

МЕЛІТОПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ БОГДАНА ХМЕЛЬНИЦЬКОГО
Факультет фізичної культури, спорту та психології
Кафедра психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на здобуття ступеня вищої освіти «Бакалавр»

на тему: **«Професійний стрес як мотиваційний фактор розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога»**

Виконала: здобувачка вищої освіти
групи пс21
Спеціальність 053 Психологія
ОП Психологія. Психологічне
консультування
Іванова Олена Іванівна

Керівник: старший викладач кафедри
психології Медвідь І.В.

Консультант: канд. психол. наук, доцент
кафедри психології Прокоф'єва О.О.

Рецензент: канд. психол. наук, доцент
Ніжинського державного університету
імені Миколи Гоголя Кошова І.В.

Запоріжжя – 2025

Іванова О.І.

Професійний стрес як мотиваційний фактор розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога

АНОТАЦІЯ

Актуальність проблеми, що вивчається, визначена умовами оптимізації індивідуально-професійного становлення майбутніх психологів-практиків, особистісною зрілістю, інтеграцією Я-концепції, творчого потенціалу педагога та розвитку саногенного потенціалу особистості, як аспектів ефективної професійної самореалізації й факторів збереження психічного здоров'я особистості.

За результатами проведеного дослідження у майбутніх фахівців спостерігається зростання рівня розвитку соціальної креативності впродовж всіх років навчання у ВНЗ. Отже, соціальна креативність як індикатор прояву індивідуальності, стимулятор для створення різноманітності, каталізатор для налагодження стосунків з оточуючими людьми відіграє важливу роль в процесі професійного становлення особистості майбутнього фахівця. На основі експериментальних результатів дослідження ми зробили висновок, що становлення соціальної креативності яскраво проявляється в процесі професіоналізації, тобто в період функціонування та розвитку професійної сфери суспільства. В процесі дослідження також виявлено, що адаптивність до стресу та адаптивне мислення знаходяться на середньому рівні; майбутні практичні психологи мають внутрішній стресостійкий та саногенний потенціал, але не володіють навичками конструктивного використання наявних внутрішніх можливостей.

Дані теоретико-експериментального дослідження, представлені в даній роботі, відображають основні напрями сучасних досліджень у вивченні особливостей стресу, механізмів психічної регуляції цього стану, особистісних детермінант стресового процесу і ряду інших аспектів проблеми, які повинні бути предметом подальших досліджень.

Одержані результати можуть бути використані в ході навчально-виховного процесу у вищій школі та при організації роботи з майбутніми педагогами в процесі їх навчання у ВНЗ, а також можуть бути застосовані як підґрунтя для подальших досліджень цієї проблеми наукової роботи полягає в тому, що отримані дані можуть бути реалізовані при розробці технологій і методів навчання, які сприяють професійному та творчому розвитку майбутнього фахівця, розвитку стресогенного потенціалу особистості в процесі підготовки майбутні педагогів в умовах особистісно-орієнтованої системи освіти.

Ключові слова: стрес, творчий потенціал, саногенний потенціал.

Ivanova O.I.

Professional stress as a motivational factor in the development of the creative potential of a future teacher

ABSTRACT

The relevance of the problem under study is determined by the conditions of optimizing the individual and professional development of future practicing psychologists, personal maturity, integration of the self-concept, the creative potential of the teacher and the development of the sanogenic potential of the individual, as aspects of effective professional self-realization and factors for preserving the mental health of the individual.

According to the results of the study, an increase in the level of development of social creativity is observed in future specialists throughout all years of study at a higher educational institution. Thus, social creativity as an indicator of the manifestation of individuality, a stimulant for creating diversity, a catalyst for establishing relationships with others plays an important role in the process of professional development of the personality of a future specialist. Based on the experimental results of the study, we concluded that the formation of social creativity is clearly manifested in the process of professionalization, that is, during the period of functioning and development of the professional sphere of society. In the process of research, it was also found that adaptability to stress and adaptive thinking are at an average level; future practical psychologists have internal stress-resistant and sanogenic potential, but do not have the skills to constructively use existing internal capabilities.

The data of the theoretical and experimental study presented in this work reflect the main directions of modern research in the study of the features of stress, the mechanisms of mental regulation of this state, personal determinants of the stress process and a number of other aspects of the problem, which should be the subject of further research.

The results obtained can be used in the educational process in higher education and in organizing work with future teachers in the process of their training at universities, and can also be used as a basis for further research on this problem. The purpose of the scientific work is that the obtained data can be implemented in the development of technologies and teaching methods that contribute to the professional and creative development of the future specialist, the development of the stress-ogenic potential of the individual in the process of training future teachers in the conditions of a personality-oriented education system.

Keywords: stress, creative potential, sanogenic potential.

РЕФЕРАТ

до кваліфікаційної роботи

на тему: «**Професійний стрес як мотиваційний фактор розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога**»

здобувачки вищої освіти Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького спеціальності 053 Психологія

Іванової Олени Іванівни

Науковий керівник: старший викладач кафедри психології Медвідь Інна Василівна, консультант – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Прокоф'єва О.О.

Соціальні та економічні трансформації, що відбуваються останніми роками в українському суспільстві, призводять до виникнення широкого кола особистісних і міжособистісних проблем, розв'язання яких потребує кваліфікованої психологічної допомоги. У зв'язку з цим підвищується попит на психологічні послуги в різних сферах суспільної діяльності і, відповідно, зростають вимоги до якості підготовки психологічних кадрів у вищих навчальних закладах. Таке підвищення вимог поширюється і на професійно важливі якості, творчий потенціал і на саногенний потенціал особистості педагога. Особистісно-орієнтований підхід та гуманізація освіти визначають необхідність пошуку шляхів удосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців та розвитку їх стресостійкості.

Актуальність проблеми, що вивчається, визначена умовами оптимізації індивідуально-професійного становлення майбутніх психологів-практиків, особистісною зрілістю, інтеграцією Я-концепції, творчого потенціалу педагога та розвитку саногенного потенціалу особистості, як аспектів ефективної професійної самореалізації й факторів збереження психічного здоров'я особистості.

Об'єктом дослідження є творчий потенціал особистості майбутнього педагога.

Предметом являється вплив рівня професійного стресу як мотиваційного фактора на формування творчого потенціалу особистості майбутнього педагога.

Мета роботи полягала у теоретичному й емпіричному дослідженні специфіки розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього педагога під впливом стресогенних факторів, виявлення домінантних факторів розвитку творчих здібностей особистості.

Відповідно до мети, головними **завданнями** роботи є:

1. На підставі теоретико-методологічного аналізу літературних джерел виділити основні напрями та підходи до дослідження проблеми стресу як мотиваційного фактора розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога.

2. Розробити логіку емпіричного дослідження, підібрати та адаптувати психодіагностичний інструментарій, спрямований на діагностику рівня стресостійкості, та творчого потенціалу особистості.

3. Вивчити співвідношення між показниками стресостійкості і комплексу властивостей особистості, що впливають на розвиток творчого потенціалу майбутнього педагога.

Рік виконання дипломної роботи: 2024- 2025 роки

Місце виконання: Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, кафедра психології

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИКО - МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ЩОДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ НА РОЗВИТОК ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ	7
1.1. Еволюція теоретичних поглядів на проблему стресу і його структуру в психологічній науці.....	7
1.2. Проблема розвитку творчого потенціалу особистості в психолого-педагогічній теорії.....	16
1.3. Суб'єктно-особистісні детермінанти стресостійкості майбутніх педагогів.....	26
РОЗДІЛ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОРІВ СТУДЕНТІВ - МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ.....	31
2.1. Інструментарій і процедура дослідження.....	31
2.2. Аналіз результатів експерименту	34
РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ТА ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА.....	42
3.1. Теоретичне обґрунтування психолого-педагогічних умов оптимізації розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього педагога.....	42
ВИСНОВКИ.....	50
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	51
ДОДАТКИ	54

ВСТУП

На сьогоднішній день формування інформаційно-технологічного суспільства, радикальні соціально-економічні перетворення, модернізація освітянської діяльності, інтеграційні процеси, що відбуваються в сфері вищої освіти, ініціюють перехід теорії та практики професійного навчання на якісно новий ступінь розвитку. В контексті цих змін значно посилюються вимоги щодо цільової підготовки, яка може бути розглянута як процес цілеспрямованої інституційної професійної соціалізації майбутніх фахівців.

Запорукою вивчення процесу розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога є здобутки вчених в області психолого-педагогічних наук, які створили загальну методологію досліджень. Аналіз наукової літератури свідчить, що дослідженню проблеми креативізації психолого-педагогічної освіти завжди надавалась належна увага, зокрема, таким її аспектам, як:

- підготовка вчителя до творчої педагогічної діяльності (О.О.Бодальов, Л.М.Зінченко, В.А.Кан-Калик, Н.В.Кичук, В.А.Крутецький, С.Д.Максименко, О.Г.Мороз та ін.);
- творча спрямованість особистості (Т.Бех, О.Киричук, В.Моляко, В.Андрєєв);
- наукова творчість (П.Якобсон, Ф.Лесінсон-Лессінг, М.Блох);
- формування творчої уяви (А.Петровський, О.Дяченко, В.Роменець, Л.Щрагіна, Л.Коршунова, А.Дудецький, Т.Рібо та ін.);
- розвиток творчих здібностей (Б.П.Ананьєв, Е.А.Голубєва, В.Н.Дружинін, Г.С.Костюк, В.А.Крутецький, В.С.Мерлін, Б.М.Теплов, В.Д.Шадриков та ін.)
- особливості творчості, творча особистість, творча професійна діяльність (Я.О.Пономарьов, Д.Б.Богоявленська, О.І.Виговська, В.М.Дружинін, І.А.Зязюн, Г.С.Костюк, О.І.Кульчицька, О.М.Матюшкін, В.О.Моляко, та ін.).

Згідно наукових досліджень, творчий потенціал як інтегральна властивість особистості проявляється в здатності нестандартно підходити до конкретного питання, ставити нові завдання у сфері своєї суспільно значущої діяльності,

шукати та знаходити найбільш оптимальні шляхи, ефективні методи вирішення проблем. Дослідники переконані в тому, що здатність до творчості закладена в кожній людині, яка реалізує її з різною мірою в різних умовах. Вона не є незмінною детермінантою, тому її можна стимулювати та розвивати цілеспрямованими засобами, підвищуючи ефективність продуктивної діяльності людини в різних галузях, повно використовуючи творчий потенціал.

Ці дослідження є суттєвим внеском в психолого-педагогічну галузь знань, але вони не вирішують питання про оптимізацію розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього педагога з урахуванням специфіки його професійної діяльності. Завдання сучасної системи професійної освіти, зокрема постійний розвиток творчої особистості фахівця, її духовне становлення, гармонізація її відносин із собою, оточуючими людьми, зі світом в цілому, диктують необхідність здійснювати спеціальні дослідження з розробки адекватних наукових підходів в руслі особистісно орієнтованої професійної підготовки. Вищезазначене дозволяє стверджувати, що дослідження основних закономірностей розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога системи освіти в процесі професійної підготовки є актуальним, перспективним у світлі реформування системи національної освіти. Це й зумовило вибір теми наукового дослідження: **«Професійний стрес як мотиваційний фактор розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога»**.

Проблематика роботи полягає у виявленні особливостей впливу професійного стресу на формування творчих здібностей особистості майбутнього педагога, як активного суб'єкта діяльності; у побудові моделі ефективного розвитку творчого потенціалу.

Об'єкт дослідження: творчий потенціал особистості майбутнього педагога.

Предмет дослідження: вплив рівня професійного стресу як мотиваційного фактора на формування творчого потенціалу особистості майбутнього педагога.

Мета: теоретичне та емпіричне дослідження специфіки розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього педагога під впливом стресогенних факторів, виявлення домінантних факторів розвитку творчих здібностей особистості.

Основними **завданнями** дослідження є:

1. На підставі теоретико-методологічного аналізу літературних джерел виділити основні напрями та підходи до дослідження проблеми стресу як мотиваційного інсайтора розвитку творчого потенціалу майбутнього педагога.

2. Розробити логіку емпіричного дослідження, підібрати та адаптувати психодіагностичний інструментарій, спрямований на діагностику рівня стресостійкості, та творчого потенціалу особистості.

3. Вивчити співвідношення між показниками стресостійкості і комплексу властивостей особистості, що впливають на розвиток творчого потенціалу майбутнього педагога.

Наукова гіпотеза. Певний рівень професійного стресу в період підготовки майбутніх педагогів стимулює розвиток творчого потенціалу особистості, й оптимальні психолого-педагогічні умови є активізатором творчих здібностей фахівця.

Методи наукового дослідження. У науковій роботі використовувалася система методів та методик, які можуть бути згруповані таким чином: теоретичні методи (аналіз і узагальнення психологічної літератури з досліджуваної проблеми); емпіричні методи (вивчення документації, спостереження, опитування, анкетування, тестування, метод експерименту (констатуючий та формуючий), структурно-функціональний аналіз діяльності); методи активної психологічної дії (метод психологічного тренінгу); методи обробки емпіричних даних (кількісний, якісний та порівняльний аналіз, математико-статистичні методи).

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів:

1) теоретично обґрунтовані й експериментально визначені стрес-фактори та критерії стресостійкості майбутніх педагогів у процесі фахової підготовки;

2) визначені ауторегуляційні засоби розвитку творчого потенціалу майбутніх педагогів в процесі фахової підготовки.

Практичне значення наукової роботи полягає в тому, що отримані дані можуть бути реалізовані при розробці технологій і методів навчання, які сприяють професійному та творчому розвитку майбутнього фахівця, розвитку стресогенного потенціалу особистості в процесі підготовки майбутніх педагогів в умовах особистісно-орієнтованої системи освіти.

Розділ 1. ТЕОРЕТИКО - МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ЩОДО ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ ВПЛИВУ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ НА РОЗВИТОК ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ

1.1. Еволюція теоретичних поглядів на проблему стресу і його структуру в психологічній науці

Поняття «стрес» в даний час набуло надзвичайно широкого поширення. Основною причиною такої екстраординарної популярності є те, що концепція стресу претендує на пояснення багатьох явищ життя: реакцій людини на психотравмуючі ситуації, небезпечні роботи, різні конфлікти і захворювання [14].

У наш час, коли темп життя з кожним днем прискорюється, людині все важче адаптуватися до умов навколишнього середовища, що змінюються, зберігаючи при цьому емоційну рівновагу. Організм не встигає відновлювати сили - всі системи органів знаходяться в постійній напрузі. І природно такий спосіб життя приводить у результаті до виснаження нервової системи і може лягти в основу психосоматичного захворювання. Саме тому вчення про стрес здобуло у наш час достатньо широку популярність. Проблемою стресу займалися такі учені, як Сельє, Самоукіна, Кеннон, Касл, Купер, Маршалл, Альбрехт, Вейтен, Ллойд і багато інших.

Вперше стрес як неспецифічна генералізована реакція організму у відповідь на будь-які несприятливі дії (голод, втома, холод, загроза, біль і ін.) був описаний Г. Сельє.

