

РІВНЕНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

**О Н О В Л Е Н Н Я З М І С Т У , Ф О Р М Т А
М Е Т О Д І В Н А В Ч А Н Н Я І В И Х О В А Н Н Я
В З А К Л А Д А Х О С В І Т И**

Збірник наукових праць

Наукові записки
Рівненського державного гуманітарного університету

Випуск 2 (43)

Заснований в 1996 році

Рівне – 2010

ББК 74.20

О - 59

УДК: 159: 37: 371: 372: 373: 374: 376: 378: 379

Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Збірник наукових праць.

Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 2 (43). — Рівне: РДГУ, 2010. — 116 с.

Збірник наукових праць містить статті які відображають теоретичні та практичні аспекти найважливіших проблем психологічної допомоги особистості.

Опубліковані матеріали можуть бути корисними для науковців, учителів, вихователів, практичних працівників освіти, керівників дошкільних і загальноосвітніх навчальних закладів, викладачів та студентів вищих педагогічних навчальних закладів.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор:

Пальчевський Степан Сергійович – доктор педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет).

Заступник головного редактора:

Янцур Микола Сергійович – кандидат педагогічних наук, професор (відповідальний секретар) (Рівненський державний гуманітарний університет).

ЧЛЕНИ РЕДАКЦІЙНОЇ КОЛЕГІЇ:

Бех Іван Дмитрович – доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Інститут проблем виховання АПН України);

Вербець Владислав Володимирович – доктор педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Воробійов Анатолій Миколайович – кандидат педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Дем'янчук Анатолій Степанович – доктор педагогічних наук, професор, дійсний член АНВШ України (Міжнародний економіко-гуманітарний університет ім. академіка Степана Дем'янчука);

Карпенчук Світлана Григорівна – доктор педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Коваль Ганна Петрівна – доктор педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Литвиненко Світлана Анатоліївна – доктор педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Лісова Світлана Валеріївна – доктор педагогічних наук, професор (Міжнародний економіко-гуманітарний університет ім. академіка Степана Дем'янчука);

Малафійк Іван Васильович – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПСН (Рівненський державний гуманітарний університет);

Павелків Роман Володимирович – доктор психологічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Павлютенков Євген Михайлович – доктор педагогічних наук, професор (Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти);

Пасічник Ігор Демидович – доктор психологічних наук, професор (Національний університет “Острозька Академія”);

Поніманська Тамара Іллівна – кандидат педагогічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет);

Савчин Мирослав Васильович – доктор психологічних наук, професор (Дрогобицький державний педагогічний інститут ім. Івана Франка);

Терещук Григорій Васильович – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Тернопільський національний педагогічний університет ім. Володимира Гнатюка);

Тищук Віталій Іванович – кандидат педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПСН (Рівненський державний гуманітарний університет);

Ямницький Вадим Маркович – доктор психологічних наук, професор (Рівненський державний гуманітарний університет).

Затверджено Вченою Радою Рівненського державного гуманітарного університету (протокол № 3 від 29. 10. 2010 р.).

Збірник затверджений ВАК України як наукове фахове видання, в якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукового ступеня доктора і кандидата наук з педагогіки (постанова Президії ВАК України №1-05/7 від 9.06.1999 р. та додаток до постанови ВАК України від 11.10. 2000 р. № 1 – 03/8).

За достовірність фактів, дат, назв і т. п. відповідають автори статей. Думки авторів можуть не збігатися з позицією редколегії. Рукописи рецензуються і не повертаються.

Адреса редакції: 33028 м. Рівне, вул. Остафова, 31. Рівненський державний гуманітарний університет

ISBN 966 — 7281 — 08 — 7.

© Рівненський державний гуманітарний університет, 2010

самостійної пізнавальної діяльності особистості, створення умов для особистісного зростання всіх учасників педагогічної взаємодії.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрущенко В.П. Високі педагогічні технології / В.П. Андрущенко, В.М. Олексенко // Вища освіта України. – 2007. – № 2. – С. 70-76.
2. Беспалько В.П. Образование и обучение с участием ИТО (педагогика третьего тысячелетия) / В.П. Беспалько. – Воронеж: МОДЕК, 2002. – 352 с.
3. Болонський процес у фактах і документах / Упорядники Степко М.Ф., Болубаш Я.Я., Шинкарук В.Д., Грубінко В.В., Бабин І.І. – Київ-Тернопіль: Вид-во ТДПУ ім. В. Гнатюка, 2003. – 52 с.
4. Мармаза О.І. Інноваційні підходи до управління навчальним закладом. – Х.: Видав. гр. «Освіта», 2004. – 204 с.
5. Маслоу А.Г. Дальние пределы человеческой психики. – СПб.: Евразия, 1999. – С. 108-113.
6. Національна доктрина розвитку освіти у XXI столітті. – К.: Вид-во «Шкільний світ», 2004. – 36 с.
7. Оцінювання та вибір педагогічних інновацій: теоретико-практичний аспект / За ред. Л.І. Даниленко. – К.: Логос, 2001. – 185 с.
8. Філософські абрис сучасної освіти: Монографія / [І. Предборська, Г. Вишинська, В. Гайденок та ін.]; за заг. ред. І. Предборської. – Суми: ВТД „Університетська книга”, 2006. – 226 с.

