УДК 159.922.8

**РЕФЛЕКСИВНО-РОЛЬОВИЙ ПІДХІД В АНАЛІЗІ СПРЯМОВАНОСТІ**

**КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ**

Гапоненко Лариса Олександрівна

кандидат педагогічних наук, доцент

кафедра практичної психології

Криворізький державний педагогічний університет

 Вимір рефлексії дозволив виявити дві групи спрямованості: 1) гуманістична спрямованість рольових позицій – це ролі «Дружній», «Співпрацівник», «Розумник»; 2) егоцентрична спрямованість – це «Утриманець», «Мовчун», «Тихий», «Сором’язливий». Адаптована копінг -поведінка сформована рефлексивними механізмами; неадаптована копінг -поведінка підпорядкована мотивам егоцентричного справдовування власних невдач.

**Ключові слова**: рефлексія, самопроектування, позитивна копінг -поведінка,

негативна копінг-поведінка, рольові стратегії.

 **Постановка проблеми**. Рефлексія, як психологічний механізм розвитку особистості, розпочинається з ідентифікації образу Я в соціальному оточенні. Розвинута здатність самооцінювання власних думок і дій, стратегій життєвого шляху, способів досягнення кінцевого результату, є невід’ємна складова успішної діяльності психолога. Починаючи з перших днів психологічної освіти, студент оволодіває індивідуальними стилями взаємодії, формує патери поведінки.

 Незважаючи на професійну освіту психолога, серед студентської молоді є значна кількість студентів, яким психологічні знання не стають стимулом у корекції дезадаптованої поведінки. Причинами є багато факторів, серед яких найбільш виразна, за нашим гіпотетичним баченням, соціальна нестабільність – це студенти-переселенці з Донецької та Луганської області, втрата близької

791

людини, розлучення батьків, сімейні суперечки з причин тривалої відсутності батьків на заробітках закордоном, матеріально -економічні труднощі, проблеми із здоров’ям та ін. Всі ці фактори ускладнюють психічну стабільність студента в навчанні, наслідки яких можуть проявлятися в неконструктивних навичках, спровокованих захисними психологічними механізмами витиснення, регресії, проекції, раціоналізації. Тобто, відбуваються процеси уникнення, зменшення з реально існуючої загрози.

 Вважаємо, дослідження рефлексії в подоланні неадаптованої копінг -поведінки студента-психолога є актуальною проблемою як з підвищення академічної успішності, так і збереження здоров’я студентської молоді.

 **Мета дослідження**. В центрі нашого дослідження стоїть питання з використання рефлексії в діагностуванні та корекції неадаптованої копінг-поведінки студента-психолога в навчанні.

 **Предмет дослідження** – взаємозалежність рефлексії і адаптованої копінг -поведінки.

 **Теоретико-методологічну основу** нашого дослідження складали теоретичні положення про: рефлексію (М.М.Бахтін, Ф.Є. Василюк, К.О. Дюркхайм Г.В. Дяконов, А.В.Зак, М.К.Мамардашвілі, М.І.Найдьонов, О.В.Савченко, В.В.Фурман); ідентичність (К.О.Альбуханова-Славська, Дж.Марсіа, Е.Х. Еріксон, О.С.Прангешвили); вузівську підготовку студентів-психологів (Є.О.Клімов, О.В.Лук’янова, З.М.Мірошник, В.Г. Панок, Н.І.Пов’якел, О.Ф.Петренко, М.С. Пряжникова, Т.М. Титаренко, Л.І.Уманець, Н.В. Чепелєва, С.І.Яковенко); копінг-стратегії в кризовій ситуації (С.С.Аверинцева, Ф.Ю.Василюк, Т.М.Титаренко, Дж. Капрара, Д.Сервон).