Однією з головних характеристик стресу є його крайня нестійкість. За сприятливих умов цей стан може трансформуватися в оптимальний стан, в несприятливих – в стан нервно-емоційної напруженості, для якого характерне зниження працездатності і ефективності функціонування систем і органів, виснаження енергетичних ресурсів. Одним із загальних визначень стресу може бути наступне: «Стрес - це такий психологічний стан організму, коли існує

невідповідність між його здатністю задовільно справитися з вимогами навколишнього середовища і рівнем таких вимог» [6].

Стрес - це не тільки нервова напруга у відповідь на дію стресорів, це – пристосовна реакція організму. Г. Сельє підкреслював, що не всякий стрес шкідливий, більш того, він вважав, що «навіть в стані розслаблення спляча людина відчуває деякий стрес». Для позначення небезпечного стресу він ввів поняття дістресу, який пов'язаний з поступовим виснаженням сил організму. В даний час учені розрізняють евстрес (позитивний стрес, який поєднується з бажаним ефектом і мобілізує організм) і дістрес (негативний стрес з небажаним шкідливим ефектом).

Разом з формулюванням Г. Сельє в 50-60-і роки ХХ століття західні автори визначали стрес як:

- стан порушення гомеопатичної рівноваги або суму реакцій, направлених на відновлення цієї рівноваги (З. Ulrich) [18];
- стан організму, який сприймає загрозу його благополуччю (або цілісності) і направляє всю енергію на свій захист (З. N. Coter) [16];
- будь-який стан, викликаний порушенням нормального функціонування організму (М. Arnold) [15].

У приведених формулюваннях і в теорії Г. Сельє стрес розглядається більшою мірою як гормональний синдром, проте розуміння стресу як неспецифічній реакції організму увійшло до визначень дослідників, прагнучих виявити психологічну суть даного явища.

З цих позицій стрес визначається, наприклад, як:

- неспецифічні фізіологічні і психічні прояви адаптаційної активності при дії будь-яких значущих для організму чинників (Л. А. Китаєв-Смик);

Близько до вказаних визначень уявлення про стрес як про крайню психічну напруженість (М. І. Дьяченко, Н. І. Наєнко), яка може виражатися в дезінтеграції поведінки і діяльності аж до появи нервово-емоційного зриву.

У цих випадках говорять про інформаційний (що виникає в ситуаціях інформаційних перевантажень, коли людина не справляється із завданням, не

встигає ухвалювати вірні рішення в необхідному темпі при високому ступені відповідальності за наслідки ухвалених рішень) і емоційний стрес, що виявляється в ситуаціях загрози, небезпеці, образи і ін. (А. У. Петровський, М. Р. Ярошевський).

Згідно диференціації, запропонованої R. Nitsche, стрес - це багатозначне поняття, що включає чотири основні значення:

1. Стрес як подія, що несе додаткове навантаження. В цьому випадку стрес є ситуативним, дратівливим феноменом, який обтяжує, ускладнює перебіг подій.

2. Стрес як реакція. Стрес може бути реакцією на певну подію і в цьому випадку називається емоційною реакцією, пов'язаною із стресом (стресовим переживанням).

3. Стрес як проміжна змінна. В цьому випадку стрес розглядається у вигляді проміжного процесу між подразником і реакцією на нього.

4. Стрес як трансактний процес. Стрес може бути представлений процесом зіткнення індивіда з навколишнім світом. R. S. Lazarus, R. Launier вважають, що стрес як трансактний процес починається із специфічної оцінки якої-небудь події і власних ресурсів по його подоланню. В результаті формуються пов'язані із стресом емоції, виникають адаптивні реакції (копінг). В цьому випадку стрес є процесом, який протікає в постійній взаємодії індивіда з навколишнім світом.

Багатоаспектність явища стресу у людини така велика, що потрібно було здійснити розробку цілої типології його проявів. В даний час прийнято розділяти стрес на два основні види: системний (фізіологічний) і психічний. Оскільки людина є соціальною істотою і в діяльності її інтегральних систем провідну роль грає психічна сфера, то найчастіше саме психічний стрес виявляється найбільш значущим для процесу регуляції. Фізіологічний стрес викликається безпосередньою дією несприятливого стимулу на організм. Психологічний стрес як складніший інтеграційний стан вимагає обов'язкового аналізу значущості ситуації з включенням інтелектуальних процесів і особистісних особливостей індивіда. Якщо при фізіологічному стресі реакції

індивіда стереотипні, то при психологічному - індивідуальні і не завжди передбачені. Психологічний стрес може виникати не через об'єктивні характеристики ситуації, а у зв'язку з суб'єктивними особливостями сприйняття її людиною. Тому неможливо виділити універсальні психологічні стресори і універсальні ситуації, що викликають психологічний стрес в рівній мірі у всіх людей [6].

Найбільш загальною і повною є класифікація життєвого стресу, один з варіантів якого запропонований Р. Т. Wong і показаний на рис. 1

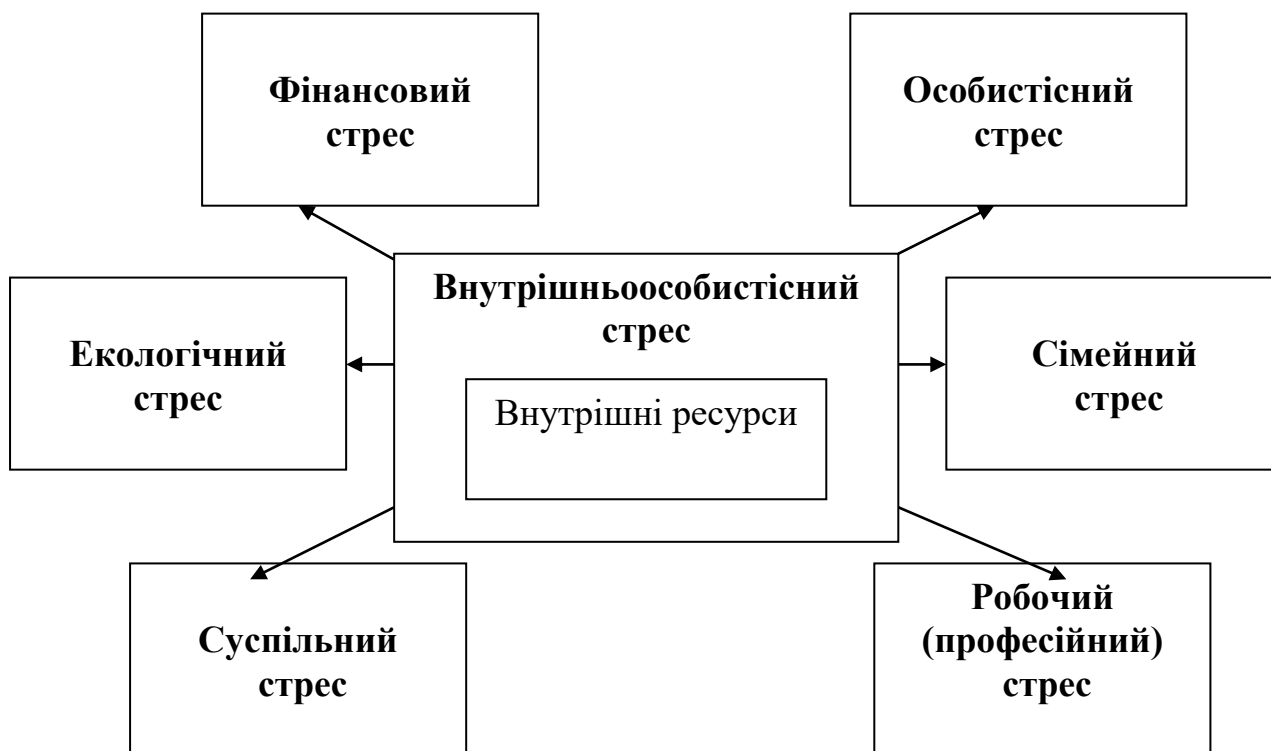


Рис. 1 Области стресу у повсякденному житті

У внутрішньому квадраті позначена сама суть нашого існування, яку називають "Я сила", "розумова сила", психічна енергія, або внутрішні ресурси. Це те, що дозволяє індивідові долати кризи життя, що визначає інтенсивність опору стресу. Зниження ресурсу сприяє підвищенню уразливості до різних, пов'язаних із стресом, розладів, таким як тривога, страх, відчай, депресія.

Наступна область - внутрішньоособистісний стрес. У цю категорію стресу входять такі події, як нездійснені очікування, нереалізовані потреби, безглуздя і

безцільність вчинків, хворобливі спогади, неадекватність оцінки подій і тому подібне.

Область міжособистісного стресу взаємодіє з певними областями життя. Оскільки кожній людині доводиться постійно вирішувати різноманітні соціальні питання в своїй діяльності, то й взаємодія з іншими особами та їх оцінка роблять істотний вплив на наше сприйняття, переживання, відношення до подій, що є проблемами відносин між людьми.

Особистісний стрес має відношення до того, що робить індивід і що відбувається з ним, коли він не виконує, порушує певні соціальні ролі. Він виявляється у зв'язку з такими явищами як порушення здоров'я, погані звички, нудьга, старіння, вихід на пенсію.

Сімейний стрес включає всі труднощі по підтримці сім'ї і відносин в ній. Робочий (професійний) стрес зазвичай пов'язаний з важким робочим навантаженням, відсутністю самоконтролю за результатом роботи, ролевою невизначеністю і ролевим конфліктом, або навпаки уявлення про майбутню професійну самореалізацію та розповсюдження безробіття.

Суспільний стрес відноситься до проблем, які переживають великі групи людей, - наприклад, економічний спад, бідність, банкрутство, расова напруга і дискримінація.

Екологічний стрес обумовлюється дією екстремальних умов навколишнього середовища, очікуванням такої дії або її наслідків – забруднення повітря і води, суворі погодні умови, недобррозичливі сусіди, штовханина, високий рівень шуму і т.д.

Фінансовий стрес не вимагає роз'яснень. Неможливість сплатити рахунки, не забезпечення витрат доходами, утруднення в отриманні довга, невідповідність рівня зарплати результатам роботи, виникнення додаткових і фінансово незабезпечених витрат, ці і інші обставини можуть бути причиною стресу.

Внутрішньоособистісний стрес заслуговує детального розгляду не тільки тому, що на нього зверталось недостатньо уваги, але і у зв'язку з тим, що він

може проектуватися на різні життєві події і впливати на особливості відношення до них і поведінку індивіда.

Серед них:

1. Соціальні чинники. До даної групи чинників відносяться соціально-політична і соціально-економічна нестабільність в суспільстві, численні соціальні проблеми, зокрема безробіття, соціальні конфлікти, проблеми молодих сімей.

2. Соціально-психологічні чинники. Проблеми, пов'язані з соціальними і міжособовими відносинами різного типу, позиційні і емоційні конфлікти, комунікативні проблеми, окремі несприятливі психологічні прояви малої групи.

3. Особистісні чинники.

1) Об'єктивно-особистісні – кризи юнацького віку, особливості підлоги.

2) Суб'єктивно-особистісні – особливості вищої нервової діяльності, темпераменту, наявність «минулого стресового досвіду», неадекватна самооцінка, підвищена особистісна тривожність, напруженість, агресивність, ригідність, мотиваційні особливості і ін.

4. Чинники, пов'язані з особливостями діяльності, - учбовою, професійною, учбово-професійною. Наприклад, порушення організації праці, інформаційні перевантаження і так далі.

По-перше. Найбільш поширеними є проблеми міжособистих і соціальних відносин, і тісно пов'язані з ними комунікативні проблеми.

Перше місце займають проблеми взаємин статей, далі слідують взаємини з батьками, друзями, викладачами, однокурсниками.

По-друге. Достатньо поширеними є проблеми, пов'язані з якою-небудь діяльністю, в основному учбовою. Це проблеми професійного, соціально-ролевого визначення, незадоволеності учбовою або професійною діяльністю, проблеми значних учбових перевантажень і тому подібне.

По-третє. Також поширеними і такими, що багато в чому примикають до перших двох блоків є внутрішньоособистісні проблеми різного типу – від

індивідуальних, типологічних - до соціальних аспектів особистісної проблематики [12].

Таким чином, на сьогоднішній день дослідниками однозначно показано, що, за своєю суттю, стрес складніше явище, ніж його спочатку розумів Р. Сельє, і дослідження його на сучасному етапі розвитку психологічної науки зумовлено потребою суспільства і деформацією усіх сфер життя людини.

Аналіз літератури показує, що до основних етапних теорій і моделей стресу можна віднести наступні:

- Генетично-конституціональна теорія, суть якої зводиться до положення, що здатність організму чинити опір стресу залежить від зумовлених захисних стратегій функціонування незалежно від поточних обставин. Дослідження в даній області є спробою встановити зв'язок між генотипом і деякими фізичними характеристиками.

- Модель схильності до стресу - заснована на ефектах взаємодії спадкових і зовнішніх чинників середовища.

- Психодинамічна модель, заснована на припущеннях теорії З. Фрейда. У своїй теорії він описав два типи зародження і прояву тривоги, неспокою:

а) сигналізуюча тривога виникає як реакція передбачення реальної зовнішньої небезпеки;

б) травматична тривога розвивається під впливом несвідомого, внутрішнього джерела.

- Модель Н.G. Wolff, згідно якої автор розглядав стрес як фізіологічну реакцію на соціально-психологічні стимули і встановив залежність цих реакцій від природи відносин, мотивів поведінки індивіда.

- Міждисциплінарна модель стресу. Згідно даної моделі стрес виникає під впливом стимулів, які викликають тривогу у більшості індивідів і приводить до ряду фізіологічних, психологічних і поведінкових реакцій, у ряді випадків патологічних.

- Теорії конфліктів. Декілька моделей стресу відображають взаємозв'язок поведінки суб'єктів і загальний стан напруги у відносинах, супроводжуваних групові процеси.

- Модель D. Mechanik. Центральним елементом в цій моделі, є поняття і механізми адаптації, яка визначена автором як засіб, яким індивід бореться з ситуацією, і яка має два прояви:

- 1) подолання - боротьба з ситуацією;
- 2) захист - боротьба з відчуттями, викликаними ситуацією.

- Стрес як поведінкові реакції на соціально-психологічні стимули. Модель фізіологічного стресу Сельє була модифікована. В результаті стрес розглядається як стан організму, в основі якого лежать як адаптивні, так і не адаптивні реакції.

- Системна модель стресу, яка відображає розуміння процесів управління (поведінки, адаптації) на рівні системної саморегуляції і здійснюється шляхом зіставлення поточного стану системи з його відносно стабільними нормативними значеннями.

- Інтеграційна модель стресу. Центральне місце в моделі займає проблема, що вимагає від людини ухвалення рішення.

