

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО» (м. Одеса)
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ТА ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНОГО
ФАКУЛЬТЕТУ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄВОГО ТА ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

МАТЕРІАЛИ

Всеукраїнської науково-практичної конференції
19-20 травня 2023 року

Одеса
ФОП Бєлий А.Є
2023

УДК 159.9: 37.015.3

ББК 88.4

А 43

Друкується згідно рішення Вченої ради Соціально-гуманітарного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (Протокол № 6 від 24.02.2023 р.)

Актуальні проблеми життєвого та професійного само-
А 43 **здійснення особистості** : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика» (19-20 травня 2023 р.) / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса : ФОП Бєлий А.Є., 2023. 168 с.

ISBN 978-617-7757-55-8

Редакційна колегія

Саннікова О. П. – *доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної та диференціальної психології; відповідальний редактор;*

Василенко І. В. – *кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та диференціальної психології;*

Санніков О. І. – *доктор психологічних наук, професор кафедри теорії та методики практичної психології.*

Матеріали збірника містять результати теоретико - емпіричних досліджень, що здобуті в процесі науково-дослідної роботи студентів, аспірантів та науковців, які навчаються і працюють у закладах освіти України.

Для студентів, аспірантів, молодих науковців, психологів, педагогів та широкого кола зацікавлених осіб.

За зміст та помилки, що можуть зустрічатися в тексті статей, несуть відповідальність автори.

ISBN 978-617-7757-55-8

© Університет Ушинського, 2023

[Project Based Learning on Seventh Grade Students%27 Academic Achievement](http://www.shsu.edu/centers/projectbased-learning/higher-education.html)

Project Based Learning in Higher Education (2013). URL: <http://www.shsu.edu/centers/projectbased-learning/higher-education.html>

УДК 159.9

ОСОБЛИВОСТІ САМОСТАВЛЕННЯ ОПТИМІСТІВ І ПЕСИМІСТІВ

Оріщенко О. А.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри загальної та диференціальної психології,
Університет Ушинського*

Першина Л. В.

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти,
Університет Ушинського*

Анотація. В статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження особливостей самоставлення оптимістичних та песимістичних осіб. Емпіричним шляхом виділені групи оптимістів та песимістів та досліджено специфіку самоставлення представників кожної з цих груп. Доведено, що оптимістичні особи більш схильні до позитивного самоставлення, порівняно з песимістичними досліджуваними.

Ключові слова: самоставлення, оптимізм, песимізм, самоставлення.

Актуальність дослідження Під час війни, що розв'язала проти нашої держави Російська Федерація, проблема оптимістичності особистості стає для українського суспільства надзвичайно актуальною. Саме у зв'язку з цим, особливої значущості набуває питання, пов'язані з позитивним прийняттям себе та інших, оптимістичним ставленням до життя в цілому, що допомагають особистості долати всі труднощі і перешкоди, зберегти здоров'я і душевну рівновагу, розкрити власні ресурси, не втрачати віри у Перемогу та мати надію на краще майбутнє.

Проблема оптимізму-песимізму є предметом наукового пізнання різних гуманітарних наук, таких як філософія, соціологія, педагогіка та психологія. Саме філософії належать перші згадування про історію і розвиток уявлень про поняття «оптимізм» та його роль в житті людини. У філософських і психологічних дослідженнях значення і зміст оптимізму є дуже схожими; вони означають природну потребу і потяг окремих людей і людства загалом до кращого, оптимального, досконалого, а також віру в те, що так і має бути (Рафіков, 2018).

В українському тлумачному словнику оптимістичний означає - сповнений оптимізму; життєрадісний; той, що ґрунтується на оптимізмі, як протиставлення – песимістичний (Великий тлумачний словник сучасної української мови, 2012).

