

# ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ

*Кравчук Лілія*

*Науковий керівник – доц. Олексюк Вікторія*

## **ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА САМОАКТУАЛІЗАЦІЮ СТУДЕНТІВ-МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

У сучасних нестабільних соціально-економічних умовах розвитку суспільства підвищується інтерес до усвідомлення перспектив розвитку професійної кар'єри майбутніх психологів і його підготовленості відповідно до вимог суспільства й ринку праці, де дані вимоги адресовано насамперед не до знань, а до особистісної і професійної компетентності майбутніх психологів.

На думку М. Левітова, «тривожність – це психічний стан, що виражається як побоювання і порушення спокою, викликані можливими неприємностями» [1]. Тривожність визначається як емоційна реакція, яка сприймається як «безпредметна», оскільки умови, які її породжують, невідомі. Особливістю тривожності є те, що інтенсивність емоційної реакції на стресову ситуацію непропорційно вища за величину об'єктивної небезпеки [1]. Ця базова людська емоція може мати як сприятливий, так і виснажливий вплив на процес навчання. Людям може бути корисний помірний рівень тривожності, щоб залишатися працьовитими та відповідальними за те, що вони мають робити, і, отже, мати більш стабільне та процвітаюче життя [2].

Проблема впливу тривожності на самоактуалізацію особистості підіймалися представниками гуманістичного напрямку психології (А. Маслоу, В. Франклом, Е. Фроммом, К. Роджерсом). У працях К. Абульханової-Славської, Л. Анциферової самоактуалізація визначається як реалізація діяльності особистості, яка скерована на реалізацію життєвих цілей. Підхід К. Абульханової-Славської надає змогу розглядати самоактуалізацію особистості студентів-майбутніх психологів, як спосіб “виявлення її основних життєвих ставлень”, через які відбувається рух і розвиток особистості. Становлення особистості майбутніх психологів проявляються у суб'єктивних мотивах, цілях, прагненнях, установках, вчинках, поведінці. Здатність майбутніх психологів організувати свій життєвий шлях К. Абульханова-Славська розглядає як ціле, котре підпорядковане меті та цінностям життя [3].

На думку К. Роджерса, тенденція самоактуалізації визначається як процес реалізації особистістю на протязі всього її життя власного потенціалу з метою стати повноцінною функціонуючою особистістю. Намагаючись це розвинути, людина проживає наповнене сенсом, пошуками та хвилюваннями життя. Оскільки результати навчання дуже важливі для академічного та кар'єрного розвитку, студенти, природно, відчувають величезний тиск, щоб

отримати високі результати. Таким чином, тривожність можна назвати ланкою, яка пов'язує когнітивні здібності зі сферою мотивації та емоцій.

Оскільки самоактуалізація знаходиться на піку того, що А. Маслоу назвав «ієрархією потреб», то згідно з цією моделлю, люди не можуть бути мотивовані цілями вищого рівня (наприклад, самоактуалізація), доки потреби на найнижчому рівні (фізіологічні потреби та безпека) ієрархії не будуть хоча б частково задоволені. Тому, якщо існує негативний зв'язок між самоактуалізацією та тривожністю, викладачам здається доцільним застосувати методики та процедури, щоб допомогти студентам підвищити рівень самоактуалізації, щоб вони могли контролювати свою тривожність в процесі навчання та майбутнього кар'єрного розвитку [5].

А. Маслоу визначив самоактуалізацію як бажання особистості стати тим, ким вона може стати. Людина, що досягла вищого рівня людських потреб, домагається повного використання власних талантів, здібностей та потенціалу. Таким чином, самоактуалізація визначається як максимальна реалізація можливостей особистості. «Люди повинні бути тими, ким вони можуть бути. Вони мають бути вірними своїй природі». А. Маслоу визначає ряд причин для самоактуалізації особистості: відсутність усвідомлення користі людей від самоактуалізації; гнітючий вплив оточення, яке висуває вимоги, які здійснюють вплив на особистість через певні норми та традиції та провокують розвиток тривожності; процес особистісного зростання потребує від особистості ризику, що формує почуття тривожності [3].