Відповідно до системного підходу у наш час стрес вивчається з позицій фізіологічного, психологічного і поведінкового рівнів. Одна з перших таких спроб була зроблена Р. Лазарусом. Стрес фізіологічної природи є, на думку автора, безпосередньою реакцією організму, що супроводжується вираженими фізіологічними зрушеннями, на дію різних зовнішніх і внутрішніх стимулів фізико-хімічної природи. При цьому величина фізіологічного стресу залежить від інтенсивності впливаючого агента. Аналіз психологічного стресу вимагає обліку таких чинників, як значущість ситуації для суб'єкта, особливості інтелектуальних процесів, особистісні характеристики. Дані психологічні чинники визначають і специфіку у відповідь реакцій. Відмітні особливості психологічного стресу полягають в тому, що він викликається психічними стимулами, які оцінюються як загрозливі. Іншими словами, оцінка загрози є

передбаченням людиною можливості небезпечних наслідків дії впливаючої ситуації. Процеси оцінки погрози, пов'язані з аналізом значення ситуації і відношенням до неї, включають не тільки відносно прості перцептивні функції, але і процеси пам'яті, здібність до абстрактного мислення, елементи минулого досвіду суб'єкта, його навчання і т.д.

Поняття загрози - центральне в когнітивній теорії психологічного стресу. На його основі описується встановлений і емпіричних дослідженнях складний комплекс явищ, пов'язаних з поведінкою людини в екстремальних, складних умовах. Так, загроза запускає захисні імпульси, що мають ті ж характеристики, які зазвичай приписуються емоційним станам. Вони направлені на усунення або зменшення передбачуваних небезпечних дій і виражаються в різному відношенні до негативних наслідків, наприклад в запереченні ситуації, її подоланні або ухваленні. Природа захисних механізмів залежить як від ситуативних, так і від особистісних чинників. Акцентується необхідність розмежування оцінок загрози від оцінок процесу її подолання з метою усунення або зменшення очікуваних деструктивних впливів [13].

З цього витікає, що розвиток психологічного стресу можливий без матеріальної присутності його джерела, а тільки завдяки здатності індивіда передбачати майбутні і можливі зіткнення з якою-небудь небезпечною для нього ситуацією. Характер і інтенсивність стресової ситуації в основному визначаються ступенем розбіжності між вимогами, які пред'являє конкретна діяльність до особистості, і тими потенціями, якими володіє суб'єкт.

Суб'єктивісти позначають свій підхід як інтеракційну проблему, і представник даного напрямку N. Endler, міркуючи про стрес, відзначав в ньому специфічний спосіб взаємодії суб'єкта з самим собою і з навколишнім середовищем [17].

Основоположником суб'єктивістського підходу вважається Р. Лазарус, який обумовлював стрес двома особистісними особливостями:

- 1) уявленнями про світ, себе, і здатність брати на себе зобов'язання;
- 2) уявленнями про свої здібності, вплив на наслідки.

Схожі уявлення про емоційний стрес можна знайти і у В. Е. Мільмана, який розглядає стрес як функцію двох чинників: величини потреби в досягненні і суб'єктивної оцінки вірогідності досягнення.

Значний внесок у вивчення психології стресу вніс В. А. Ганзен, що розглядає стан стресу як полідетерміновану, інтегральну якість особистості і використовує при його описі системний підхід. Так, в загальній структурі психічного стану він виділяє три підструктури. Перша – ієрархічна – складається з характеристик чотирьох рівнів організації стану: фізіологічної, психофізіологічної, психологічної і соціально-психологічної. Друга розкриває наявність в кожному із станів суб'єктивних (переживання) і об'єктивних (спостережуваних) сторін. Третя підструктура утворює три групи характеристик: загальні, особливі і індивідуальні.

Дане визначення стресу не тільки відповідає принципу системності, але і, що особливо важливе, акцентує увагу на людині як особистості. Особливу увагу у сьогоденні науковці приділяють дослідженню особистості як суб'єкта діяльності, і відповідно, спостерігають за тими психічними станами, які виникають у людини під час виконання певного роду діяльності.

Останніми роками багатьма дослідниками показано, що одні і ті ж стресори можуть як робити мобілізуючий вплив на поведінку і діяльність, так і приводити до повної дезорганізації діяльності (Б. А. Вяткін, Л. А. Китаєв-Смик, Ф. З. Меєрсон, У. Е. Мільман, Р. Г.С. Нікіфоров).

Проблема стресу в період професійного самовизначення на даний момент є мало вивченою і включає основні два компоненти: стрес, пов'язаний з учбово-професійною діяльністю, і стрес, пов'язаний з виникненням страхів і тривожності напередодні безпосередньої професійної діяльності.

1.2. Проблема розвитку творчого потенціалу особистості в психолого-педагогічній теорії

На сьогоднішній день в сучасній психолого-педагогічній галузі знань гострої актуальності набирає проблема формування та розвитку творчого

потенціалу особистості. Дослідження різноманітних проявів творчого потенціалу особистості набуває особливої значущості внаслідок того, що цей соціальний внутрішньо суперечливий феномен є необхідним моментом та основною суб'єктивної діяльної здатності людини. Як соціальне явище творчий потенціал особистості потребує серйозного загальнотеоретичного осмислення. Для того, щоб скласти уявлення про це надзвичайне складне, своєрідне, багатопланове явище як про цілісну соціальну якість особистості, необхідно звернутися до визначення цього поняття, основних складових елементів, виявлення суттєвого, закономірного, особового, особистісного та індивідуального.

Дослідження та вивчення будь-якого явища починається з його фіксації, осмислення та описання, отже виявлення його сутності, структури, можливості та умови розвитку, збагачення, розширення та, що найголовніше, реалізації. Розглядаючи це багатоемне поняття, слід зауважити, що визначень існує немало, але всі вони характеризуються різноплановістю, неоднозначністю тлумачень, туманністю, а деколи й суцільним протиріччям.

Звертаючись до філософського розуміння поняття «потенціал», слід сказати, що його, в основному, пов'язують з усвідомленням діяльнісного витoku буття індивіда, під яким розуміється сила, здібність, потенційні можливості, душевна енергія. Реальність, яка відображається в терміні «потенціал», перебуває на стику природного (об'єктивного) та соціального (суб'єктивного), внутрішнього та зовнішнього, статичного та динамічного. Потенціал фіксує суперечність, джерело саморозвитку певного явища, що реалізує себе зовні, тобто через процес актуалізації.

Потенціал - це властивість будь-якого організму, до того ж не тільки живого. Йдеться про виробничий, економічний, науково-технічний потенціал, про потенційні можливості окремої особи, суспільства, держави у певній сфері їхньої життєдіяльності. А от творчий потенціал - це величина, що характеризує потенційну енергію суб'єкта творчості, його силу, міць. Таким суб'єктом творчості виступає людина, колектив, народ, суспільство і т.д. [13].

Отже, в загальнофілософському плані поняття «творчий потенціал особи» розглядається як синтетична якість, що характеризує міру її можливостей ставити і розв'язувати нові завдання у сфері своєї діяльності, яка має суспільне значення. Творчий потенціал особи пов'язується зі здатністю самостійно ставити і вирішувати в тому чи іншому вигляді людської діяльності суспільне значимі проблеми. Його можна показати у вигляді сукупності різних можливостей, потенціалів: перетворювально-предметного (навички, уміння, здібності), пізнавального (інтелектуальні здібності), аксіологічного (ціннісні орієнтації), комунікативного (морально-психологічні якості), художнього (естетичні здібності).

Як відомо, термін «потенціал» спочатку застосовувався і був строго визначений в фізичній теорії електростатичного поля. Потенціалом джерела поля в заданій точці простору називають ту роботу, яку може зробити дане джерело поля при переміщенні однойменного одиничного заряду з вказаної крапки в нескінченно видалене місце. Потенціал в такому сенсі визначається через можливість здійснювати роботу, витратити енергію на перетворення навколишнього середовища.

Отже, в етимологічному плані під потенціалом розуміють можливість здійснювати щось (фізичний потенціал - запас фізичних сил, електричний потенціал, загальний енергетичний потенціал і т. ін.). В найпростішому варіанті слід говорити про творчий потенціал як про ресурс творчих можливостей людини, здатність конкретної людини до здійснення творчих дій, творчої діяльності в цілому.

Аналогічно можна визначити творчий потенціал фахівця як граничні можливості в створенні соціально значущих нововведень, що істотно підвищують рівень ефективності знань, які розробляються в даній області, і технологій.

Звернімося до філологічного словнику, в якому зазначається, що потенціал походить від лат. *potentia* - сила, можливість, здатність, яка існує в прихованому вигляді і може проявити себе завдяки відповідним умовам. Також

потенції розуміється як сукупність джерел, засобів, резервів, які можуть бути використані у зв'язку з досягненням певної мети.

Деякі автори, розглядаючи поняття «творчий потенціал», передають його в наступних поняттях: «духовний потенціал особистості», «інтелектуальний потенціал», «трудоий потенціал».

Духовний потенціал особи — внутрішня, психічна можливість її розвитку, внутрішня енергія, спрямована на творче самовідбиття і самоствердження. Сене поняття духовного потенціалу особи коротко можна передати так: це є інтегральна характеристика психічних можливостей людини, її самореалізації. Структура духовного потенціалу складається з: можливостей суб'єкта, які ще не розвинуті у творчі здібності; внутрішніх (суб'єктивних) можливостей, що активізують реалізацію творчих здібностей; характеру впливу суб'єкта на предмет творчості (рівень технічної активності, стиль творчої діяльності тощо).

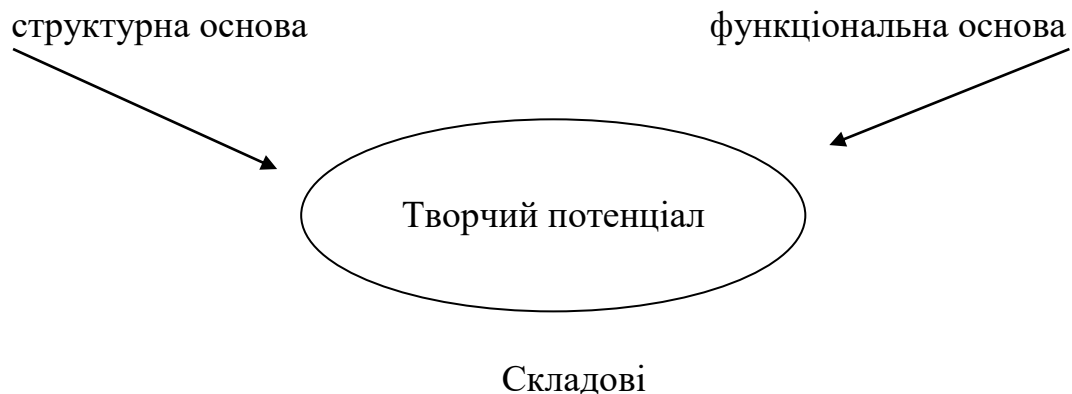
Вчені розглядають потенційну сферу як «внутрішню, нереалізовану сутність особистості, яка за відповідних умов (сприятливих для подолання внутрішніх суперечностей) стає дійсністю». С.В. Олійник вважає, що внаслідок дії рефлексивних та інтегративних функцій самосвідомості потенціал особистості виступає результатом процесу її соціопсихічного становлення і створює можливості дії її саморозвитку. Реалізуючи внутрішній духовний потенціал, який розуміється як сукупність стрижневих рис особистості, суб'єкт розкриває себе у творчій діяльності, завдяки якій і відбувається перехід потенційного в актуальний стан.

Поняття «інтелектуальний потенціал» передає соціально-психологічні можливості особи. Воно відображає такі явища, як здібності, знання, навички та уміння. У соціологів особливого значення набувають дослідження трудового потенціалу працівника, його структури, в якій, як правило, виділяють, три компоненти: виробничо-кваліфікаційний потенціал, психофізіологічний та особистісний потенціали. Виробничо-кваліфікаційний характеризується обсягом загальних і спеціальних знань, трудових навичок і вмінь працівника; психофізіологічний - рівнем здібностей працівника, станом його здоров'я, типом

нервової системи, працездатністю, витривалістю тощо; особистісний - рівнем соціальної зрілості працівника, ступенем засвоєння ним норм свідомого ставлення до праці, змістом потреб, інтересів, установок у сфері праці.

Зрозуміло, що зміст поняття, його обсяг і структура розкриті ще недостатньо, необхідна розробка його теоретико-концептуальної основи.

Зміст поняття «творчий потенціал особи» О.І.Клепиков та І.Т.Кучерявий розглядають як інтегральну властивість у вигляді здібності, що дає змогу людині здійснювати предметну діяльність. За своїми витокami ця властивість людського індивіда є результатом природної й соціальної активності, зовнішнім виявом якої виступає праця або доцільна діяльність, що органічно включає свідомість і спілкування, які проявляються у формі пізнавальної та комунікативної діяльності. Здатність до творчості невіддільна від здатності до праці. Творча активність історично виникає з трудової активності, формуючись і розвиваючись на її основі. Праця - її зміст, характер, ставлення до неї - обумовлює розвиток особистості.



Мал. 1 Структура творчого потенціалу (за О.І.Клепиковим та І.Т.Кучерявим)

На думку вчених, творчий потенціал є органічним тілом, що можна уявити у вигляді формування структурно і функціонально організованих основ. Незважаючи на протилежність структурної і функціональної сторін, вони тісно

переплетені, нерозривно пов'язані між собою і, як правило, утворюють важко розчленовану єдність.

Р.В.Ткач через поняття «творча активність» намагається визначити сутність терміну «творчий потенціал». Творчий потенціал він розглядає як динамічну структуру особистості, що включає комплекс творчих задатків, які виявляються і розвиваються у творчій діяльності, а також комплекс психічних новоутворень особистості протягом її вікового дозрівання. Потенціал творчої активності виступає як динамічна інтегрована структура, що включає комплекс новоутворень, базується на уявленні і фантазії, асоціативних зв'язках, багатстві інтуїтивних процесів, емоційній різноманітності і емпатійних почуттях, які здійснюються у процесі творчої діяльності. Отже, творча активність не тільки залежить від індивідуального творчого потенціалу, розумового досвіду, а є головною умовою виявлення та розвитку творчого потенціалу особистості та механізмом реалізації її творчих здібностей і проявляється в трьох формах:

- а) в особистості (як творчий потенціал через процес інтеріоризації як);
- б) в соціумі (як творчий процес діяльності у вигляді екстеріоризації з метою створення і розповсюдження творчого досвіду);
- в) в особистісній інтеріоризації (творче особистісне новоутворення, набуваючи на основі накопиченого творчого та інтелектуального досвіду нової форми особистісного саморозвитку.

Окрім визначень поняття творчий потенціал, доцільним буде розглянути його сторони: об'єктивну та суб'єктивну.

Об'єктивно творчий потенціал особистості оцінюється шляхом визначення соціальної значущості створюваних нововведень, їх корисності в збереженні енергії людини і людства.

Суб'єктивно творчий потенціал особистості можна визначити через його творчі здібності. Творчими здібностями можна назвати сукупність його внутрішніх ресурсів і специфічних властивостей, які дозволяють йому бути суб'єктом творчості за наявності деяких мінімальних умов творчої праці. До цих умов відносяться:

1) тісний взаємозв'язок особи з своїм соціальним середовищем, яке дозволяє фахівцеві усвідомлювати назрілі в суспільстві проблеми і формувати на цій основі внутрішні мотиви, цілі і потреби своєї діяльності;

2) доступ до суспільних сховищ інформації;

3) сприятливий мікроклімат в трудовому колективі, що забезпечує для творчого працівника певний рівень співпраці, взаємодопомоги, доброзичливості, моральної підтримки і заохочення, а також можливості для експериментування в ході рішення поставлених завдань.

