УДК 159.9.01(043)
Кулікова А.О., асистент

СПЕЦИФІКА СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ Я-КОНЦЕПЦІЇ

Уявлення індивіда про самого себе, як правило, здаються йому переконливими незалежно від того, чи базуються вони на об'єктивному знанні або суб'єктивній думці, чи є вони істинними або помилковими. Конкретні способи самосприйняття, що веде до формування образу Я, можуть бути найрізноманітнішими.

Абстрактні характеристики, які ми вживаємо описуючи якусь людину, ніяк не пов'язані з конкретною подією або ситуацією. Як елементи узагальненого образу індивіда вони відображають, з одного боку, стійкі тенденції в його поведінці, а з іншого – вибірковість нашого сприйняття. Те ж саме відбувається, коли ми описуємо самих себе: ми в словах намагаємося висловити основні характеристики нашого звичного самосприйняття, до них відносяться будь-які рольові, статусні, психологічні характеристики індивіда, опис майна, життєвих цілей і т. п. Всі вони входять в образ Я з різною питомою вагою – одні представляються індивіду більш значущими, інші – менш. Причому значимість елементів самоопису і, відповідно, їх ієрархія можуть змінюватися в залежності від контексту, життєвого досвіду індивіда або просто під впливом моменту. Такого роду самоопису – це спосіб охарактеризувати неповторність кожної особистості через поєднання її окремих рис [1].

Той факт, що люди не завжди ведуть себе у відповідності зі своїми переконаннями, добре відомий. Нерідко пряме, безпосереднє вираження установки в поведінці модифікується або зовсім стримується в силу його соціальної неприйнятності, моральних сумнівів індивіда або його страху перед можливими наслідками.

Будь-яка установка – це емоційно забарвлене переконання, пов'язане з певним об'єктом. Особливість Я-концепції як комплексу установок полягає лише в тому, що об'єктом у даному випадку є сам носій установки. Завдяки цій самоспрямованості всі емоції та оцінки, пов'язані з образом Я, є дуже сильними і стійкими. Не надавати значення відношенню до тебе іншої людини досить просто; для цього існує багатий арсенал засобів психологічного захисту. Але якщо йдеться про ставлення до самого себе, то прості вербальні маніпуляції тут можуть виявитися безсилими. Ніхто не може просто так змінити своє ставлення до самого себе.

Емоційна складова установки існує в силу того, що її когнітивна складова не сприймається людиною байдуже, а пробуджує в ній оцінки і емоції, інтенсивність яких залежить від контексту і від самого когнітивного змісту [1].

Самооцінка не є постійною, вона змінюється в залежності від обставин. Джерелом оціночних знань різних уявлень індивіда про себе є його соціокультурне оточення, в якому оцінні знання нормативно фіксуються в мовних значеннях. Джерелом оціночних уявлень індивіда можуть бути також соціальні реакції на якісь його прояви і самоспостереження. Самооцінка відображає ступінь розвитку в індивіда почуття самоповаги, відчуття власної цінності і позитивного ставлення до всього того, що входить до сфери його Я. Самооцінка проявляється у свідомих судженнях індивіда, в яких він намагається сформулювати свою значимість. Є три моменти, суттєвих для розуміння самооцінки [3].

По-перше, важливу роль в її формуванні відіграє зіставлення образу реального Я з образом ідеального Я, тобто з уявленням про те, якою людина хотіла б бути. Ті, хто досягає в реальності характеристик, що визначають для нього ідеальний образ Я, повинні мати високу самооцінку. Якщо ж людина відчуває розрив між цими характеристиками і реальністю своїх досягнень, її самооцінка, цілком ймовірно, буде низькою.

Другий фактор, важливий для формування самооцінки, пов'язаний з інтеріоризацією соціальних реакцій на даного індивіда. Іншими словами, людина схильна оцінювати себе так, як, на його думку, її оцінюють інші.

Нарешті, ще один погляд на природу і формування самооцінки полягає в тому, що індивід оцінює успішність своїх дій і проявів через призму ідентичності. Індивід відчуває задоволення не від того, що він просто щось робить добре, а від того, що вона обрала певну справу і саме її робить добре.

Слід особливо підкреслити, що самооцінка, незалежно від того, чи лежать у її основі власні судження індивіда про себе або інтерпретації суджень інших людей, індивідуальні ідеали або культурно задані стандарти, завжди носить суб'єктивний характер [2].

Позитивну Я-концепцію можна прирівняти до позитивного відношенню до себе, до самоповаги, прийняття себе, відчуття власної цінності; синонімами негативної Я-концепції стають у цьому випадку негативне ставлення до себе, неприйняття себе, відчуття своєї неповноцінності.