Термін «оптимізм» має латинське походження (*optimum*) та означає «найкращий». Цей унікальний феномен пройшов випробування часом, але не втратив свого значення з античних часів до сьогодення. Тому ті уявлення про оптимізм та песимізм, що знаходимо у філософії, складають теоретико-методологічну основу, на якій вже будуються сучасні теорії про оптимізм та песимізм та їх теоретико-прикладні дослідження (Рафіков, 2018). Оптимізм у філософському сенсі трактується як переконання та віра у краще майбутнє, справедливість, у можливість перемоги добра над злом. Оптимізм супроводжується щастям, вірою у благополучний хід подій, очікуванням успіху та здійсненням сподівань, подоланням будь-яких перешкод (Філософський енциклопедичний словник, 2002).

Сучасна психологічна наука проявляє підвищений інтерес та увагу до вивчення оптимістичності та її ролі в забезпеченні та підтримці віри людини у власні можливості, в успіх, в краще майбутнє. Дана проблема розглядається з позицій різних психологічних напрямків: психоаналітичного (К. Пінкола, М. Селігман, Е. Еріксон, Е. Фромм, З. Фрейд); соціально-когнітивного (А. Бек, Б. Вайнер, К. Двек, Д. Келлі Ф. Хайдер); у контексті гуманістичної психології (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл); з позицій позитивної психології (А. Аргайл, М. Джеймс, Д. Джонгвард, М. Селігман, Н. Пезешкіан та Х. Пезешкіан). Оптимізм є необхідним

компонентом розвитку особистості та важливою умовою психологічного та соматичного здоров'я людини (Коцан, 2011).

В психологічній літературі оптимізм пов'язують із позитивним самоставленням та аутосимпатією (Чижиченко, 2015). Чим більш позитивним є уявлення людини про себе, тим оптимістичнішим є її погляд на життя (Калошин, 1999).

Самоставлення розглядається як стійке почуття на адресу власного «Я», що містить ряд специфічних модальностей (вимірів), які відрізняються як за емоційним тоном, переживанням, так і за семантичним змістом відповідного ставлення до себе (С. Пантелеєв, В. Столін, 1989).

Метою даного повідомлення є висвітлення результатів емпіричного дослідження особливостей самоставлення оптимістичних та песимістичних осіб.

Методи дослідження. Емпіричне дослідження особливостей самоставлення оптимістів та песимістів виконано за допомогою таких психодіагностичних методик: 1) «Шкала оптимізму і активності» (Н.В.Водоп'янова, М. Штейн); 2) «Тест-опитувальник для визначення самоставлення особистості» (В.В. Столін, С.Р. Пантелеєв).

Аналіз результатів емпіричного дослідження. Емпіричне дослідження проводилось на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». В ньому брали участь 30 студентів соціально-гуманітарного факультету, віком від 19 до 30 років.

В даному повідомленні представлено результати якісного аналізу отриманих результатів. Першим кроком якісного аналізу було застосування методу «асів» для виділення оптимістичних та песимістичних осіб.

Для цього ми використовували результати, що були отримані за допомогою психодіагностичної методики «Шкала оптимізму і активності» (Н.В.Водоп'янова, М. Штейн).

У результаті цієї процедури серед наших досліджуваних було виявлено 2 групи осіб: 1) (О) – оптимісти (20 % досліджуваних); 2) (П) – песимісти (30 % досліджуваних).