Творчі здібності розвиваються і реалізуються практично на базі граничного розвитку всіх інших фундаментальних здібностей людини, здібностей до збереження і підтримки на належному рівні фізичного і етичного здоров'я, здібностей до постійного споживання і обробки інформації, здібностей до співпраці і т.д. Не менш важливим є свобода особистості, що виступає основним фактором становлення творчого потенціалу - надання можливості самостійно визначити посильні шляхи вирішення проблем, вибору форм і засобів діяльності, що в кінцевому результаті призведе до духовного та інтелектуального збагачення особистості.

Якщо звернутися до структурної основи творчого потенціалу, слід зауважити, що особистість розкривається через свою творчість, адже вона володіє певними можливостями (потенціями), що становлять її здатність до творчості. В найбільш узагальненому вигляді структуру творчого потенціалу складають:

- можливості, які ще не перейшли в здібності;
- можливості, що активізують реалізацію здібностей;
- стиль творчої діяльності.

Американський соціолог Д.Клозен вказує на основні детермінанти на шляху творчості людини (структурні компоненти творчого потенціалу особистості):

- особисті ресурси (розум, темперамент, знання);
- «джерела підтримки та керівництва» (норми, інструкції, рекомендації);

- можливості для виконання особистих цілей, що залежать від соціальної приналежності, суспільно-історичної ситуації;
- власні зусилля особистості, її діяльність.

Т.М.Третяк визначає структуру творчого потенціалу особистості, виокремлюючи основні структурні елементи:

1) суто інформаційна - «будівельний матеріал» для побудови шуканих конструкцій, інформаційні блоки якої можуть бути більш або менш системно організовані, часом до рівня «згорнутості»;

2) інструментальна, що передбачає дві підструктури:

2а) «інструмент» для розв'язування творчих завдань відповідного рівня системної організації (прийоми, способи, стратегії конструктивного мислення);

2б) «регулюючий інструмент», інтегрований з елементів мотиваційної та емоційно-вольової сфер особистості, за допомогою якого здійснюється взаємодія підструктур творчого потенціалу: підструктури 1 і підструктури 2а, що й складає основу розв'язування різного роду творчих конструктивних завдань.

При цьому аналіз змісту понять «творчий потенціал» і «обдарованість» свідчить, що їх відмінність полягає насамперед у наявності серед складових (структури творчого потенціалу саме складової («будівельного матеріалу») для створення задумів розв'язування задач. Обдарованість же, по суті, є інструментом певного рівня системної організації. В її основі - складові творчого потенціалу 2а і 2б.

Отже, творчий потенціал людини «тримається» на таких трьох основних «китах»:

1) інформація, обізнаність людини щодо розв'язування актуальної проблеми, знання, свого роду «будівельний матеріал» для створення задуму розв'язування задач:

2) прийоми, методи, способи, стратегії, необхідні для вирішення проблеми, так званий «інструмент»:

3) мотивація, воля, упевненість людини у собі.

Якщо спробувати представити вищезазначені складові та їх компоненти у вигляді піраміди, то основу складатиме готовність до розв'язування завдань, а на її вершині має бути впевненість людини у собі, своїх силах, що є результатом узгодженості, збалансованості, необхідної розвинутості всіх складових, актуальних для успішного творчого пошуку. При цьому дефіцит прогностичне необхідної інформації швидко долається, а наявні труднощі щодо оперування «будівельним матеріалом» та «інструментом» оперативно нейтралізуються за рахунок збалансованості мотиваційно-вольового компонента (те, заради чого людина береться за вирішення проблеми, а також рівень розвитку її саморегуляції щодо подолання впливу на неї зовнішніх і внутрішніх негативних чинників, в залежності від якого ці труднощі можуть бути реалізовані людиною як стимули до саморозвитку - так би мовити, очевидна шкода може бути трансформована на користь, причому не лише для даної людини, але і для інших людей).

З вищезазначеного слідує, що успішність розв'язання творчих завдань, залежить від таких складових елементів:

- «будівельного матеріалу» (різноманітність, структурованість, динамічність);
- психологічної готовності, рівень розвитку якої визначається рівнем творчості завдань, доступних для розв'язання даною людиною:
 1. Робота над завданням полягає лише в матеріалізації задуму, розробленого іншими людьми.
 2. Здійснюється самостійна розробка задуму розв'язання задачі.
 3. Здійснюється самостійне формулювання умови /завдання, розробляється задум його розв'язання і т.д.
 4. Здійснюється самостійна постановка проблеми, формулюється умова задачі, розробляється задум її розв'язання і т.і.
- впевненість особистості в собі, власних силах;
- досконалість творчого інструментарію: системи прийомів, методів, стратегій творчого пошуку [8;18].

Н.Ф.Вишнякова, визначаючи архітектуру зрілої особистості, здатної досягти певних професійних вершин, описала її сьома основними рівнями:



Мал. 2 Архітектура зрілої особистості

Автор за зрозумілою логікою розташувала ресурсну сферу творчої зрілості на першому рівні (див. мал.2), включивши в неї й творчий потенціал (оригінальність мислення, уява, інтуїція, чуттєвий досвід, обдарованість, ініціативність), а також підсвідому сферу (природні задатки).

В.О.Моляко в свою чергу, погоджується з даною моделлю архітектури зрілої особистості, але вважає за необхідне ставити потенціал не тільки як фундамент, але й додати цю складову по всіх рівнях, оскільки творчий потенціал не суцільне автономне утворення, а складна підсистема, яка тісно переплітається з іншими структурними складовими психіки, в даному випадку з детермінуючими творчі процеси елементами.

Проведений теоретичний аналіз наукових праць щодо проблеми дослідження «творчого потенціалу» особистості дозволив виявити основні фундаментальні позиції на сутність цього соціального явища:

1) Кожна особа здатна до творчості; в ній вона розкривається, тобто реалізує свої творчі можливості з найбільшою повнотою за допомогою творчої активності.

2) Творчий потенціал – це не просто сукупність індивідуальних творчих якостей особистості, а цілісна динамічна система.

3) Формування та розкриття творчого потенціалу повинно відбуватись на основі синтезу генетичного, індивідуального та соціального факторів розвитку особистості.

Отже, в нашому науковому дослідженні творчий потенціал особистості розглядається як інтегральна, динамічна особистісно-соціальна властивість, яку можна охарактеризувати як невичерпний ресурс творчих можливостей, здатність конкретної людини до творчої діяльності. Творчий потенціал особистості як сукупність творчих можливостей, здатності до цілеспрямованої творчої діяльності виявляється через сутність сил, які розкривають людину в якості суб'єкта творчості. Таким чином, творчий потенціал виконує інтегруючу функцію в структурі якісних характеристик в системі розвитку та становлення особистості. Що стосується дослідження структури творчого потенціалу особистості, в нашому науковому дослідженні ми виокремлюємо такі його структурні елементи: інформованість (теоретичний базис), методична база (володіння інструментарієм, прийомами і продуктивними технологіями реалізації теоретичного задуму, розв'язання поставленої задачі), мотиваційно-вольовий компонент (психологічна готовність, цілеспрямованість, вмотивованість, цілісне напруження, впевненість в собі, своїх потенційних можливостях, адекватна самооцінка).

1.3. Суб'єктно-особистісні детермінанти стресостійкості майбутніх педагогів

Під терміном «стресостійкість» С.В. Субботін розуміє такі приватні його складові, як емоційна стійкість, психологічна стійкість до стресу, стрес-резистентність, фрустраційна толерантність. Термін «емоційна стійкість» використовується О.А. Черніковою в значенні деякої інтенсивності і якісних особливостей емоційного переживання. Подібної точки зору дотримується і

С.М. визначаючи емоційну стійкість через здатність бути емоційно стабільним, тобто мати незначні зрушення у величинах, що характеризують емоційні реакції в різних умовах діяльності.

У психологічній літературі в якості різних чинників, що впливають на стійкість людини до стресу, дослідники називають різні явища: значущість події для особистості (Л.І. Єрмолаєва, Н.Д. Левітов, Ю.Є. Сосновікова), суб'єктивна оцінка особою ситуації (Н.І. Наєнко, Ю.Б. Некрасова, Т.А. Немчин, М. Тишкова), цінності людини (К.А. Абульханова-Славська, Л.І. Анциферова), особистісний сенс (М.Ю. Денісов, А.О. Прохоров), психологічна переробка (Л.І. Анциферова), що у свою чергу можна назвати тими внутрішніми суб'єктивними умовами, які визначають психологічну суть особистості [13].

На одну з істотних сторін стресостійкості звертає свою увагу П. Б. Зільберман, кажучи про те, що стійкість може бути недоцільним явищем, що характеризує відсутність адекватного віддзеркалення ситуації, що змінилася, свідчить про недостатню гнучкість, пристосовність. Він же пропонує своє трактування стресостійкості, розуміючи під нею інтеграційну властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності індивідуума, яке забезпечує оптимально успішне досягнення мети діяльності в складній емотивній обстановці.

Як впливає зі всіх приведених визначень стресостійкості, даний феномен (якість, межа, властивість) розглядається в основному з функціональних позицій, як характеристика, що впливає на продуктивність (успішність) діяльності. І лише у визначеннях Б. Х. Варданяна і С. В. Субботіна простежується ідея про подвійну природу стресостійкості. Ця особливість виявляється в розгляді стресостійкості як властивості, що впливає на результат діяльності (успішність-неуспішність) і як характеристики особистості, що забезпечує гомеостаз, як системи. А з цих позицій можна розглядати стресостійкість як показник діяльнісний і особистісний.

Аналіз наукової літератури з теми дослідження показав, що в сучасній психологічній науці існують різні підходи до визначення поняття "стресостійкість" й сьогодні, незважаючи на велику кількість праць з даної проблематики, немає «ясності в розумінні суті стресостійкості, її структури, ролі психіки в її забезпеченні» (В.О.Бодров). Так, під терміном "стресостійкість" розуміють такі окремі його складові, як емоційна стійкість, стрес-резистентність, фрустраційна толерантність та ін. [12]

Узагальнення теоретичних аспектів досліджуваної проблеми дозволило нам виділити декілька основних підходів, які мають суттєве значення для вивчення феномена стресостійкості та складають методологічну основу розуміння особливостей прояву даного психологічного явища.

Згідно з основними положеннями суб'єктно-діяльнісного підходу, викладеними в роботах К.А. Абульханової-Славської, Б.Г.Ананьєва, А.В.Брушлінського, Л.С.Виготського, Є.А.Клімова, О.Н.Леонтьєва, Б.Ф.Ломова, С.Л.Рубінштейна, психіка людини формується і виявляється в ході діяльності, яка розуміється як цілеспрямована, свідома, практично перетворююча активність людини по відношенню до зовнішнього світу та до самої себе. Включаючись у процес цілеспрямованої діяльності, людина набуває специфічні властивості та якості самоорганізації, саморегуляції, самоконтролю, які в свою чергу складають основу ефективного або неефективного функціонування в різних умовах, зокрема стресогенних.

Таким чином, стресостійкість ми розуміємо як складну інтегральну властивість особистості, взаємопов'язану з системою елементів, представлених комплексом інтелектуальних, когнітивних, емоційних, особистісних якостей, що забезпечують можливість індивіду переносити значні розумові, фізичні, вольові та емоційні навантаження, зберігаючи при цьому ефективність функціонування .

Основним фактором стресостійкості майбутнього практичного психолога безпосередньо є задоволеність вибраною професією, що має значні кореляційні зв'язки з оптимальним мотиваційним комплексом (позитивний зв'язок $r = + 0,409$) та з рівнем емоційної нестабільності (негативна залежність $r = - 0,585$).

Інакше кажучи, задоволеність вибраною професією тим вище, чим оптимальніше мотиваційний комплекс: висока вага внутрішньої і зовнішньої позитивної мотивації і низький – зовнішньою негативною. Висока емоційна нестабільність пов'язана із зниженням задоволеності професією.

Емоційна нестабільність особистості сама по собі може обумовлювати зниження задоволеності професією у цілому ряді випадків. Але з іншого боку, низька задоволеність, викликана іншими причинами (внутрішньоособистісний конфлікт, професійні невдачі, неможливість задоволення основних потреб і ін.), може приводити до підвищення емоційної нестабільності [5]. Перше впливає на друге, друге – на перше; загальний негативний ефект при цьому постійно підтримується на високому рівні або підвищується. Підтверджує сказане і виявлена в дослідженні негативна кореляційна залежність між оптимальністю мотиваційного комплексу і рівнем емоційної нестабільності особистості майбутнього професіонала. Чим оптимальніше мотиваційний комплекс, чим більше активність психолога мотивована самим змістом практичної діяльності, прагненням досягти в ній певних позитивних результатів, тим нижче емоційна нестабільність, і навпаки, чим більше діяльність фахівця обумовлена мотивами уникнення, бажанням «не сплохувати» (які починають превалювати над мотивами, пов'язаними з цінністю самої психологічної діяльності, а також над зовнішньою позитивною мотивацією), тим вище рівень емоційної нестабільності.

Таким чином, вищевикладене свідчить про те, що:

1. Стресогенність психологічної діяльності обумовлена мірою і кількістю труднощів, що виникають при вирішенні практичних завдань.

2. Труднощі професійної діяльності є специфічними для кожного етапу професійного самовизначення.

3. Психологічні утруднення детерміновані, з одного боку («зовнішній» чинник), складністю професійної ситуації, а з іншої («внутрішній» чинник) — суб'єктно-діяльними і особистими властивостями студента-психолога.

4. Особистісні риси і психологічні уміння, що визначають успішність

подолання стресогенних чинників, - стресостійкість, пов'язана з рівнем сформованості професійної майстерності майбутнього фахівця.

5.Рівень професійної майстерності визначає специфічність впливу на психолога труднощів, що виникають в практичній діяльності.

6.Труднощі роблять позитивний (стимулюючий) вплив на психологів високого рівня професійної майстерності і негативно (дезорганізуюче) позначаються на діяльності фахівців низького рівня майстерності.

7.Основна роль в подоланні труднощів, супроводжуючих робочий, учбовий процес, належить відповідно конкретному етапу психологічної діяльності професійно-психологічним умінням майбутнього психолога.

Стресостійкість психолога залежить від сформованості загальних і спеціальних психологічних умінь і інтелектуального розвитку, що характеризують фахівця як суб'єкта діяльності, і від особливостей структурних елементів особистості.

Розділ II. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРЕСОРІВ СТУДЕНТІВ - МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

2.1. Інструментарій і процедура дослідження

Теоретичний аналіз проблеми впливу стресу на процес професійного самовизначення дав підставу виділити основні компоненти, які лежать в основі стресостійкості особистості. Такими компонентами виступають: копінг-поведінка, мотиви вибору професії, стресостійкість, адаптивність та ін.

