7 Habits of Highly Effective People]. H. 384 p. (in Ukrainian)
6. Kon, I.S. (2005) *Druzhba* [Friendship]. SPb. 576 p. (in Russian)
7. Kunitsyna, V.N. (1991). *Narusheniia, ,bariery, trudnosti mezhlichnostnogo neformalnogo obshcheniia* [Violations, barriers, difficulties of interpersonal informal communication: dis. Dr. psychol. Sciences: 19.00.05]. SPb. 358 p. (in Russian)
8. Maksymenko, S.D. (2006). *Geneza zdiysnennia osobystosti* [Genesis of personality's realization]. K. 240 p. (in Ukrainian)
9. Moskalenko, V.V.(2008). *Sotsialna psykholgia: pidruchnyk, 2 vyd. add.* [Social psychology: textbook]. K. 688 p. (in Ukrainian)
10. Novikov, M.A. (1981) *Psikhofiziologicheskie I ekopsikhologicheskie aspekty mezhlichnostnogo vzaimodeistvia v avtonomnykh usloviyah/Problemy obshcheniia v psikhologii red. B.F. Lomov* [Psycho-physiological aspects of interpersonal interaction in autonomous conditions in collection Problems of communication in psychology, ed. B.F. Lomov]. M., pp. 178–217 (in Russian)
11. Druzhinin, V.N. (2003). *Psihologiia 21 veka: uchebnyk dlia vuzov* [Psychology of XXI Century]. M. 863 p. (in Russian)

Тырон Е.Н. *Краткосрочные дружеские отношения как форма межличностных контактов в малых неформальных группах. В статье мы предоставляем теоретическое обоснование целесообразности формировать умение устанавливать дружеские отношения для успешной профессиональной деятельности. В результате изучения психологических теорий, мы пришли к выводу, что процесс установки таких отношений связан с такими влечениями: влечение быть в группе, стремление к социальной поддержки, тяга к общению. Мы определили этапы развития*

краткосрочных дружеских отношений, принципы их формирования, факторы, влияющие на их успешность. Это позволило выделить умения и навыки, которые могут подвергаться формированию и коррекции. Именно специфика профессиональной деятельности, когда индивид взаимодействует в ситуации изоляции в ограниченный период времени, позволила выделить отдельный психологический феномен – краткосрочные дружеские отношения. Исследование особенностей протекания краткосрочных дружеских отношений проводилось среди членов экипажей морского флота. Нами были выделены специфические трудности в процессе формирования и развития таких отношений.

Ключевые слова: краткосрочные дружеские отношения, малая неформальная группа, специалисты экстремальных профессий, потребности в аффиляции, общении и социальной поддержке.

Tyron E. Short term friendly relationships as a form of interpersonal relations in small informal groups. *In this article we give a theoretical substantiation of the expediency of forming the ability to establish friendly relations for successful professional activities. It was found out that the process of their establishment is associated with such affinities as: the attraction of belonging to the group, the desire for social support, the urge to communicate. We identified the stages of development of friendly relations, the principles of their formation, the factors of influence. This provided an opportunity to underline the skills and abilities which should be shaped and corrected. The specifics of professional activity, when the individual interacts in a situation of isolation for a limited period of time, has led to distinguishing a separate psychological phenomenon – short-term friendly relations. The investigation of the progress of the establishing short-term friendly relationships was carried out among the members of the crews in maritime merchant fleet. As a result of the investigation we state that short-term friendly relationships is a form of personal interaction based on the principles of free choice, trust and moderate honesty, satisfying the desire for group membership, communication and social support, takes a limited period of time in a small informal group and conditioned by professional necessity.*

Keywords: short-term friendly relations, small informal group, specialists in extreme occupations, need for affiliation, communication and social support.