Резюме. В статті освещаются особенности проектирования личностно развивающего содержания учебно-воспитательного процесса на основе инновационно-психолого-педагогической деятельности.

Summary. The article deals with peculiarities of personality developing contents of projecting of educational process on the basis of innovational psychological and pedagogical activity

УДК 159.9:17.036.2

А.М. ВОРОБІЙОВ

ПСИХОЛОГІЯ ПЕРФЕКЦІОНІЗМУ

Резюме. У статті з'ясовуються сутність перфекціонізму, його причини, пропонуються психологічні рекомендації.

Ключові слова: перфекціонізм, депресія, причини самогубства.

У сучасному світі актуальною постає необхідність віднайти причину психічного зриву особистості та, як результат, появи депресивного стану. Вивчення обставин психічного зриву дозволяє дійти висновку, що причина криється у хворобливому перфекціонізмі, тобто надмірному прагненні до досконалості [1]. Життєве кредо – «перфект» – дає про себе знати. Отже, те, що відбувається з успішними професіоналами чоловічої чи жіночої статі, зовсім не винятковий випадок. У Німеччині, наприклад, відповідно до оцінок експертів, 10% населення страждають від депресії, у двох третин цих пацієнтів спостерігається хворобливий перфекціонізм. Людей, в яких депресивний стан, а це приблизно 1% населення країни, відрізняє поведінка, що відповідає патологічному перфекціонізму. Варто визнати, що в Україні кількість людей з такою недугою збільшується. Так, психологи фіксують у багатьох людей гіпертрофоване бажання бути завжди на висоті, тому важливо дати рекомендації, як уникнути помилок у вихованні й не «породити» депресивного перфекціоніста.

Мета статті – висвітлити сутність проблеми перфекціонізму в сучасному світі, його причини та наслідки.

Необхідно відразу розвінчати міф про те, що поняття перфекціонізму однозначне. Існує перфекціонізм як патологічна форма свідомості, а також як особлива характеристика особистості, виражена в іdealістичних прагненнях. Втім, зараз актуально говорити не про перфекціонізм в цілому, а тільки про так звану перфекціоністську психологічну установку. Уявіть людину, яка переконана, що високого результату на 100-150% можна й потрібно досягти. Здавалося б, кожний з нас повинен прагнути до цього, але справа в тому, що недосконалий підсумок, на думку перфекціоніста, неприйнятний у принципі. Ось уже приклад патологічної форми перфекціоністської установки. Ми маємо два вектори того самого поняття. З одного боку, перфекціонізм як особлива якість особистості, що дозволяє бути відмінним професіоналом, показувати високі досягнення в роботі. З іншого боку – патологічна установка, в основі якої лежить таке поняття, як надмірність. І от ця надмірність призводить до відсутності гармонії та, як наслідок, до хворобливих станів. На жаль, на сьогоднішній день людей, що живуть у другій, хворобливій фазі, стає все більше, зокрема серед топ-менеджерів, фахівців середньої ланки, організаторів шоу з зірками естради тощо.

Постає питання: чи є перфекціонізм корисним або ж він викликає стресовий зрив, який в якісному вимірі веде до депресії.

Звичайно, коли ми називаємо людину перфекціоністом, то маємо на увазі патологічну фазу. А вона, без сумніву, має під собою невротичну основу. Відтак люди, які гордо називають себе перфекціоністами, повинні знати, що вони невротики в класичному розумінні. Більше того, перфекціонізм у професії шкідливий як для самої людини, так і для її оточення. Така людина не може багатогранно дивитися на своє життя, вона сприймає своє існування винятково в аспекті службової діяльності, поступово втрачає зв'язок з навколишнім світом, перестає бути адекватною в повному сенсі цього слова.

Які ж чинники породжують перфекціоністську психологічну установку: сім'я чи суспільство?