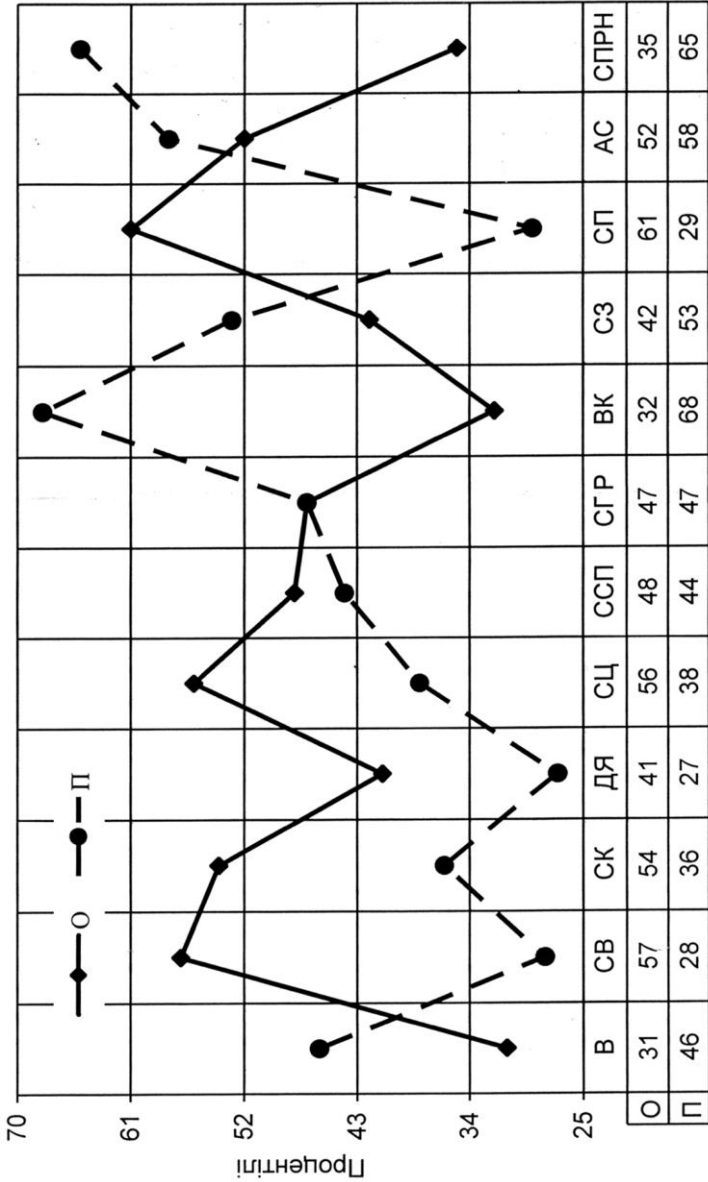


Рисунок 1. Профілі показників самоставлення оптимістичних та песимістичних осіб (О; П)

Примітка: умовні скорочення: а) О – оптимісти; П – песимісти; б) показники самоствавлення: В (відкритість); СВ (самовпевненість); СК (самокерівництво); ДЯ (дзеркальне Я); СЦ (самоцінність); ССП (самоприйняття); СПР (самоприв'язаність); ВК (внутрішня конфліктність); СЗ (самозвинувачення); СП (самоповага); АС (аутосимпатія); СПРН (самоприниження).

Індивідуально-психологічні особливості самоствавлення оптимістів і песимістів виявлялися за допомогою методу «профілів». На рисунку 1 представлено специфіку самоствавлення оптимістичних і песимістичних осіб (О; П).

При порівняльному аналізі профілів самоствавлення оптимістичних (О) та песимістичних (П) досліджуваних виявлені статистично значущі відмінності (визначалися за допомогою t – критерію Стьюдента) за такими однойменними показниками: В (відкритість); СВ (самовпевненість); СК (самокерівництво); ДЯ (дзеркальне Я); СЦ (самоцінність); ВК (внутрішня конфліктність); СП (самоповага); СПРН (самоприниження).

Для дослідження специфіки самоствавлення у групах досліджуваних оптимістичних та песимістичних осіб була складена табл. 1.

Таблиця 1

Специфіка самоствавлення оптимістичних та песимістичних осіб

Ранг	Показники самоствавлення	
	О	П
1	СП +	ДЯ -
2	СВ +	СВ -
3	СЦ +	СП -
4	В -	ВК +
5	ВК -	СПРН +

Примітка: 1) в таблиці значення показників оптимістів і песимістів ранжовані відносно середньої лінії ряду: від більших відхилень у бік різних полюсів до менших; 2) знаки «+» або «-» характеризують розповсюдження показнику в просторі відповідного полюсу (додаткового або від'ємного) та не мають в собі оціночного навантаження; умовні скорочення: а) О – оптимісти; П – песимісти; показники самоствавлення: б) показники самоствавлення: В (відкритість); СВ (самовпевненість); СК (самокерівництво); ДЯ (дзеркальне Я); СЦ (самоцінність); ССП

(самосприйняття); СПР (самоприв'язаність); ВК (внутрішня конфліктність); СЗ (самозвинувачення); СП (самоповага); АС (аутосимпатія); СПРН (самоприниження).