Експериментальна частина нашого наукового дослідження проходила на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького зі студентами IV курсів та магістратури спеціальності «Практична психологія».

Емпіричне дослідження включало три етапи: підготовчий, діагностичний і аналітичний. На першому етапі були відібрані методичні та інструментально-діагностичні прийоми, сформована репрезентативна вибірка.

З метою виявлення стресостійких структур особистості майбутнього педагога респондентам було запропоновано виконати завдання стандартизованих методик.

Перша методика - «Мотиви вибору професії» (додаток 1). Завданням даної методики є визначення домінуючих мотивів вибору студентами професії психолога, що зумовлює ставлення майбутніх фахівців до цієї професії. Дана методика складається з 20 тверджень, які характеризують професію. Респондентам необхідно було проранжувати дані твердження за мірою їх впливу на вибір професії відповідно до наступної шкали: «5» - дуже сильно вплинуло; «4» - сильно; «3» - середнє; «2» - слабо; «1» - ніяк не вплинуло. Максимальна сума отриманих балів свідчить про домінування окремого виду мотивації (внутрішні індивідуально значимі мотиви – «І», внутрішні соціально значимі мотиви – «С», зовнішні позитивні мотиви – «+», зовнішні негативні мотиви – «*»).

Друга методика – *«Опитувальник адаптивності до стресу»* (Розов В.І.) (додаток 2). Методика спрямована на виявлення адаптаційного синдрому до стресу. Опитувальник складається зі 143 тверджень, які торкаються темпераменту та характеру. Респондентам необхідно відповісти на дані твердження «так» чи «ні». За допомогою цієї методики можна отримати дані про загальний індекс адаптації до стресу, про рівні оптимістичності, соціальної підтримки, адаптивного мислення, впевненості у собі, управління психофізіологічним станом, самотинної регуляції та самоорганізації життєвого часу.

Третя методика – *«Опитувальник професійної дезадаптації»* (Дмитрієва М.А.) (додаток 3). Дана методика дає змогу своєчасно виявити рівень професійної дезадаптації, погіршення стану самопочуття (емоційні здвиги, особливості окремих психічних процесів, зниження загальної активності, почуття втоми), соматовегетативні порушення, порушення циклу «сон – неспанья», особливості соціальної взаємодії та зниження мотивації до діяльності. Опитувальник складається з 64 тверджень. Респонденту необхідно визначити чи відповідають дані твердження його самопочуттю.

Четверта методика – *«Опитувальник Рідера на виявлення рівня соціально-психологічного стресу»* (додаток 4). Методика має на меті виявлення рівня соціально-психологічного стресу. Вона складається з семи тверджень, на які респондент має дати відповідь, ранжуючи за бальною шкалою відповідності (від 4 до 1 балу) та проставляючи необхідні бали у бланк відповідей (додаток 6).

П'ята методика – *«Шкала професійного стресу»* (додаток 5), спрямована на виявлення рівня стресового стану у професійній діяльності. Методика складається з 22 запитань. Студентам необхідно було вибрати відповідь із запропонованих (а, б, в, г, д).

Шоста методика – *«Копінг-поведінка в стресових станах»* (С. Норман, Д.Ф. Ендлер, Д.А. Джемс, М.І. Паркер, адаптований варіант Т.А. Крюкової) (додаток 6). Адаптований варіант копінг-стресової поведінки включає перелік конкретних реакцій на стресові ситуації та спрямований на виявлення

домінуючих допінг-стресових поведінкових стратегій: копінг, орієнтований на вирішення завдань; копінг, орієнтований на емоції, копінг, орієнтований на уникнення. Також за допомогою методики можна прорахувати субшкалу відвернення та субшкалу соціального відвернення. Опитувальник складається з 48 можливих реакцій людини на різні складні стресові ситуації. Респонденти повинні були визначити частоту використання заданих типів поведінки.

Використані методики сприяють створенню цілісної характеристики стресостійкості майбутніх практичних психологів: рівень професійного, соціально-психологічного стресу, адаптивне мислення та ін.

З метою дослідження особливостей реалізації творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога, виявлення динамічних характеристик розвитку творчих здібностей студентів в процесі навчання в вищому навчальному закладі була розроблена комплексна програма діагностики.

В ході проведення емпіричного дослідження нами були поставлені такі задачі:

1) розкрити та проаналізувати сутність поняття «креативність», «творчий потенціал особистості»,

2) виявити роль креативності в структурі професійної діяльності практичного психолога на основі відповідей студентів;

3) визначити бар'єри на шляху розвитку творчих здібностей студентів в процесі навчально-виховної діяльності (фактори, що сприяють та гальмують процес розвитку творчих здібностей студентів).

4) визначити самооцінку професійно-важливих якостей особистості майбутнього психолога-практика, серед яких провідне місце займає креативність;

3) розробити профілі студентів початкового року навчання і студентів, що закінчують навчання за спеціальністю «Практична психологія»;

4) виявити динаміку розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога.

В нашому науковому дослідженні діагностика та аналіз ступеня сформованості професійно-важливих якостей (творчих здібностей) побудовані на основі самооцінки особистості як оцінки своїх сил і здібностей, достатніх для виконання того чи іншого завдання.

Сьома методика – *«Діагностика особистісної креативності» (Е.Е.Тунік)* (додаток 7). Дана методика дозволяє визначити особливості творчої особистості. Опитувальник містить 50 тверджень. Кожне питання має чотири варіанти відповіді: «так», «можливо», «ні», «не знаю». Перед студентами постала задача оцінити твердження якомога швидше (опитувальник не містить правильних чи неправильних відповідей), довго не зупинятися на кожному запитанні. Визначення кожного з чотирьох факторів відбувається на основі позитивних та негативних відповідей студентів.

Восьма методика - *комплексної програми експериментального дослідження полягає в визначенні соціальної креативності особистості методика (Е.Е.Тунік)* (додаток 8). Дозволяє виявити рівень соціальної креативності за допомогою самооцінки поведінки особистості в нестандартних ситуаціях життєдіяльності. В бланку відповідей студентам було запропоновано за 9-бальною шкалою провести самооцінку власних особистісних якостей або частоту їх виявлення в заданих ситуаціях життєдіяльності.

2.2. Аналіз результатів експерименту

Після проведення емпіричної частини роботи, в результаті статистичної обробки даних були отримані відповідні результати сформованості стресостійких механізмів особистості майбутніх педагогів, визначення життєвих стратегій, рівень впливу різних стресогенних чинників на процес становлення та самовизначення особистості педагога.

В результаті обробки першої методики («Мотиви вибору професії») ми отримали наступні процентні співвідношення (додаток 1).

Таблиця 1

Визначення мотивів вибору професії

Мотиви	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
Внутрішні індивідуально значущі	17%	58%
Внутрішні соціально значущі	54%	32%
Зовнішні позитивні	10%	0%
Зовнішні негативні	15%	10%

Відповідно до даної методики, простежується тенденція домінування у студентів магістрів внутрішніх індивідуально значущих мотивів (тобто орієнтація на самореалізацію внутрішнього потенціалу, на отримання задоволення від процесу професійної діяльності), проте показники свідчать про те, що є, хоча і не високий, але і зовнішній негативний мотив (тобто невизначеність, відсутність внутрішнього особистісно значущого сенсу вибору професії). У студентів IV курсу навпаки спостерігається домінування внутрішніх соціально значущих мотивів, тобто прагнення професійно зростати, приносити користь людям, з метою здобуття соціальної значущості. Це пов'язано з віковими особливостями респондентів та прагненням до самоствердження та автономності.

Друга методика – «Опитувальник адаптивності до стресу» (Розов В.І.) дозволила виявити адаптаційний потенціал майбутніх практичних психологів (додаток 2).

Таблиця 2

Дослідження адаптивності до стресу

Назви шкал	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри

Шкала оптимістичності	53%	58%
Шкала соціальної підтримки	55%	48%
Шкала адаптивного мислення	30%	35%
Шкала сну та сновидінь	64%	60%
Шкала впевненості у собі	45%	25%
Шкала управління психофізіологічними станами	48%	52%
Шкала соматичної регуляції	54%	68,75%
Шкала самоорганізації часу життя	45%	16%

Відповідно до отриманих даних, ми можемо спостерігати тенденцію зниження у здобувачів магістратури рівня впевненості у собі, соціальної підтримки та вміння конструктивно організовувати та використовувати власний час. Все це підвищує рівень тривожності та може стати причиною пролонгованого стресу зумовлюється, на нашу думку, наступними факторами:

- нестабільністю соціоекономічної системи, яку відчують студенти у вигляді зниження впевненості у собі та у завтрашньому дню, тривожності за своє майбутнє працевлаштування в поєднанні з прагненням до самореалізації та зміни соціальної ролі;

- також одним з факторів є підвищення емоційного та інформаційного навантаження, яке відчують майбутні фахівці, навчаючись у вузі в період переходу на Болонський процес, підвищенням ролі самостійного здобуття знань, входженням в епоху інноваційних технологій;

- низьким рівнем розвитку культури організації часу та відсутністю навичок самостійно організовувати, планувати та контролювати власну діяльність.

На основі отриманого процентного співвідношення ми прорахували загальний індекс адаптації до стресу (додаток 3):

Таблиця 3

Визначення загального індексу АС

Показник АС	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
Високий	16%	14%
Середній	38%	57%
Низький	46%	29%

З цієї таблиці видно, що у здобувачів магістратури домінує середній рівень адаптації до стресу (57%), а у здобувачів IV курсу – низький рівень (46%). Відповідно, у студентів слабо сформовані адаптаційні конструкти особистості, і це пов'язано як з життєвим досвідом, так і з можливістю повноцінно використовувати внутрішні ресурси.

За результатами третьої методики – «Опитувальник професійної дезадаптації» (Дмитрієва М.А.) ми виявили, що рівень професійної адаптації у студентів IV та магістрів помірний, але у студентів магістратури він дещо вище ніж у майбутніх фахівців IV курсу. Це, на наш погляд, пов'язано з різним рівнем професійної інтеграції та уявленнями себе як професіонала (додаток 4).

Таблиця 4

Дослідження рівня професійної дезадаптації

Рівень дезадаптації	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
Високий	0%	5%
Виразний	6%	30%
Помірний	54%	40%
Низький	40%	25%

Четверта методика – «Опитувальник Рідера на виявлення рівня соціально-психологічного стресу» дозволила виявити рівня прояву соціально-психологічного стресу у студентів психологічних спеціальностей (додаток 5).

Таблиця 5

Виявлення рівня соціально-психологічного стресу

Рівень соціально-психологічного стресу	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
1-й (низький стрес)	60%	29%
2-й (середній стрес)	40%	61%
3-й (високий стрес)	0%	10%

Отримані дані свідчать про те, що у студентів IV курсу переважає низький рівень соціально-психологічного стресу, тоді як у здобувачів магістрів – середній, що пояснюється також різним рівнем життєвого досвіду та переживанням, пов'язаним з безпосередньою професійною діяльністю. Їх середній рівень стресу обумовлений скоріше інформаційним стресом та стресом, пов'язаним з учбовою діяльністю.

За допомогою п'ятої методики – «Шкала професійного стресу» ми отримали дані про наявність професійного стресу у майбутніх психологів (додаток 6).

Таблиця 6

Виявлення професійного стресу у майбутніх психологів

Рівень професійного стресу	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
Високий	0%	0%
Вище середнього	4%	11%
Середній	39%	60%
Низький	57%	29%

Отже, за наслідками проведення даної методики, отримані наступні дані:

- для 29% студентів магістрів та 57% студентів IV курсу стрес не є проблемою, дозволяє зберігати зайнятість і задоволеність;

- для 60% (магістри) та 39% (IV курсу) - помірний стрес, проте вже виникає необхідність проаналізувати ситуацію і подивитися, як можна розумно зменшити стрес;

- для 11% (магістри) та 4% (IV курсу) - стрес представляє безумовну проблему, очевидна необхідність коректувальних дій і ретельного аналізу професійного життя;

- не виявлено студентів близьких до стадії виснаження загалом адаптаційному синдрому.

Виявлення стратегії поведінки при стресових ситуаціях за допомогою методики - «Копінг-поведінка в стресових станах» (С. Норман, Д.Ф. Ендлер, Д.А. Джемс, М.І. Паркер, адаптований варіант Т.А. Крюкової), дозволило отримати наступні результати (додаток 7).

Таблиця 7

Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях

Стратегія поведінки	Процентне співвідношення	
	IV курс	Магістри
Орієнтована на вирішення завдання	52%	66,25%
Орієнтована на емоції	73%	55%
Орієнтована на уникнення	64%	52%
Субшкала відвернення	35%	54%
Субшкала соціального відвернення	44%	64%

За результатами проведення методики виявлено, домінуючим стилем поведінки для здобувачів магістратури є орієнтація на вирішення завдання (66,25%), тобто активний пошук інформації та можливостей діяльності у стресових ситуаціях, причому іноді такий пошук може спричиняти емоційну напруженість та психологічний дискомфорт, але є ефективною з позиції

розвитку адаптаційних та стресостійких ресурсів особистості. Другою за значущістю для здобувачів магістратури є орієнтація на емоції (55%) – емоційне сприйняття стресогенної ситуації, що призводить до виникнення нервово-психічного напруження; третьою за значущістю є стратегія, орієнтована на уникнення (52%) – тобто прагнення відсторонитися від стресогенної ситуації, з метою збереження психічного комфорту, але не вирішує конкретної проблеми. У студентів IV курсу навпаки переважає стратегія, що орієнтується на емоційне сприйняття стресогенної ситуації (73%) та стратегія відходу від проблеми (64%).

За результатами дослідження сьомої методики - «Діагностика особистісної креативності» (Е.Е.Тунік) спостерігається схильність до ризику – 17,6 (дещо звузився діапазон індивідуальних коливань – 11-20); допитливість – 17,9 (середній показник зріс на 1,3); складність – 15,9 (розширилися межі індивідуальних показників – 3-20); уява – 12,5 (збільшився діапазон індивідуальних показників - 1-16).

Таблиця 8

Критеріальні особливості особистісної креативності

Фактори креативності	Особливості прояву
1. Допитливість	Прояви зацікавленості, пошук нових шляхів (способів) мислення, потяг до вивчення нових речей, ідей; пошук різних можливостей вирішення задач, проблемних ситуацій.
2. Уява	Уявлення про вирішення проблеми, бачення конкретних речей незвичайно, неординарно, здивування з приводу різних речей, подій.
3. Складність	Орієнтування на пізнання складних явищ, прояв інтересу до складних речей, ідей; постановка складних

	питань, задач; дослідження проблеми без сторонньої допомоги; прояви наполегливості в досягненні поставленої мети; звернення до найбільш складних шляхів вирішення проблеми.
4. Схильність до ризику	Відстоювання власних ідей не звертаючи уваги на реакцію інших людей; постановка високих цілей та спроби досягти їх; усвідомлення можливості помилок та провалів; дослідження нових ідей та речей; відсутність конформності; ризик задля отримання будь-якого результату (позитивного чи негативного).