Відзначимо три головні причини. Перша з них – виховання. Навіть у нинішніх 4-річних дітей спостерігається первинне сприйняття перфекціоністської установки. Таке буває в сім'ях, де мати й батько (а якщо неповна сім'я, то один із батьків) досить невірноважено підходять до питання виховання. Коли батьки вічно незадоволені дитиною, в неї розвивається страх, вона перестає бути щасливою. Скажімо, діти, які вчаться в школі тільки на 12 балів і різко реагують на 10 і 8 балів – цілком нормальні оцінки, насправді повинні стати об'єктом пильної уваги шкільного психолога. Зауважимо, що величезна кількість відомих і успішних людей були закінченими трієчниками. Насправді більшість із них (якщо тільки причиною таких оцінок не була примітивна лінза) – прогресивні люди, які протестували проти деформацій у системі освіти.

Друга причина – це суспільні стереотипи. Для прикладу можна навести жіночий перфекціонізм – відповідність

«глянцю». Жінки, залежні від модних журналів, по суті вбивають самооцінку, намагаючись досягти «ідеалу» з обкладинки. Адже самі «зірки» чесно зізнаються, яким чином поліпшується їхнє реальне зображення: за допомогою стилістів, виставленого світла, комп'ютерних технологій. Читачки вірять, що глянець красивіший за реальність.

Третя причина - хворобливість або схильність до хвороб. Невроз по великому рахунку – це психічний розлад. Є різні неврози, скажімо, нав'язливий стан, коли людина не може півгодини вийти з будинку, поки багаторазово не перевірить, чи вимкнена плита. Куди піде негативна психологічна енергія, властива невротикам, – питання індивідуальності. В одного це буде острах брудних рук, в іншого – перфекціоністська установка, зведена в патологічний ранг.

Перфекціонізм рівною мірою зустрічається в чоловічій та жіночій статі. Маємо непоодинокі сюжети про випадки, коли школярі, не погодившись на уроці з педагогом або отримавши низьку оцінку, вдавалися до суїциду.

Можна назвати декілька основних видів перфекціонізму. Перший – глибоко невротичний – спрямований на себе: звідси підвищені вимоги, самокопання, самобичування, депресії. В такої людини всередині начебто постійно «натягнута струна». Другий тип поширює свою енергію, вимагаючи вже від оточення виконання суперзавищених стандартів. Це призводить до ненависті з боку близьких, колег, до непорозуміння, озлоблення або страху. В остаточному підсумку представники першого й другого типів виявляються неефективними в роботі. Це тільки справа часу.

Третій вид – глибоко нещасні люди, які жадають від світу, щоб він жив за їхніми вимогами. Але, маючи слабку ресурсну базу, така людина нічого не може зробити для того, щоб змінити світ на краще. Спостереження дозволяють зробити припущення, що перфекціоністи – досить слабкі люди, які оточують себе легендою, свого роду захисною реакцією, що може формуватися навіть на підсвідомому рівні.

Можна послатися на твердження письменника Оскара Уайльда: «Робота – це останній притулок тих, хто більше нічого не вмє». На жаль, культура професіоналізму на сьогоднішній день втрачена й здебільшого суспільством не культивується. Але ж теперішній професіонал, компетентна людина не нервує, коли робить добрі справи. Вона творить. А творять тільки з почуттям спокою, радості, щастя. Якщо ми - щирі професіонали, нам не потрібно боятися, знаючи, що зробили все в даній ситуації. Перфекціоніст же думає по-іншому, він ніколи не буде задоволений. І в цьому бачиться руйнівний бік цього явища.

Однак психолог-практик може для кожної особистості підібрати свій стиль терапії. Після виявлення причин неврозу починається процес корекції й внутрішньої гармонізації. Дехто з них застосовує спосіб психотерапії на зразок «клин клином вибивають». Людину оточують тими об'єктами, яких вона боїться. Наприклад, жуками або зміями, відбувається свого роду стресова терапія. Дійсно, є такі випадки, коли людина начебто б позбувається цього неврозу. Проте це суперечливі результати. Найчастіше невроз переходить в іншу сферу. Жуки пацієнта вже не лякають, але з'являється новий острах, наприклад – шкіряних крісел. Можна використати близькі гуманні способи психокорекції. Перфекціоніст, який сприймає все в одному кольорі, врешті-решт повинен зрозуміти, що світ багатогранний: у ньому є різні сторони, розміри, речі - в цьому його гармонія. Дуже часто корекція таких пацієнтів, якщо говорити про патологічну фазу, може затягнутися на місяці.

Дослідженням доведено, що існує низка проблем, скажімо, перфекціоніст прив'язує відчуття власної гідності до стану справ у службовій діяльності. Але ж робота – це така ж частина нашого життя, де бувають злети, падіння і рівень плато, періоди «війни» та агресії так само, як миру й спокою.