 **Теоретичні положення копінгу** як захисного механізму визначалися за роботами П. Урамера, Б. Компаса, Н. Хана. Схильність до подолання напруженої ситуації та визначення копінг-поведінки, які розкриті в роботах У. Шефера, дозволили визначити автоматичність стереотипної захисної позиції особи. Враховувалися загальнотеоретичні положення про ґенезу розвитку

792

особистості, її ідентифікації, рефлексії (С. Д. Максименко, М. В. Савчин, Н. І. Пов’якель, Л.В.Карамушкіна.). Аналіз теоретичних положень дозволяє визначити тенденцію в розгляданні рефлексії як механізму саморозкриття потенціалу в професійній освіті. Рефлексія охоплює психологічні механізми самопроектування, корегування, діагностування. Л.М. Карамушка розкриває критерій самоусвідомлення дій на відповідність норма /не норма в професійн ій діяльності не тільки як вміння працювати в команді, але і як профілактику в подоланні синдрому «професійного вигорання» [1]. М.С.Пряжников виділив три рівні професійної самоідентичності: 1) агресивне ставлення; 2) прагнення до уникнення; 3) виконання діяльності за зразком [2]. Н.В. Чепелєва розглядає самопроектування як складний психічний процес інтерпретації та реінтерпретації особистого і соціокультурного досвіду; побудову власної символіки, породження особистих наративів та концепцій власного життя. Вона представила модель побудови особистісних проектів на різних етапах розвитку особистості. «На першому, біологічному, етапі особистість діє за нормативними проектами, що задаються дорослими. На другому – соціальному, запозичує проекти, що задані соціокультурним простором. І лише на третьому, особистісному, етапі з’являється здатність до створення власних проектів, що дозволяють вибудовувати траєкторію власного життя і власного розвитку» [4].

У нашій роботі були використані методики виміру рівня сформованості рефлексії за методиками А.В. Карпова [5] та О.Є.Рукавишнікової [6].

Вірогідність та надійність результатів емпіричного дослідження досягалася

теоретико-методологічним обґрунтуванням психологічних фактів, використанням

надійних і валідних методів відповідно до предмету, мети і завдань дослідження,

поєднанням кількісного та якісного аналізу отриманих даних з необхідною

репрезентативністю вибірки.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні прийняли участь студенти-психологи 1-х і 3-х курсів ( n= 95). Учасникам запропонували дати відповіді на

27 тверджень опитувальника (методика А.В.Карпова). У бланку студент

793

відмічав варіант своєї відповіді: 1 – абсолютно невірно; 2 – невірно; 3 – скоріше

невірно; 4 – не знаю; 5 – скоріше вірно; 6 – вірно; 7 – абсолютно вірно. Із 27

тверджень тільки 15 є прямими, інші 12 – зворотні твердження, які

враховуються при обробці результатів, коли роблять підсумок остаточного

результату. Аналіз отриманих результатів представлений в таблиці 1.

Таблиця 1

Вимір рефлексії у студентів-психологів 1-х і 3-х курсів

(методика А.В.Карпова, у %)

Рівень

рефлексії

1-й курс (n=53) 3-курс (n=43)

Високий 4,3 12,6

Середній 7,2 22,1

Низький 88,5 65,2

Показники засвідчують, з одного боку, не тільки актуальність визначеної проблематики, але й причини смислового значення низької активності студента в навчанні. Рефлексія обумовлює смислову основу пізнавальної активності, впливає на когнітивні схеми копінг-поведінки. З іншого, виникає обґрунтований спеціалізований підхід в розбудові інноваційних технологій вузівської освіти із студентами з низьким рівнем рефлексії.

 Результати виміру рефлексії дозволили виділити стабільну копінг-поведінки

студентів першого курсу:

1) напружений стан, панічна атака як психологічний механізм захисту від

втрати впевненості в собі грамотно моделювати абстрактні схеми теоретичної

психології;

2) тривожність у спілкуванні з вимогливим викладачем як психологічний

захист уникнення від активної навчальної діяльності;

3) відчуття нездатності встановити комунікативні стосунки із учасниками

навчального процесу, страх виступати перед студентською аудиторією.