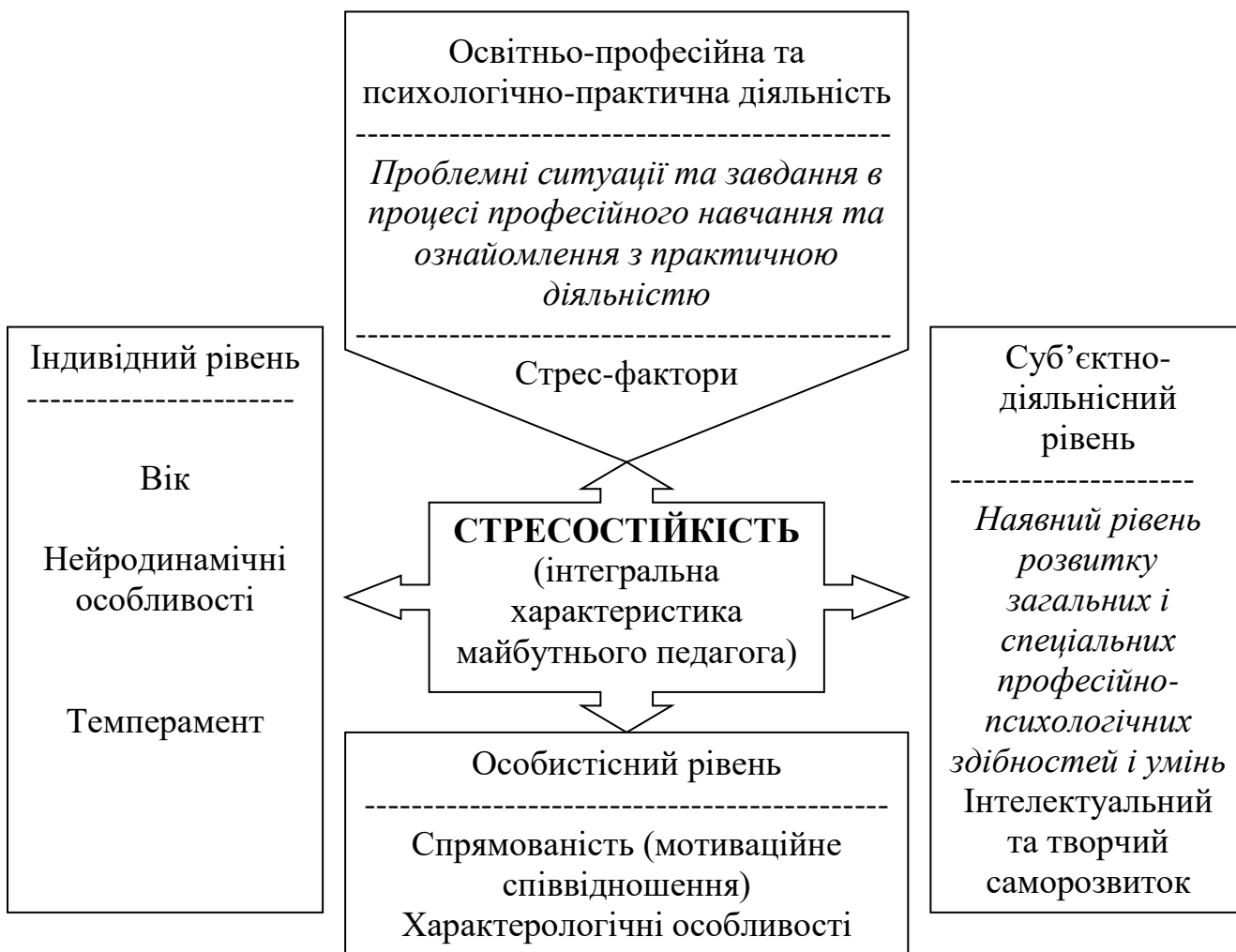
Результати восьмої методики визначення соціальної креативності особистості (Е.Е.Тунік). показали, що для студентів IV курсів притаманний вищий за середній рівень соціальної креативності - 115,1. Слід сказати, що 50% опитуваних мають трохи вище середнього рівень розвитку соціальної креативності, 40% - високий рівень, 10% - вище середнього.

Все сказане дає змогу зробити висновок, що у майбутніх фахівців спостерігається зростання рівня розвитку соціальної креативності впродовж всіх років навчання у ВНЗ. Отже, соціальна креативність як індикатор прояву індивідуальності, стимулятор для створення різноманітності, каталізатор для налагодження стосунків з оточуючими людьми відіграє важливу роль в процесі професійного становлення особистості майбутнього фахівця. На основі експериментальних результатів дослідження ми зробили висновок, що становлення соціальної креативності яскраво проявляється в процесі професіоналізації, тобто в період функціонування та розвитку професійної сфери суспільства.

РОЗДІЛ III. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ТА ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ РОЗВИТКУ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА

3.1. Теоретичне обґрунтування психолого-педагогічних умов оптимізації розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога

При аналізі стресостійкості в психологічній діяльності, на наш погляд, слід спиратися на системно-моделюючий підхід. Модель складається з трьох взаємопов'язаних блоків-рівнів, що опосередковують діяльність майбутніх педагогів, спрямовану на протидію стресогенним агентам. Структурно-функціональний склад представлених рівнів є, з одного боку, утворенням доволі стійким – згідно принципу системності, але, з іншого боку, динамічним, що зазнає постійні вікові та ситуативні зміни.



Мал. 3 Психологічна модель стресостійкості педагога

Модель складається з трьох взаємозв'язаних блоків-рівнів, що опосередковують діяльність практичного психолога, спрямовану на протидію стресогенним агентам. Структурно-функціональний склад представлених рівнів є, з одного боку, складовою досить стійкою – згідно принципу системності, та, з іншого боку, динамічною, такою, що зазнає постійні вікові і ситуативні зміни, тобто що знаходиться в розвитку.

Ми також вважаємо за необхідне акцентувати увагу на тому, що стресостійкість психолога не є простою сумою цих чинників, а виступає як складна, гнучка система, що склалася в результаті їх взаємодії, із взаємодоповненнями і взаємними компенсаціями.

Дана модель відображає загальні основи стресостійкості, тоді як сутнісна характеристика функціонування представленої системи може мати різну спрямованість. Так, на думку Л. У. Кулікова, «характер подолання стресу залежить в першу чергу від активності особистості і її соціальної адаптованості» [3].

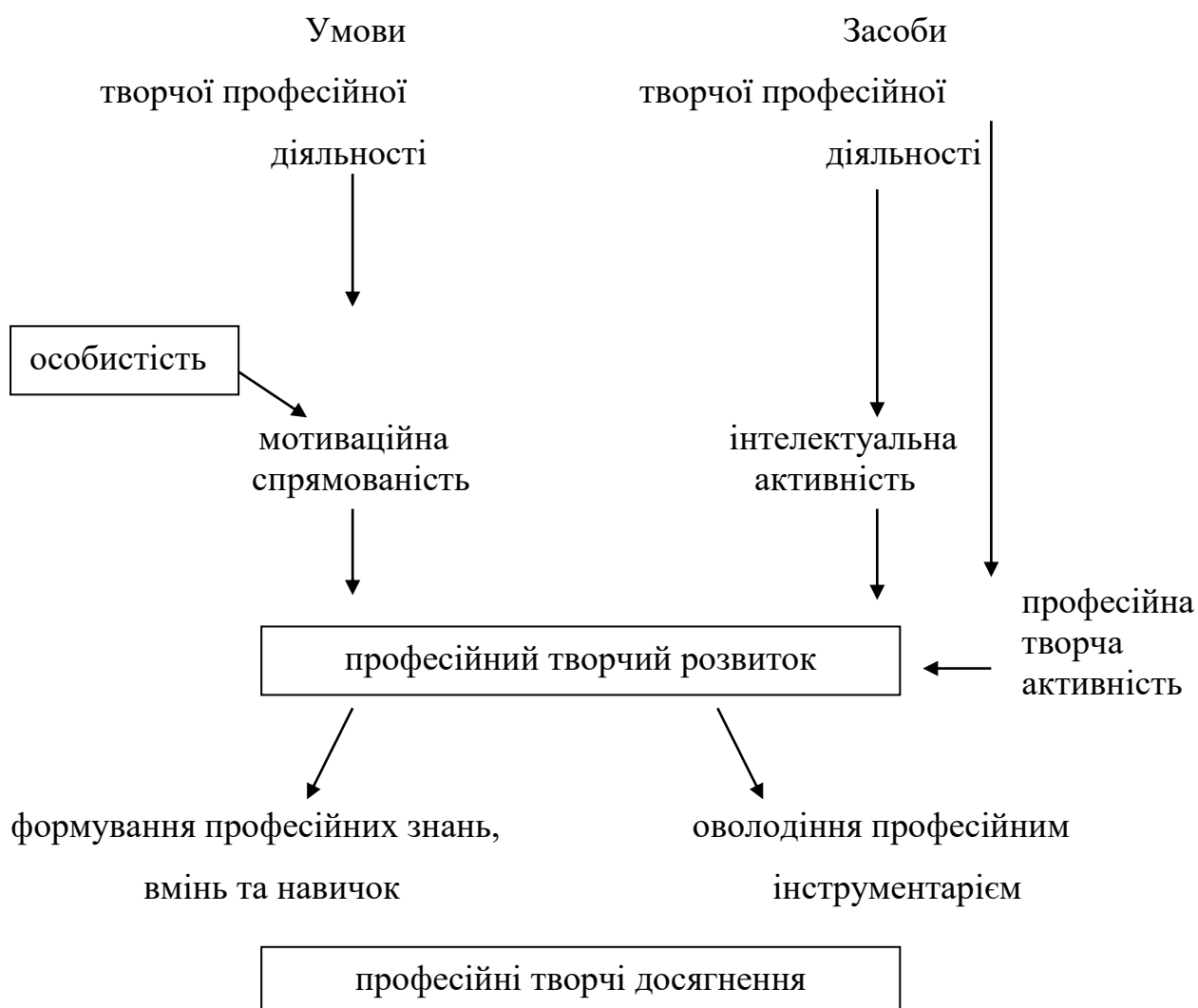
Аналіз представлених вище положень дозволяє нам стверджувати, що тип адаптації пов'язаний з рівнем професійної майстерності майбутнього психолога. Відповідно і психологічні механізми стресостійкості, що відображають роботу всіх її рівнів (згідно нашій моделі), будуть також різні.

Так, ми вважаємо, що у високоуспішних психологів провідна роль в системі протидії стресу належить процесу дійсної (реальною) адаптації, яка полягає в продуктивному вирішенні педагогічних проблемних ситуацій і завдань. Тому що, як помічає Л. В. Куліков: «Активність особистості предстає перш за все як прагнення, потреба в самореалізації, розкриття своїх потенціалів і здібностей» [3].

Тобто у психологів низького професійного рівня стресостійкість функціонує більшою мірою на основі підпорядкування під ситуації, що змінюються, з метою зниження емоційної напруженості поточного психічного стану, але не

усуває власне джерело стресу (проблему) і, відповідно, має псевдоадаптаційний тип процесу адаптації.

Виходячи з теоретичної моделі творчого розвитку особистості В.І.Андрєєва, представимо лінійну модель професійного творчого розвитку особистості. Передумовою здійснення творчої діяльності є наявність мотиваційних детермінант (креативного ядра) інтра-інтерособистісного характеру як засобу формування та розвитку творчої особистості. Потреба у відшуканні нових фактів, задоволення інформаційного голоду має забезпечуватися за допомогою високого рівня розвитку пізнавальної діяльності, що сприяє формуванню професійно-важливих якостей особистості як активного творчого суб'єкта педагогічної взаємодії, має позитивну динаміку їх творчого розвитку в напрямку до вершин професіоналізму.



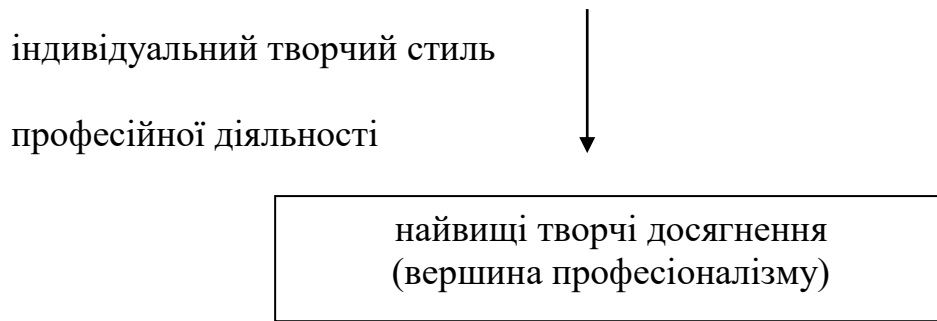


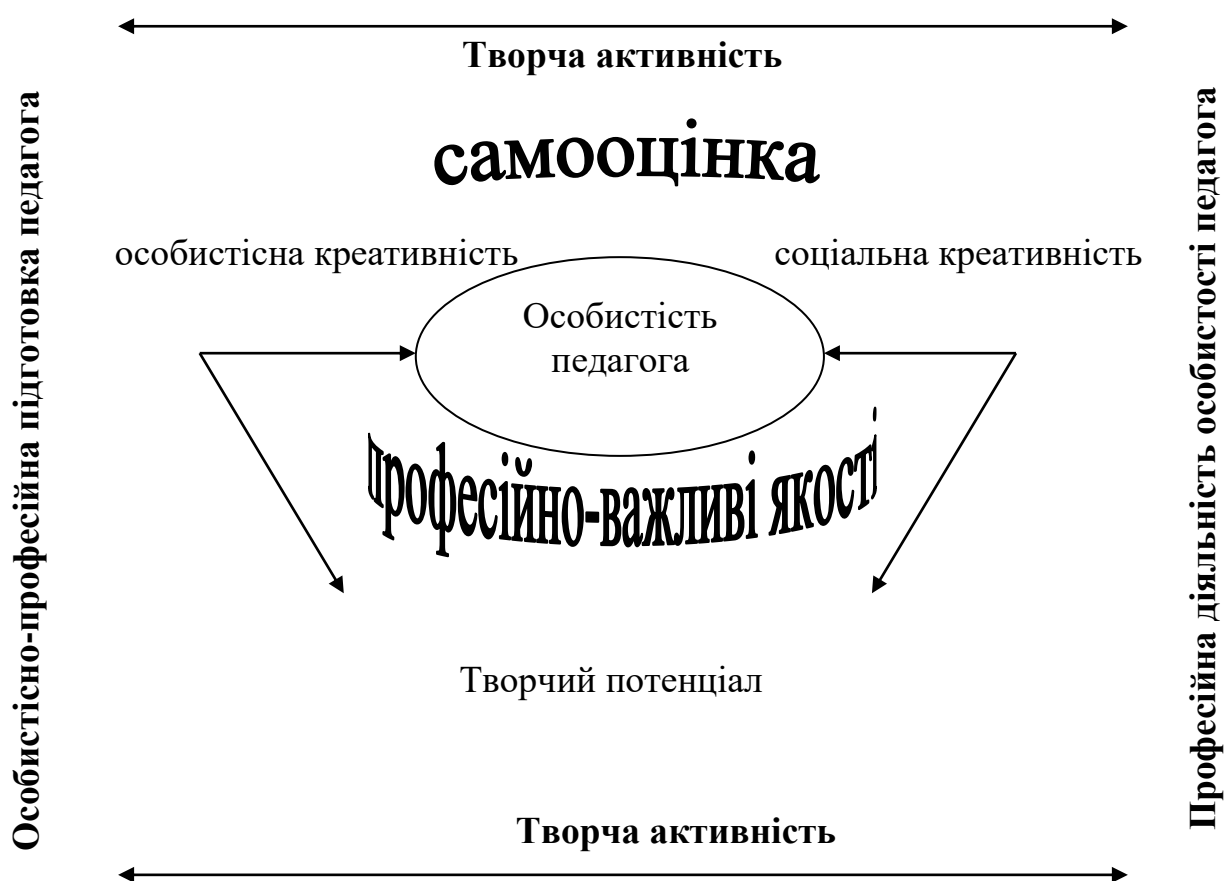
Рис.4 Модель професійного творчого розвитку

Ці компоненти професійної творчої діяльності повинні розглядатися в структурній єдності змістовних показників (знання теоретичної психології, відношення, установки і ціннісної орієнтації), емоційно-рефлексивних детермінант (уміння відображати, аналізувати, співпереживати ситуацію з позицій професійної діяльності) та діяльнісних складових (функціональна сторона розвитку професійної культури практичного психолога). Підсумовуючи, слід сказати, що творчість та процес особистісно-професійного становлення мають утворювати органічну та цілісність. Звідси випливає, що професійна діяльність практичного психолога повинна бути творчо спрямованою, а творчість, що несе в собі як особистісну, так і соціальну значущість, має стати невід'ємною ланкою процесу фахової підготовки. Отже, кожен фахівець в галузі практичної психології повинен бути творчою особистістю. Щодо питання про рівень розвитку творчого потенціалу практичного психолога як суб'єкта творчої професійної діяльності, слід вказати на його індивідуальну детермінованість, оскільки здатність до творчої самореалізації визначається, перш за все, задатками, здібностями, обдарованістю, рівнем розвитку когнітивної, емоційно-вольової та мотиваційної сфер особистості.