Перфекціоніст ризикує втратити психологічну стабільність саме в моменти найменших коливань у даній сфері - страждає його самооцінка, в той час як краще зупинитися, подумати, зібрати сили й спокійно поліпшити стан речей.

Важливою сферою родинного виховання є спроможність сім'ї: по-перше, слід давати дітям можливість психологічного розвантаження, нехай діти не бояться робити помилки. Тому що патологічна перфекціоністська установка не терпить недосконалого результату, видаючи певну реакцію: лемент, депресію, фрустрацію (усвідомлення неможливості досягти мети), роздратованість, яка супроводжується порушенням сну, розпачем, почуттям ступору.

Батьки самі впадають в істерію, коли їм здається, що діти не виправдовують їхніх очікувань. Їм потрібно спочатку зрозуміти, чи правильні ці очікування. Якщо батько нав'язує дитині нереальні вимоги, то в майбутньому отримає класичного невротика.

Помилки, яких припускаються батьки, слід розглядати з погляду морально-етичного комплексу. Так, переходити дорогу на червоне світло, нехай навіть по «зебрі», дорого коштує. Це нерозумно. На прикладах інших ти знаєш, чим це може закінчитися. Але, з іншого боку, в дітей має бути певний простір для вільної творчості – умовне коло в «кімнаті життя», де син або дочка можуть, приміром, робити зі своїми іграшками все що завгодно. Тоді в майбутньому, зокрема в перехідному віці, батьки убезпечать себе й дитину від надмірної сили її протесту, адже підліток буде здатний реалізувати своє «я» у творчій сфері. Батькам корисно знати, а психологами це давно доведено, що прагнення до надмірного результату, який перфекціоніст називає «кращим», призводить до зворотного ефекту.

В дитячому віці кращий варіант усвідомленого ставлення до проблеми - це вільне обговорення її деталей. До того ж, не один раз: іноді це може бути темою нічних розмов, адже заради такого можна ніч не поспати. Коли ми проговорюємо всі нюанси, легалізуємо проблему, вона перестає опановувати нас. До слова, центральним методом будь-якої психотерапії є діалогова форма роботи над проблемою. Якщо людина наділена здатністю перекладати думки в слова й висловлювати те, що думає, вона може допомогти собі й навколишнім. Не можна прив'язувати до роботи, але й повністю абстрагуватися від неї теж неможливо. Мозок не здатний втримувати величезну кількість інформації в оперативній пам'яті, справлятися з усіма стресовими ситуаціями, що накопичилися за день. Йому потрібно відпочивати. Відтак, слід шукати «золоту середину».

Щоб думки, пов'язані з роботою, не створювали для людини проблем безвиході, спробуйте повторити слова героїні роману Скарлетт О'Хари: «Я подумаю про це завтра», до того ж це чудовий приклад психотехнології, незважаючи на зовнішню простоту.

Ця проблема, безперечно, пов'язана з проблемою психічного захворювання – депресією. Науковці з'ясували, що в провідних індустріальних країнах депресія в різних її проявах відноситься до захворювань, які дуже часто зустрічаються. На перший погляд, вона виникає з нічого: порушується сон, з'являються почуття спустошеності, незрозумілі страхи й відсутність стимулу що-небудь робити.

У повсякденних розладах простежується раціональний зв'язок з якоюсь ситуацією або подією, що травмує. В такі періоди можливе зниження загальної енергійності й працездатності, спостерігається заглибленість у собі. Однак при цьому зберігається здатність діяти й взаємодіяти з іншими людьми, розуміти причини поганого настрою. Такий стан Зигмунд Фрейд позначив як «скорбота». Втім, незабаром людина забуває про дискомфортний момент і його причину.

Є й інша форма розладу, та, що з часів стародавніх греків, потім Гіппократа називалася меланхолією. В сучасному світі вона відома як депресія. Отож, її стан можна охарактеризувати як всеосяжну загальмованість, нездатність до діяльності, нескінченний потік докорів і образ на свою адресу, сильне почуття провини й очікування покарання.

За спостереженням професора психіатрії Лейпцизького університету Ульріха Хегерля, на депресію часто страждають люди, що відрізняються підвищеною відповідальністю, працездатністю й суворим ставленням до себе. Існує тісний зв'язок між депресією та спробою покінчити життя самогубством.

Це підтверджується й статистикою: в Німеччині, наприклад, щорічно констатується майже 10 000 випадків самогубств і 150 000 спроб суїциду на тлі депресивних станів, які не мали адекватного лікування. «Діагностика і лікування депресії, проведені вчасно, можуть запобігти значній кількості самогубств», – впевнений У.Хегерль і наголошує, що останнім часом «усе більше людей, що страждають від депресії, зверталися за психіатричною допомогою, не соромлячись говорити про те, що їх тривожить» [4].