Вимір рефлексії за методикою О.Є.Рукавішнікової дозволив виявити близькі

794

показники до перших результатів, представлених в таблиці 1. Аналіз отриманих

результатів показав із загальної кількості (n=88) тільки 6,8 показали високий рівень рефлексії, середній 13,8, низький 86,3. Спостереження та попереднє опитування викладачів щодо копінг-поведінки невстигаючих, було встановлено, що із складу досліджених хоча б один раз кожний студент допускав порушення, проте є ті студенти які стабільно порушують. Встановлено, що студенти з низьким і середнім рівнем рефлексії мають низький рівень довіри до себе та інших. Довіра звужується в їх розумінні як засіб руйнування безпеки. Це зрозуміло з того приводу, що людина звертається до себе одноразово в двох психологічних вимірах – особистісна і соціальна.

 Суть такого ефекту відстежується в копінг-поведінки, яку можна позначити як

адаптована копінг-поведінка (подолання емоційного стану, перегляд кризової

ситуації) і неадаптована копінг-поведінка (егоцентрична смислова логікавнутрішнього споглядання). Позитивний копінг-поведінка визначається

цільовою навчальною активністю сприймати, адекватно реагувати, творчо висловлювати думки та креативно діяти. Стратегії рольової поведінки представлені типом: «Дружній», «Співпрацівник», «Розумник». Студенти з

низькою рефлексією занадто ускладнюють прогнозування наслідків

неуспішності, не планують дії по зміні стратегії поведінки в навчанні. Вони

проектують копінг-поведінки «Утриманець», «Мовчун», «Тихий»,

«Сором’язливий». визначилася група студентів, які не змогли проектувати

більш успішні копінг-стратегії для стабільності організму, вони проектували

копінг-поведінку в рольових позиціях «Апатичний», «Хворий», «Нещасний»,

«Плакса» , «Непохитний» проявляли інтерес до навчання, а то й байдужість.

**Висновки**.

 Відчуття упевненості щодо здатності студента долати життєві труднощі є базовою в розумовій діяльності різного рівня складності (від образно -логічного

до абстрактно-логічного). Відчуття психологічної компетентності розвиває

професійне відчуття ідентичності ролі психолога, психотерапевта, підвищує

рівень емоційного інтелекту. Узагальнення отриманих результатів дають

795

підставу визначити адаптовану копінг-поведінку, яка сформована рефлексивними механізмами та неадаптовану копінг-поведінки, в яких рефлексія підпорядкована мотивам егоцентричного справдовування власних невдач.

 Більш детального дослідження потребує виявлення кореляційних зв’язків

рефлексії та принципів проектування копінг-поведінки студентів-психологів.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Карамушка Л.М. Самоактуалізація менеджерів у професійно-управлінській діяльності (на матеріалі діяльності комерційних організацій):

Монографія / Л.М.Карамушка, М.Г.Ткалич – Київ – Запоріжжя: Просвіта, 2009.

– 260 с.

2. Пряжников Н.С. Методы ориентировки в психологических

«пространствах» самоопределения / Н.С.Пряжников //Национальный

психологический журнал. – 2017. - № 3(27) – С. 144-150

3. Фурман В.В. Структурна організація особистісної рефлексії / В.В.Фурман

[Электронный ресурс: http: Vpo2012\_8\_51(1)hdf].

4. Чепелева Н.В. Самопроективрование как фактор развития личности / Н.

В. Чепелева // Актуальні проблеми психології. - 2014. - Т. 2, Вип. 8. - С. 4-15. -Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsuh\_2014\_2\_8\_3].

5. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности /

А. В. Карпов. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 424 с.

6. Рукавишникова Е. Е. Формирование профессиональной рефлексии у

студентов медицинского колледжа: дис. канд. псих. наук :19.00.07 / Е.Е.

Рукавишникова; Сев.-Кавказский гос. технич. ун-т. – Ставрополь, 2000. - 170 с.