Отже, кожна людина, обираючи професію практичного психолога, володіє творчою здатністю. Основним напрямком сучасної професійної освіти є спрямування психолого-педагогічних зусиль на розвиток творчих здібностей особистості майбутнього спеціаліста та забезпечення особистісної та професійної самореалізації в процесі життєдіяльності. Створення особистісного

творчого простору призводить до розширенню та поглиблення соціально-психологічних знань (інтелектуальний розвиток), інтересів, нахилів та форм пізнання, стимулює до пошуку нових фактів, додаткової інформації, сприяє розвитку пізнавальної сфери особистості (фантазії, уявлення, творчого мислення). В цілому, ми вбачаємо творчу професійну діяльність як двигун всебічного гармонійного особистісно-професійного розвитку, який допомагає людині відчувати власну значущість, неповторність, унікальність, і бути корисною суспільству.

Ґрунтуючись на існуючих в сучасній психології загальнотеоретичних концепціях, пропонуємо трьохрівневу модель творчого потенціалу особистості практичного психолога. Виходячи з особистісно-орієнтованої парадигми професійної освіти, базовою категорією в процесі реалізації творчих можливостей вбачаємо особистість практичного психолога, яка виступає як розвинена індивідуальність, суб'єкт свого індивідуального та професійного життя.



Мал.5 Модель творчого потенціалу особистості педагога

На основі самооцінки професійно-важливих якостей особистості практичного психолога, особистісної та соціальної креативності формується цілісне уявлення про творчий потенціал як резерв творчих можливостей особистості, виявляються основні тенденції розвитку майбутнього психолога як внутрішнього прагнення індивіда до формування професійно значущих якостей.

Підсумовуючи, в період юності продовжується творення власної особистості: вибір способів спілкування, удосконалення особистісно та професійно значущих якостей, відбувається пошук шляхів застосування власних здібностей з метою самовдосконалення та самореалізації в різних сферах життєдіяльності.

Отже, загальна концепція нашого наукового дослідження ґрунтується на положенні про творчу спрямованість професійної підготовки майбутнього психолога-практика. Ключова ідея полягає в тому, що творчість повинна пронизувати все професійне життя фахівця, стати нормою процесу професіоналізації.

Тому з метою забезпечення високої продуктивності професійної діяльності психолога-практика, успішності в досягненні значних професійних результатів, формування спрямованості до самопізнання, саморозвитку, самовдосконалення та повноцінної самореалізації психолога як професіонала вважаємо за необхідне в навчально-виховному процесі застосування творчих методів роботи зі студентами, що сприяють розвитку їх творчих здібностей.

Розглядаючи питання про рівні розвитку творчих можливостей особистості, звернімося до класифікації, представленої в наукових працях А.Тейлор:

- експресивний;
- продуктивний (наукові і художні продукти);
- інвентивний (винахідництво);
- інноваційний (поліпшення за допомогою модифікації);
- породжуючий (висунення абсолютно нових ідей).

Актуальною на сьогоднішній день є чотирьохрівнева модель творчого потенціалу, що представлена в рамках особистісно-орієнтованої парадигми освіти. Вчені дотримуються провідної ідеї, що особистісні якості людини найяскравіше виявляються у творчості, яка забезпечує особистості гармонійний розвиток в умовах існуючої системи освіти та її сутнісну й цілісну самореалізацію. Щодо особистості, в цьому процесі вона виступає як розвинена індивідуальність, суб'єкт свого індивідуального життя, а об'єктом творчих діянь особистості виступає її власне життя .

Таблиця 9

Модель творчого потенціалу в рамках особистісно-орієнтованої професійної підготовки

Творчі підсистеми	Творчі якості	Критерії педагогічної оцінки
Підсистема спрямованості	1. адекватна самооцінка 2. бажання пізнати себе 3. творчий інтерес 4. допитливість 5. потяг до пошуку нової інформації, фактів 6. мотивація досягнення.	Високий рівень Середній рівень Низький рівень (недостатньо розвинені чи відсутні якості)
Підсистема характерологічних особливостей особистості	1. сміливість 2. готовність до ризику 3. самостійність 4. ініціативність 5. впевненість	Високий рівень Середній рівень Низький рівень (недостатньо розвинені чи відсутні якості)
Підсистема творчих умінь	1. проблемне бачення 2. здатність до висування гіпотез, оригінальних ідей; 3. здатність до дослідницької діяльності; 4. розвинуте уявлення, фантазія 5. здатність до виявлення протиріч 6. здатність до подолання інерції мислення 7. уміння аналізувати, інтегрувати та синтезувати інформацію	Високий рівень Середній рівень Низький рівень (недостатньо розвинені чи

	8. здатність до міжособистісного спілкування	відсутні якості)
Підсистема індивідуальних особливостей психічних процесів	1. альтернативність мислення 2. дивергентність мислення 3. точність мислення 4. готовність пам'яті 5. асоціативність пам'яті 6. цілісність, синтетичність, свіжість, самостійність сприйняття 7. пошуково-перетворюючий стиль мислення.	Високий рівень Середній рівень Низький рівень (недостатньо розвинені чи відсутні якості)

Визначаючи рівні та критерії розвитку творчого потенціалу особистості майбутнього практичного психолога, звернімося до поняття «особистість». Систематизуючи та узагальнюючи існуючі в психологічній галузі знань дослідження, можна укласти, що особистість - це системна якість, що здобуває індивід у взаємодії із соціальним оточенням, це вершина психічного розвитку людини, як суб'єкта, що є вищим ступенем саморегуляції. Що припускає, по-перше, виділення в навколишньому світі об'єктивних зв'язків і відносин. По-друге, усвідомлення самого себе як суб'єкта визначальної діяльності. По-третє, здатність до перетворюючого впливу не тільки на навколишній світ, але і на самого себе, тобто до вольової перебудови власної особистості, виробленню бажаних і викорінюванню небажаних її властивостей.

Виходячи з даного визначення, креативність особистості – здатність до змін, можливість проявити власну унікальність, індивідуальність, неповторність на основі засвоєного індивідом суспільно виробленого досвіду в процесі міжособистісної взаємодії. Незважаючи на те, що творчий потенціал, згідно багатьох традиційних психологічних підходів, визначається як інтелектуальна характеристика, в нашому науковому дослідженні він представлений як інтегральна особистісно-соціальна властивість, невичерпний колодязь творчих резервів, здатність конкретної людини до творчої діяльності, вирішення практичних завдань.

ВИСНОВКИ

Аналіз особливостей генезису психологічного стресу свідчить про те, що в його основі лежать когнітивні процеси, що відображають реальні і уявні умови стресогенних ситуацій.

Аналіз досліджень показав, що певний рівень професійного стресу в період підготовки майбутніх педагогів стимулює розвиток творчого потенціалу особистості, й оптимальні психолого-педагогічні умови є активізатором творчих здібностей фахівця.

Величезну роль в процесах оцінки і регуляції грає нервово-психічна стійкість особистості, важливими складовими якої є: здібність до повноцінної самореалізації, особистісного зростання зі своєчасним і адекватним дозволом внутрішньоособових конфліктів (ціннісних, мотиваційних, ролевих); відносну стабільність емоційного тону і сприятливого настрою: здібність до емоційно-вольової регуляції; адекватну ситуації мотиваційну напруженість. Це цілий комплекс здібностей, широкий круг різнорівневих явищ. Стійкість охороняє особистість від дезинтеграції і особистісних розладів, що особливо важливе в процесі професійного самовизначення майбутніх фахівців.

Представлені в даному дослідженні теоретичні і практичні матеріали свідчать про те, що проблема розвитку саногенного потенціалу особистості стоїть на порозі професійної самореалізації в даний час є надзвичайно актуальною, обумовленою потребою суспільства у високо кваліфікаційних, конкурентоспроможних, і водночас психічно здорових кадрах, що володіють стресостійким потенціалом та вміють конструктивно діяти в стресогенних умовах. Дані теоретико-експериментального дослідження, представлені в даній роботі, відображають основні напрями сучасних досліджень у вивченні особливостей стресу, механізмів психічної регуляції цього стану, особистісних детермінант стресового процесу і ряду інших аспектів проблеми, які повинні бути предметом подальших досліджень.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вайновська М. К. Теоретико-методологічні підходи до формування творчої особистості / М. К. Вайновська // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки: Зб. наук. пр. / АПН України. Ін-т педагогіки і психології проф. освіти; Запоріж. облас. ін-т післядиплом. пед. освіти. – К.; Запоріжжя, 2002. – Вип. 22. – С. 7–11.
2. Вознюк О. В. До проблеми формування творчої особистості / О. В. Вознюк, А. М. Машталір // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. пр. / АПН України. Ін-т пробл. виховання. – К.; Житомир, 2004. – Вип. 6, кн. 2. – С. 100–103.
3. Волков Б.С. Психологія педагогічної діяльності./ Б.С. Волков. - М.: Академічний Проект, 2003. - 320 с.
4. Гребенюк, Т.Б. Педагогічна психологія. / Т.Б. Гребенюк, М.М. Гребенюк. - М.: Academia, 2002. - 304 с. (Професійний розвиток педагога, психологічні аспекти)
5. Дубчак Г. М. Структура професійної стресостійкості фахівців соціономічних професій / Г. М. Дубчак // Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАНП України. – К., 2013. – Том V, вип. 13. – С. 91-98.
6. Дубчак Г. М. Розуміння професійної стресостійкості у психологічній літературі/ Г. М. Дубчак // Науковий вісник Чернівецького університету : зб. наук. пр. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2014. – Вип. 649 : Педагогіка та психологія. – С. 39-47.
7. Коломінський М.Л. Методологічні способи професійної підготовки практичного психолога // Практична психологія та соціальна робота. – 2003. - №4. – С. 12-13
8. Клепиков О.І., Кучерявий І.Т. Основи творчості особи: Навч. Посібник. - К.: Вища шк., 1996. - 295с.

9. Моляко В.О. Психологічна теорія творчості // Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН Україна / За ред. члена кореспондента АПН України Н.В. Чепелевої. – К., Нора-Прінт, 2002.- Випуск 22.-350с.

10. Панок В.Г. Основні напрями професійного становлення практичного психолога // Практична психологія та соціальна робота – 2003. - №4 - С. 14-15.

11. Розова Т.М. Професійно-комунікативні здібності та їх розвиток в процесі вузівської підготовки психологів-практиків // Науковий часопис НПУ імені М.П.Драгоманова. Серія № 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць . – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2006. - № 11 (35). – С. 194 – 200.

12. Рудницька О. П. Педагогіка: загальна та мистецька: навч. посібник / Оксана Петрівна Рудницька. - Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2005. — 360 с.

13. Ткач Р. В. Психологічні особливості творчої активності особистості. - Запоріжжя : В-во ЗДІА, 1999. -24 с.

14. Фоменко, В.О. Професійна адаптація майбутніх педагогів у процесі навчання в університеті. / В.О. Фоменко // Науковий вісник Чернівецького університету: збірник наукових праць. Педагогіка та психологія. - Вип. 264. - Чернівці: Рута, 2005. - С. 197-201. (Професійна адаптація та стрес)

15. Arnold M. Stress and emotion. In «Psychological stress» 1967, № 4, Appleton-Century-Crotts, p. 123-140

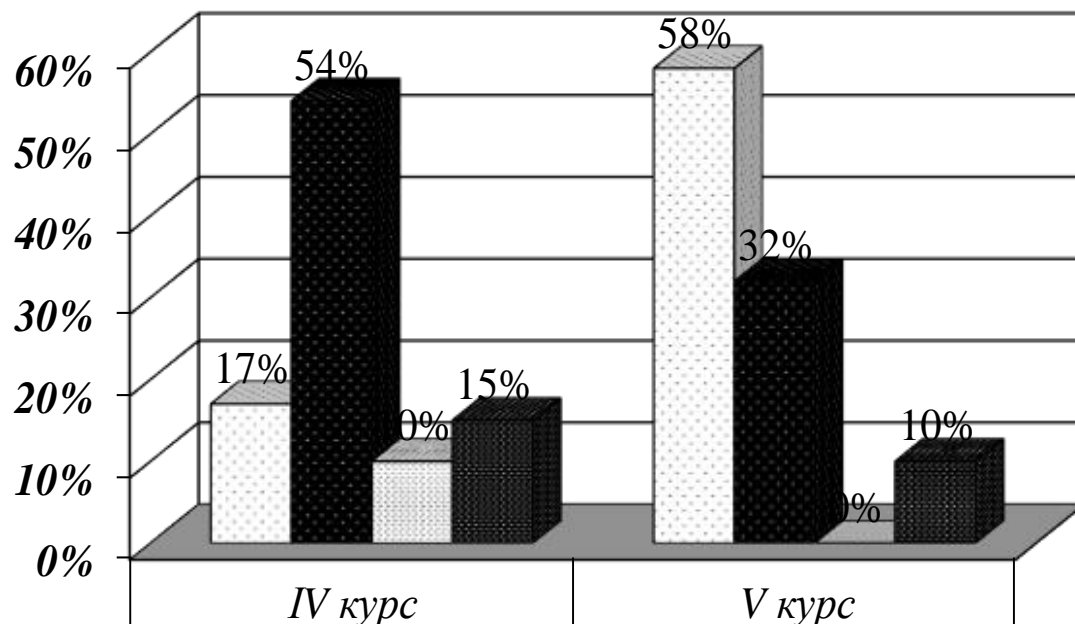
16. Coter C.N. and Appley, M.N. Motivation: theory and research, 1964, N.Y., Wiley

17. Endler N. S., Parker J. D. A. The multidimensional assessment of coping Concepts, issues, and measurement // Personality psychology in Europe - G. L. Van Heck. P. Bonauto, I. J. Deary, W. Nowak (eds.). 1993. Vol. A. P. 309-319.