Існує думка, що сильна особистість – це людина, яка може впоратися зі своїми психологічними проблемами самостійно. Однак у даному розумінні впоратися – це усвідомлювати й вживати якісь дії. Але психіка не рівнозначна свідомості. За її межами існує потужний психічний апарат, де «кипають страсті». Сюди потрапить те, що не відповідає нашим уявленням про культурне існування: образи, що залишилися безмовними, нереалізовані табуйовані бажання. Звідси можна зробити висновок, що психіка працює в режимі безперервного конфлікту, намагаючись знайти різного роду компроміси між тенденціями всередині себе й тими вимогами, які пред'являє соціум.

Цікаво, що в багатьох пацієнтів, які страждають на депресію, існує генетична схильність до цього стану. Так вважає колектив учених під керівництвом Бена Пікарда, експерта з питань психіатричної генетики з Единбурзького університету (Шотландія) [Див.: 2].

Відповідний ген містить інформацію для створення рецептора, що розпізнає в головному мозку важливий гормон – глютамат. Виявлена науковцями гена варіація захищає від біполярних порушень: у її носіїв рідше розвивається психічне захворювання, визначене як «маніакальна депресія». Як пояснює Б. Пікард на сторінках спеціалізованого журналу PNAS, «клітка, що володіє цим геном, синтезує більше білка, що розпізнає глютамат, який у свою чергу проявляє свої властивості значно ефективніше» [3].

Недоліком глютаматних рецепторів є те, що вони викликають шизофренію, депресію або аутизм. Чому одна причина може мати такі різні наслідки, залишається для вчених поки що загадкою.

Згідно з офіційними даними, біполярні порушення зустрічаються приблизно в 1% населення європейських країн. У таких людей стадії депресії чергуються з гіперактивністю – надзвичайним збудженням, занепокоєнням або навіть манією величності. В Європі це захворювання діагностується переважно в дорослих і молодих людей. В Німеччині біполярні порушення виявлені тільки в 0,6% досліджених дітей від 6 до 11 років, у США кількість таких дітей значно вища: 19%.

Ті, кому пощастило з наявністю генних варіацій, що захищають від маніакальної депресії, крім медикаментозного й психотерапевтичного впливу, мають цілий ряд додаткових можливостей – від лікувальної фізкультури, лікування світлом до масажу, арт- або ароматерапії.

Нещодавно з'ясувалося, що навіть невелика кількість диму ладану – смоли дерев, що ростуть у Східній Африці, має антидепресивний ефект, придушуючи страхи й тривоги. Не виключено, що саме дим відіграє важливу роль у тому, що віруючі під час релігійних служб перебувають у піднятому стані духу.

Американські та ізраїльські науковці оприлюднили доповідь про те, що компонент диму ладану зв'язується з рецептором TRPV3, здатним регулювати порушення нервових кліток – нейронів. Дана структура була відома й раніше, але її ключовою функцією вважалася регуляція температури – як на шкірі, так і в центральній нервовій системі. Тепер медики встановили, що стимуляцію цих рецепторів здійснює ацетат інценсола.

Українські та російські фахівці з ароматерапії теж вказують на цілющі аромати, здатні боротися зі стресом і навіть із розладами психіки. Наприклад, дієвим помічником у боротьбі проти внутрішнього напруження й страхів уважається масло мускатної шавлії, а емоційний дискомфорт здатні зняти герань, грейпфрут, кориця, лимон, мускат, ялівець, розмарин. Коли ви роздратовані, вдихайте випари материнки, рожевого або чайного дерева, сандалу, евкаліпта й сосни, а при депресивних станах цілюще пахнуть апельсин, ялиця, іланг-іланг, кориця, м'ята й шавлія.

Проте важливо зауважити, що впоратися з депресією самостійно, сидячи на кухні із сусідкою або подругою, практично неможливо. Тут потрібна допомога фахівця – психолога, психоаналітика, психотерапевта.

Психоаналіз або психоаналітично зорієнтована терапія відрізняються від інших форм психотерапії насамперед своєю орієнтацією на унікальну особистість у цілому, на її погані й гарні сторони. Завдання аналітика – не забрати симптом, а з'ясувати причину, його джерело. Адже, за Фрейдом, що залишається від хвороби після зникнення симптомів? Можливість формувати нові.

Отже, пригнічений стан духу, зниження моторної активності, загальна загальмованість, відсутність інтересу до зовнішнього світу, а іноді й до життя взагалі – все це передвісники серйозних переживань, а можливо, і не менш серйозного захворювання.