Додез О., Зелмарт П. і Марклі Р. вважають, що тривожність автоматично не погіршує академічну та соціальну компетентність, але в деяких випадках може мати позитивний ефект «самоактуалізації». Теорія позитивної дезінтеграції Дабровського К. стверджує, що тривожність є динамікою самоактуалізації. Дослідження Вілкінса В. Е., Х'елле Л. А. та Томпсона М. для оцінки цієї гіпотези показало, що самоактуалізація несумісна з хронічною, виснажливою або невротичною тривожністю. Шостром Е. відзначає самореалізовану людину як вільну від стримувань і емоційного хвилювання[3]. Відповідно до розуміння сутності кожного компонента особистісної самоактуалізації, визначаємо, що головними показниками прояву професійної самоактуалізації майбутніх психологів: – у когнітивному компоненті є знання особистості про себе, свої можливості, сфери і способи їх прояву; – у мотиваційному компоненті – наявність мотивації до навчальної діяльності; – у поведінковому компоненті – успішність у навчанні.

Тому, вважаємо, що майбутнім психологам необхідно працювати над розвитком показників самоактуалізації задля подальшої успішної реалізації у професійному житті, адже їхній теперішній тривожний стан буде перешкоджати професійному розвитку та самовдосконаленню. Особливо майбутнім психологам необхідно звернути увагу на такі структурні елементи самоактуалізації, як контактність, аутосимпатія, наявність проекту власного професійного розвитку, адже саме дані показники розвинуті найслабше у майбутніх

психологів, однак їхня роль у формуванні самоактуалізації майбутнього психолога є рівноцінною іншим індикаторам [4].

Таким чином, визначено, що високий рівень тривожності здійснює негативний вплив на самоактуалізацію студентів-майбутніх психологів, однак незначний рівень тривожності здійснює позитивний вплив на забезпечення майбутнього професійного становлення психологів.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Анциферова Л.И. Личность с позиции динамического подхода. Психология личности. Личность и ее жизненный путь / Ред. Б. Ф. Ломов, К. А. Абульханова-Славская. М.: Наука, 1990. С. 7–17.
2. Гордієнко К.О. Самоактуалізація студентів та ефективність їхньої соціально-психологічної адаптації. Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій в умовах мережевого суспільства: Монографія колективна / За ред. Л.В. Помиткіної, О.П. Хохліної. К.: ТОВ «Альфа-ППК», 2019. С. 192-204.
3. Муляр В.І. Самореалізація особистості як соціальна проблема (філософсько-культурологічний аналіз). Житомир: ЖІТІ, 1997. 214 с.
4. Spielberg C.D. Anxiety: Current trends in theory and research. N.Y., 1972. Vol. 1. pp. 24-55.
5. Kahan L. M. The Correlation of Test Anxiety and Academic Performance of Community College Students. Cambridge: ProQuest. 2008.
6. Mohamadia M., Alishahib Z., Soleimanic N. A Study on Test Anxiety and Its Relationship to Test Score and Self-actualization of Academic EFL Students in Iran. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 2014, № 98, pp. 1156 – 1164

*Данилюк Оксана*

*Науковий керівник – доц. Васильківська Надія*

#### **ВИКОРИСТАННЯ МЕДІАТЕКСТІВ ЯК ЗАСОБУ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЧЕТВЕРТОКЛАСНИКІВ**

Сучасні діти мають доступ до інформаційного, новинного контенту всього світу, спостерігають за багатьма подіями в реальному часі, долучаються до них онлайн або офлайн. Крім того, певну частину інформації вони відтворюють (або створюють) на сторінках соціальних мереж. Як отримана інформація буде дитиною усвідомлена, в якому вигляді потім відтворена, – це залежить від рівня її медіаграмотності.

Початкова школа сьогодні має стати тим інформаційно-освітнім середовищем, яке формує медіаграмотну особистість, медіаспоживача, що вміє знаходити потрібну інформацію і перевіряти її достовірність, медіаторця, який грамотно і відповідально створює власні медіапродукти.

Під медіаграмотністю ми розуміємо вміння аналізувати і синтезувати просторово-часову реальність, вміння «читати» медіатекст, здатність використовувати, оцінювати і передавати повідомлення в різних формах. [6].

Актуальність дослідження зумовлена тим, що у початковій ланці однією із провідних технологій є використання на уроках медіатекстів, які служать формуванню в учнів медіаграмотності, і є чітким засобом розширення знань, нагромадження цінностей, розвитку