В даній таблиці представлені тільки домінуючі показники самоставлення, тобто ті, що характеризують їх особливості, специфіку самоставлення представників досліджуваних груп. Порядок пред'явлення показників відповідає його абсолютному ранговому місцю.

На основі аналізу профілю та даних таблиці 1 ми змогли описати специфіку самоставлення оптимістів та песимістів.

Отже, група оптимістичних осіб (О) відрізняються високим рівнем самоповаги (СП+). Такі особистості впевнені у собі, у них відсутня внутрішня напруженість (СВ+). Оптимісти із зацікавленістю ставляються до власного «Я», відчують цінність своєї особистості та одночасно очікують передбачувану важливість свого «Я» для оточуючих (СЦ+). Вони глибоко усвідомлюють власне «Я», самокритичні, здатні не приховувати від себе та інших значиму неприємну інформацію (В-). Представники цієї групи характеризуються схильністю до рефлексії, глибоким проникненням у себе, усвідомленням своїх труднощів. Оптимістичних осіб відрізняє адекватний образ «Я» та несхильність до витіснення (ВК-).

Представникам групи песимістичних осіб (П) властиве очікування негативного ставлення до себе з боку інших людей, вони не вірять, що здатні викликати у інших прихильність, повагу, схвалення та розуміння (ДЯ-). Такі особи незадоволені собою та своїми можливостями, сумніваються у здатності викликати в інших людей симпатію до себе (ВК -). Песимісти не можуть сказати про себе як про самостійну, вольову, енергійну, надійну людину, якій є за що себе поважати (СП -). Для них характерно наявність внутрішніх конфліктів, сумнівів, непогодження з собою, тривожно-депресивні стани, переживання почуття провини (ВК+). Представники цієї групи не відчують симпатії до себе, що часто супроводжується негативними емоціями на власну адресу, почуваються винними за свої промахи, невдачі, недоліки (СПРН+) [5].

Таким чином, проведене дослідження дозволяє зробити такі **висновки**: 1) емпіричним шляхом виділено групи

оптимістичних і песимістичних осіб; 2) доведено, що оптимісти і песимісти відрізняються специфічним поєднанням показників, що складають структуру самоствавлення; 3) на нашій виборці встановлено, що на відміну від песимістів, оптимісти відрізняються високим рівнем самоповаги, самовпевненості, самоцінності та більшою мірою схильні до будь-яких проявів позитивного самоствавлення.

Література

1. *Великий тлумачний словник сучасної української мови*: Близько 250 000 слів / укл. та гол. ред. Олег Єрошенко. Донецьк: Глорія Трейд, 2012. 864 с.

2. Водоп'янова Н. В., Штейн М. *Шкала оптимізму і активності*. URL: ua.waykun.com/articles/metodichne-zabezpechennja-antidepressnjak.php.

3. Калошин А. Теорія та практика позитивного мислення. *Педагогіка толерантності*. 1999. № 2. С. 80-88.

4. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. *Психологія здоров'я людини*. Луцьк: РВВ Вежа Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.

5. Столін В.В., Пантелєєв С.Р. Тест-опитувальник для визначення самоствавлення особистості. URL: <https://studfile.net/preview/5263787/page:9/>.

6. Рафіков О.Р. *Соціальний оптимізм як складова організаційної культури сучасного університету*: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.10. Київ, 2018. 235 с.

7. Чижиченко Н. М. *Психологічні особливості розвитку оптимізму в ранньому юнацькому віці*: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2015. 20с.

8. *Філософський енциклопедичний словник*. Київ: Абрис, 2002. 742 с.

УДК 159.923

ТРИВОЖНІСТЬ ЯК СТАН І ВЛАСТИВІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

Саннікова А. О.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри сольного співу, Одеська національна
музична академія імені А. В. Нежданової*