Зрозуміло, найбільш значущою профілактикою, на моє переконання, є здоровий мікроклімат у родині, а також підтримка близьких і друзів. Це те, що дає почуття захищеності. Також ефективними будуть переживання колишнього або фантазійного відчуття щастя, так звані ресурсні переживання. Адже, напевно, в кожній людині є спогади, фантазії, мрії, в яких вона почуває себе щасливою. У важкі хвилини можна звернутися до такого роду відчуттів, якийсь час побути в них, «підживитися». В цьому випадку дуже важливо розрізнити, де свої переживання, а де чийсь (навіть якщо мова йде про близьких), навчитися їх розмежовувати – активний спосіб життя, правильне харчування, вміння отримувати задоволення від життя, можливість зупинитися, перебуваючи в індустріальному світі, озирнутися навколо й зрозуміти, що життя все-таки прекрасне.

ЛІТЕРАТУРА

1. Философия: Энциклопедический словарь. / Под ред. А.А. Ивина. – М.: Гардарики, 2004.
2. <http://www.genetics.med.ed.ac.uk/blog/>
3. <http://mn2000.kz/news/2009-12-3-22342-987>
4. <http://www.svobodanews.ru/content/article/1885589.html>

Резюме: В статті вивчаються зміст перфекціонізму, його причини, пропонуються психологічні рекомендації.

Summary. The article is devoted to the meaning of perfectionism and its causes. Also the psychological advice is proposed.

УДК [159.923.3:316.624]:159.922.7

О.І. АРТЕМОВА

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ДЕЗАДАПТОВАНИХ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ

Резюме. У даній статті аналізується проблема шкільної дезадаптації, акцентується увага на важливості психологічного супроводу дезадаптованих школярів, проведення профілактичної та психокорекційної роботи.

Ключові слова: психологічний супровід, психологізація навчально-виховного процесу, адаптація, гармонія, потенціал, дезадаптація, емпатія, профілактична і психокорекційна робота, психотерапевтичні бесіди, тренінгові заняття.

В умовах трансформації шкільної освіти суть змін полягає у відмові від орієнтування на всіх однаково, а визнанні цінності, унікальності окремої особистості та стимулюванні розвитку індивідуальних нахилів та здібностей дитини в усьому розмаїтті її життєдіяльності. Особистісний підхід передбачає використання методів, які забезпечать створення умов для творчого саморозвитку, самореалізації й самовиховання. Стиль роботи психолога з переважанням діагностичної та просвітницької функцій має суттєво доповнитися стратегією психологічного супроводу процесу навчання й розвитку кожного окремого учня.

Супровід – це системно організована діяльність психолога зі створення соціально-психологічних та педагогічних умов для успішного навчання й розвитку учня, таких умов, щоб кожен школяр розвивався за логікою притаманної їй своєрідності й досяг результатів, які б були для нього особистісно значущими й одночасно соціально прийнятними [4, 4]. Теоретичні засади, на яких ґрунтується психологічний супровід, відповідають традиціям гуманістичної психології. Суть їх полягає в безумовному визнанні цінності унікальності особистості кожної людини і права на реалізацію її властивостей і якостей. Відповідно формується вихідна передумова і мета психологічного супроводу розвитку кожного школяра у процесі його навчання. Учні мають різні індивідуально-психологічні особливості, інтереси та схильності, різняться типом поведінки і стилем діяльності, рівнем розвитку в цілому, але кожен школяр має право на прояв і повноцінний розвиток свого потенціалу.

Мета психологічного супроводу полягає в тому, щоб допомогти кожному учню соціалізуватися й адаптуватися до соціального середовища шляхом оптимального розвитку його потенційних можливостей. По своїй суті вона зорієнтована на виконання завдання Концепції загальної середньої освіти сприяти становленню особистості як творця і проектувальника власного життя, гармонізації і гуманізації відносин між учнями і педагогами, школою і сім'єю, ґрунтуючись на ідеї самоцінності дитинства, діалогу, усвідомленого вибору особистого життєвого шляху [3].

Такий особистісно-орієнтований підхід у принципі можливий, якщо в усіх, хто причетний до виховання дитини, виробиться не тільки розуміння, а й фактичне сприйняття того, що

- у психологічному супроводі відкривається стереотип підведення розвитку дитини під відповідні стандарти. Стандарти використовуються як орієнтири, котрі дають можливість співвідносити розвиток з вимогами системи шкільної освіти до особистості дитини і в такий спосіб отримувати достатньо інформації для оцінювання цього процесу;
- привчання школяра до дотримання норм і правил поведінки, а також використання в навчанні механізму засвоєння знань через систему наслідування створює небезпеку для дитини стати „жертвою соціалізації, тобто відзначити дуже однозначно свою позицію на полюсах школи: повна адаптація до соціуму – ігнорування соціального досвіду” (А.В. Мудрик). Психологічний супровід має допомогти дитині знайти необхідну міру співвідношення прийняття суспільних норм і потреб та самостійної, творчої позиції щодо них.