18. Udris I. Problems of theory, method and practice in psychological research on load and stress // Mental load and stress in activity-European approaches / Bachman W., Udris I. Berlin. 1985
19. Scott R., Howard A. Models of Stress // S. Levine, N. A. Scotch (Eds.). Social Stress. Chicago: Aldine. – 1970. – P. 270–273.
20. Wolff H. G. Stress and Disease. 2nd ed. Springfield, III: Charles C Tomas 1968.

ДОДАТОК 1

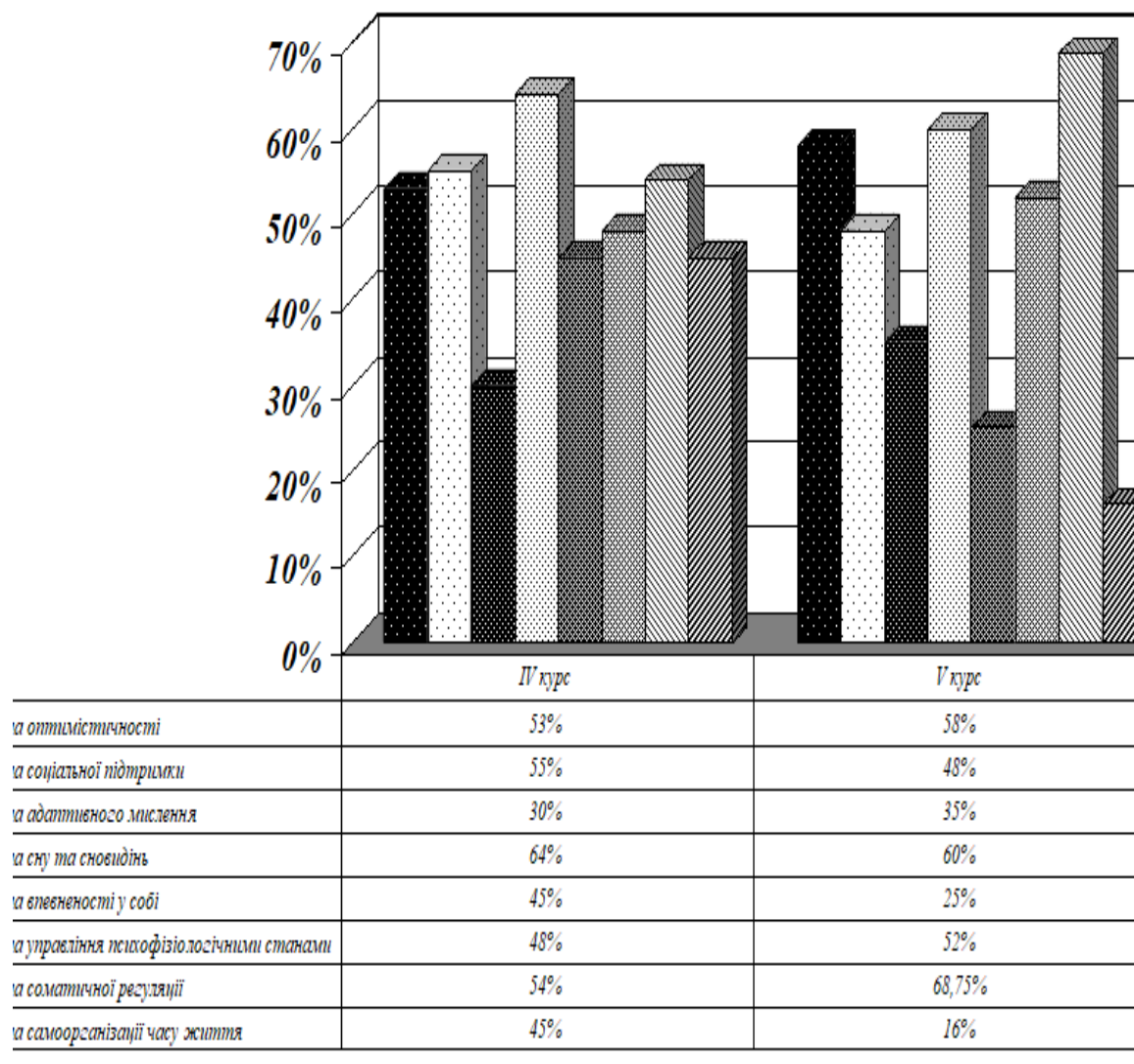
Визначення мотивів вибору професії



	IV курс	V курс
□ Внутрішні індивідуально значущі	17%	58%
■ Внутрішні соціально значущі	54%	32%
▒ Зовнішні позитивні	10%	0%
■ Зовнішні негативні	15%	10%

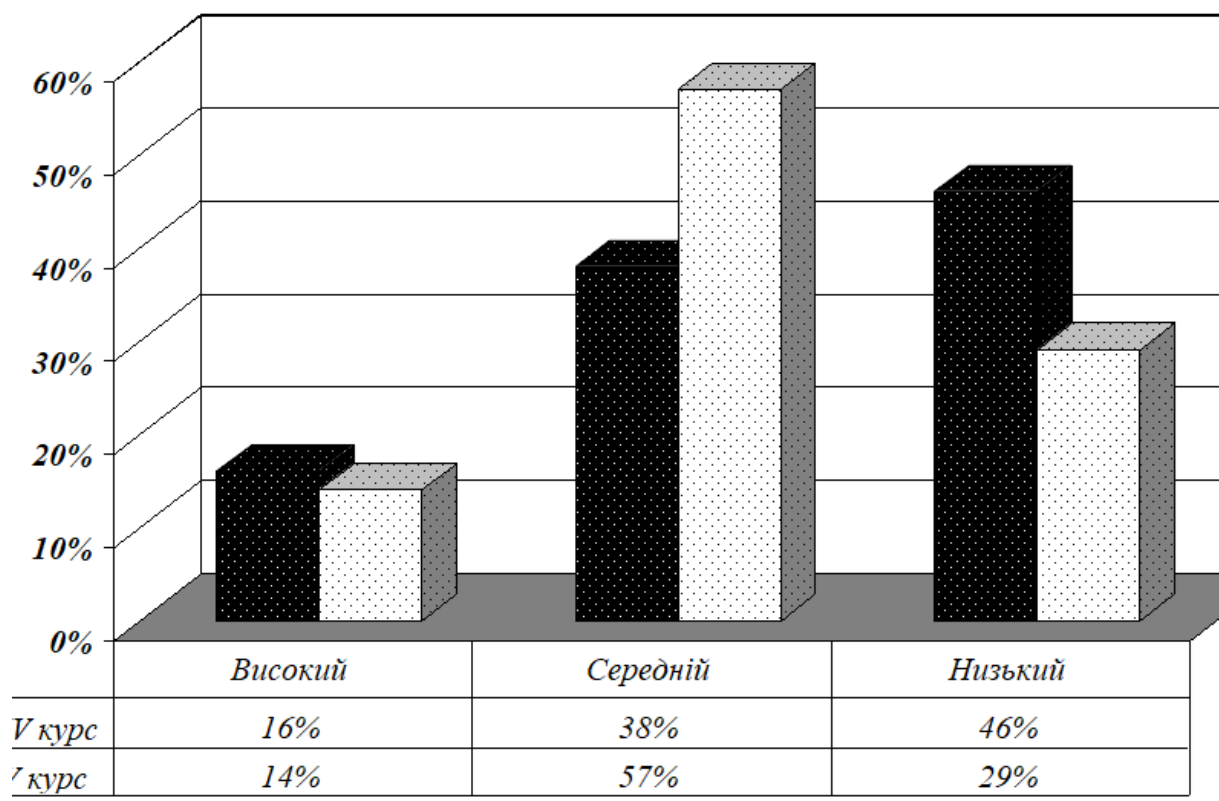
Визначення домінуючих мотивів вибору професії

Визначення рівня адаптивності до стресу



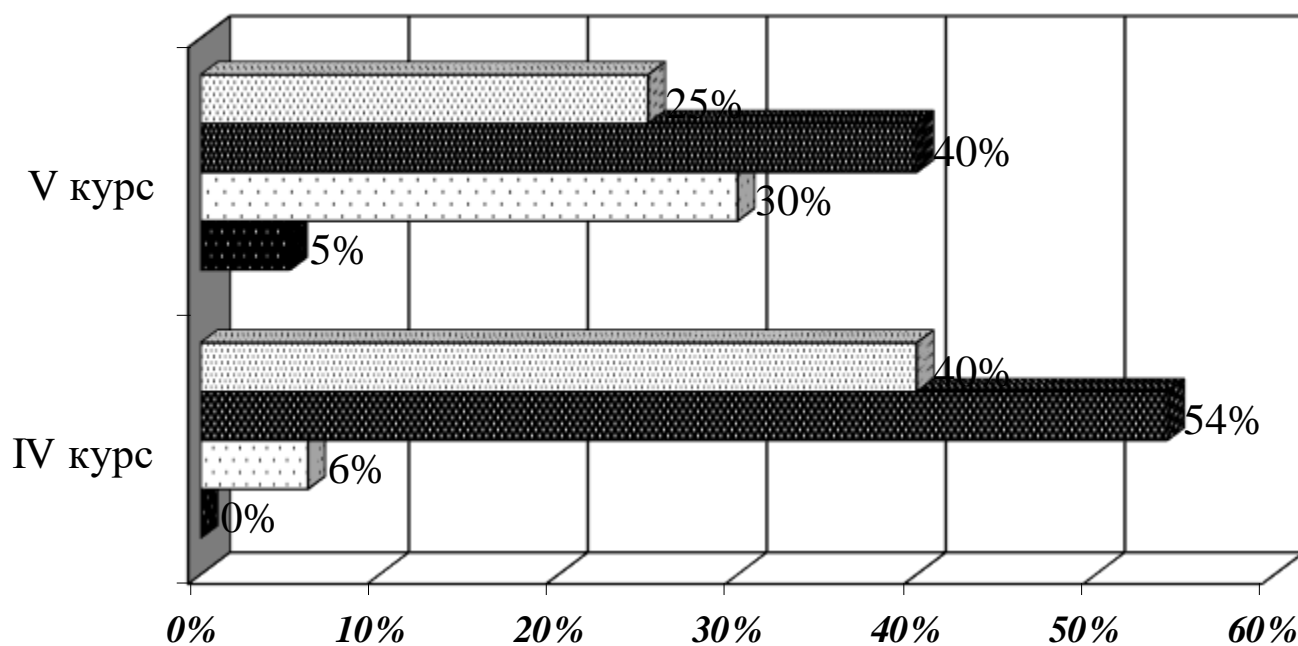
Дослідження адаптивності до стресу

Визначення загального індексу адаптації до стресу



Визначення загального індексу АС

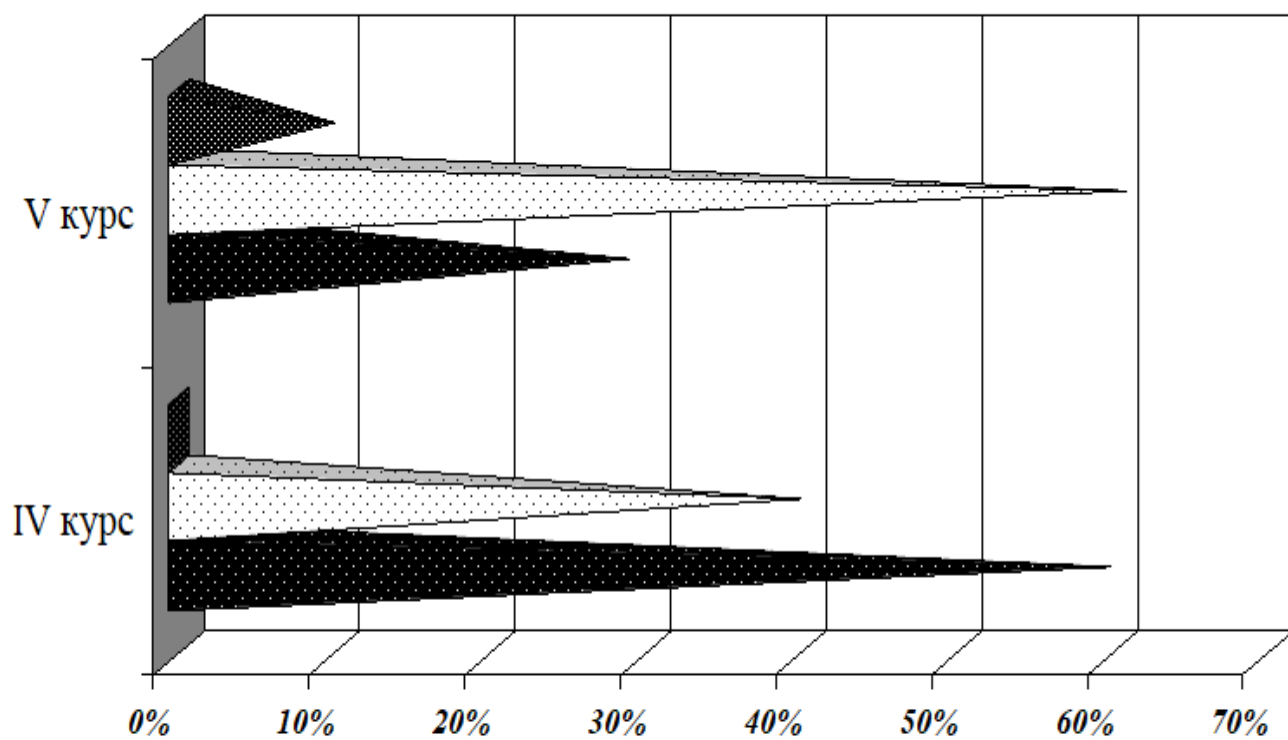
Дослідження рівня професійної дезадаптації



	<i>IV курс</i>	<i>V курс</i>
▣ Низький	40%	25%
▤ Помірний	54%	40%
▥ Виразний	6%	30%
▦ Високий	0%	5%

Дослідження рівня професійної дезадаптації

Виявлення рівня соціально-психологічного стресу



	<i>IV курс</i>	<i>V курс</i>
<i>ній стрес)</i>	0%	10%
<i>ній стрес)</i>	40%	61%
<i>ий стрес)</i>	60%	29%

Дослідження рівня соціально-психологічного стресу