Психологічний супровід орієнтований на оптимістичну перспективу кожного учня. Така орієнтація має об'єктивні підстави: за різних варіантів розвитку природа наділила кожну дитину потенціалом можливостей, достатніх для її успішної адаптації в соціально-культурному середовищі, і зокрема – в системі шкільної освіти. Були б лише створені адекватні умови і, у разі потреби, грамотно запущені компенсаторні механізми розвитку. Розгортаючись в окресленому ключі, психологічний супровід підтримує вже проявлені здібності і стимулює ще не виявлені сили і навіть приховані здібності, надає дітям допомогу у визначенні навчальних проблем, формуванні соціально прийнятих норм поведінки у спілкуванні з однолітками й дорослими, впливає на їхнє психологічне самопочуття і, отже, виводить дитину на оптимальний рівень розвитку.

На жаль, у сучасній загальноосвітній школі ми стикаємося з проблемами психологічного супроводу, зокрема, недостатньо приділяється увага дезадаптованим учням. Вирішення проблеми шкільної дезадаптації пов'язане з ранньою діагностикою симптомів і факторів ризику, з розробкою диференційованих програм корекційного навчання, з пошуком ефективних засобів психолого-педагогічної підтримки вчителів та батьків дезадаптованих учнів.

В останні роки явище дезадаптації у дітей і підлітків стало предметом багаточисельних медичних, психофізіологічних і психологічних досліджень. Дослідження в масових школах виявили ознаки дезадаптації без виражених невротичних порушень у 22,5% учнів школи [1]. Це діти, які значною мірою втратили орієнтири у принципах побудови своїх взаємовідносин з іншими людьми, групою, суспільством. Відомо, що особливо чутливими у відношенні до розвитку стану дезадаптації школярів є критичні періоди зміни умов виховання і навчання [2, 3]. За цих умов у нашому суспільстві дуже гостро постає проблема соціальної адаптації та збереження психічного здоров'я особистості. Система виховання та освіти вимагає суттєвих змін методики, цінностей та змісту підготовки нової генерації до життя. [6, 18] Тому проблема соціальної адаптації дітей до школи є актуальною і потребує уваги зі сторони психологів, учителів і батьків. Нагальною проблемою стає пошук ефективних шляхів подолання соціальної дезадаптації в цілому і дезадаптивної самоорганізації школяра зокрема, а відтак і тих чинників, котрі детермінують виникнення цього феномену.

Однак в сучасній літературі недостатньо методичних розробок, які допомогли б психологу грамотно і ефективно побудувати роботу з профілактики і корекції психологічної дезадаптації. Потрібен новий теоретичний матеріал, який може

З М І С Т

<i>Від редакції</i>	3
Ямницький В.М., Литвиненко С.А. Ігротерапія як засіб психологічної допомоги дітям і підліткам	4
Павелків Р.В. Проблема пошуку та впровадження інноваційних психолого-педагогічних технологій розвитку особистості в освітніх закладах	6
Воробійов А.М. Психологія перфекціонізму.....	9
Артемова О.І. Проблеми психологічного супроводу дезадаптованих учнів загальноосвітньої школи	12
Бабак К.В. Професійний розвиток особистості як психологічна проблема	14
Безлюдна В.І. Народження другої дитини як фактор розвитку материнської сфери	16
Бучко В.Б. Проблеми надання психологічної допомоги засудженим до позбавлення волі.....	18
Главінська О.Д. Проблема професійної самосвідомості та самоствердження у юнацькому віці.....	21
Демчук О.О. Психологічні закономірності організації професійного самовиховання майбутніх педагогів	23
Демянюк О.Б. Інтегративний підхід у контексті психологічної допомоги особистості	26
Джеджеря К.В. Цінності як смислова основа подолання особистісних комунікативних труднощів.....	28
Дружиніна І.А. До питання вивчення феномену ідентичності у сучасній психологічній науці	31
Жигайло О.О. Особливості розвитку свідомості та самосвідомості молодших школярів	34
Ілляш С.Д. Психологічні аспекти розвитку професійного саморозуміння майбутніх педагогів	36
Кириченко Н.А. Психологічні особливості цілетворення та цілепокладання	39
Корчакова Н.В. Вплив особистісних характеристик на формування рольової поведінки у сфері батьківства	43
Кравчук М.М. Проблеми впливу небезпечних ситуацій на формування життєвих перспектив підлітків з девіантною поведінкою	45
Кулаков Р.С. Мотиваційні чинники професійного самовизначення у ранньому юнацькому віці	48
Лисяк О.М. Проблема внутрішньої конфліктності ціннісно-смислової сфери особистості.....	51
Маркович О.В. Психотерапевтична роль медичної сестри при спілкуванні з пацієнтами	54
Матейко Н.М. Особливості надання психологічної допомоги школярам, які проживають на екологічно несприятливих територіях.....	57
Мельник І.Я. Просоціальна поведінка як складова соціальної компетентності.....	60
Михальчук Н.О., Івашкевич Е.З. Організаційні основи догляду за психічнохворими в умовах стаціонарного лікування	63
Назарець Л.М. Посередництво психолога у вирішенні проблеми взаємодії батьків і дітей	67
Нестерук-Володимирець О.В. Психологічний супровід профільного навчання в позашкільному закладі нового типу – палаці дітей та молоді м. Рівного	69
Ніколайчук Г.І., Ніколайчук І.О. Проблема розуміння художнього тексту студентами вищої школи	73
Павелків В.Р. Особливості психодіагностики відхильної поведінки підлітків	75
Палагнюк В.В. Теоретичні засади психологічної допомоги в процесі професійної адаптації викладача-початківця ВНЗ	77
Пивоварчук Т.О. Психологічні особливості інтенсивного розвитку комунікативних здібностей студентів у процесі вивчення іноземної мови.....	79
Рибак В.А. Психологічні засади формування самоставлення студентів з особливими потребами	82
Косарєва О.І., Рудь Г.В. Особливості прояву механізмів психологічного захисту в підлітковому віці	84
Савуляк В.О. Корпоративна культура як чинник особистісного зростання працівників організації.....	87
Садова І.І. Соціально-психологічні проблеми сімей, пов'язані з вихованням дітей з особливими потребами у контексті загальної ситуації в Україні	89
Созонюк О.С. Концептуальні засади коучингу як форми психологічної допомоги.....	92
Сторож О.В. Психологічні особливості творчої соціалізації особистості на етапі ранньої юності	95
Хомич І.С. Самовідношення у молодшому шкільному віці	98
Цуканова М.С. Соціально - психологічна допомога та реабілітація бездоглядним і безпритульним дітям у притулку	100
Чала Ю.М. Проблема розвитку особистісного досвіду психолога під час тренінгової роботи та шляхи її розв'язання	103
Череп В.Ю. Психологічний супровід молодшої сім'ї з первістком: основні напрямки	106
Шмига А.І. Недоліки організаційної культури як одна з причин професійного «вигорання», превентивні методи та шляхи подолання	108
<i>Відомості про авторів</i>	112

Наукове видання

ОБНОВЛЕННЯ ЗМІСТУ, ФОРМ ТА МЕТОДІВ НАВЧАННЯ І ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету

Випуск 2 (43)

Свідоцтво про державну реєстрацію: Серія РВ № 540/93-Р від 03.11.2009 р.

Заснований у 1996 р.

Редактор збірника Воробйов А.М.
Відповідальний за підготовку збірника до видання Янцур М.С.
Технічний редактор Кравчук В.Ю.
Комп'ютерна верстка Хильчук Т.К.

Здано до набору 22.10.2010 р. Підписано до друку 29.10.2010 р.
Формат 60x84 1/8. Папір офсетний № 1. Гарнітура Times New Roman. Друк різнографічний.
Ум. друк. арк. 29,14. Обл. вид. арк. 29,14. Замовлення № 84/1 Наклад 120.

Адреса редакції: 33028 м. Рівне, вул. Остафова, 31
Рівненський державний гуманітарний університет, кафедра професійної педагогіки і
трудової підготовки (к. 98, тел. 22-11-18)

Віддруковано в редакційно-видавничому відділі
Рівненського державного гуманітарного університету
33028 м. Рівне, вул. С.Бандери, 12, тел. 26-48-83

О – 59 **Оновлення змісту, форм та методів навчання і виховання в закладах освіти: Збірник наукових праць. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 2 (43). — Рівне: РДГУ, 2010. — 116 с.**

ISBN 966 — 7281 — 08 — 7.

Збірник наукових праць містить статті які відображають теоретичні та практичні аспекти найважливіших проблем психологічної допомоги особистості.

Опубліковані матеріали можуть бути корисними для науковців, учителів, вихователів, практичних працівників освіти, керівників дошкільних і загальноосвітніх навчальних закладів, викладачів та студентів вищих педагогічних навчальних закладів.

УДК: 159: 37: 371: 372: 373: 374: 376: 378: 379

ББК 74.20