Формування Я-концепції складається на основі індивідуальних особливостей особистості, а також під дією механізму взаємного спілкування. Процес психосоціального розвитку людини, стадії формування Я-концепції особистості протягом всього життєвого циклу найбільш повно представлені Е. Еріксоном [6].

Розглядаючи структуру Я-концепції, Р. Бернс відзначає, що образ Я самооцінка піддаються лише умовному концептуальному розрізненню, оскільки в психологічному плані вони нерозривно взаємопов'язані. Образ і оцінка свого Я привертають індивіда до певної поведінки; тому глобальну Я-концепцію можна розглядати як сукупність установок індивіда, спрямованих на самого себе.

Виділяють такі основні ракурси або модальності самоустановок:

1) реальне Я – установки, пов'язані з тим, як індивід сприймає свої актуальні здібності, ролі, свій актуальний статус, тобто з його уявленнями про те, який він насправді; 2) дзеркальне Я – установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, як його бачать інші.; 3) ідеальне Я – установки, пов'язані з уявленнями індивіда про те, яким він хотів би стати [1].

Як відзначає В.В. Столін, що аналіз підсумкових продуктів самосвідомості, які виражаються в будові уявлень про самого себе, «Я-образі», або «Я-концепції» здійснюється або як пошук видів і класифікацій образів «Я», або як пошук «вимірів» цього образу. Найбільш відомим розрізненням образів «Я» є розрізнення «Я-реального» і «Я-ідеального», яке так чи інакше присутнє вже в роботах У. Джемса, З. Фрейда, К. Левіна, К. Роджерса і багатьох інших, а також запропоноване У. Джемсом розрізнення «матеріального Я» і «соціального Я». Більше подрібнена класифікація образів запропонована Розенбергом: «справжнє Я», «динамічне Я», «фактичне Я», «ймовірне Я», «ідеалізоване Я» [4;5].

Я-концепція – це один з найпотужніших елементів, який опосередковує стимули з навколишнього світу, зумовлює образ дій людей і є ключовою причиною відчуття ними свого життя як щасливою або трагічною. Я-концепція виконує важливі функції в житті людини.

Я-концепція сприяє досягненню внутрішньої узгодженості особистості. Якщо Я-концепція людини суперечлива, містить взаємовиключні уявлення, то людина відчуває дискомфорт. Його дії в таких випадках спрямовані або на зміну Я-концепції, або на спотворення реальності в ім'я усунення дискомфорту. Узгоджена Я-концепція дозволяє особистості почувати себе впевнено, знаходитися в тісному контакті з реальністю.

Я-концепція визначає інтерпретацію життєвого досвіду особистості. У людини існує стійка тенденція інтерпретувати свій індивідуальний досвід на основі уявлень про себе. Я-концепція служить своєрідною «призмою», через яку переломлюється сприймана реальність. Наприклад, людина, яка вважає себе «нездатною», може пояснити свій успіх випадковістю, а «здатною» – проявом свого таланту; «непривабліва» розцінює увагу до себе як спробу пожартувати, а «привабліва» як спробу познайомитися. Людина з позитивною Я-концепцією розцінює посмішку на свою адресу як прояв добрих почуттів, а з негативною – як насмішку.

Таким чином, Я-концепція може виступати як певний захисний екран, який охороняє самоузгоджений образ себе від впливів, які можуть його порушити. Сформована Я-концепція

має властивість самопідтримки. Завдяки цьому у людини створюється відчуття своєї постійної визначеності, само-тотожності.

Література

1. Иващенко А.В. Проблемы Я-концепции личности в отечественной психологии / А.В.Иващенко, В.С. Агапов // Мир психологии. Научно-методический журнал. – М. – Воронеж, 2002. – №2. – С.34 – 41.

2. Немов Р.С. Психология / Р.С. Немов – М.: ВЛАДОС, 1999. – 311 с.

3. Свенцицкий А.Л. Социальная идентичность как часть Я-концепции / А.Л.Свенцицкий // Социальная психология: учеб. – М.: Изд–во Проспект, 2005. – С. 71-75

4. Столин В.В. Самосознание личности / В.В. Столин – М.: МГУ, 1983. – 301 с.

5. Фрейд З. Психология бессознательного: сборник произведений / З. Фрейд – М.: «Просвещение», 1989. – 426 с.

6. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон – М., 1996. – 250 с.

УДК 612. 166(043)

Лисецкая Е.Я., ассистент

СТРЕСС И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Стресс - обычное и часто встречающееся явление. Мы все временами испытываем его - может быть, как ощущение пустоты в глубине желудка, когда встаем, представляясь в классе, или как повышенную раздражительность или бессонницу во время экзаменационной сессии. Незначительные стрессы неизбежны и безвредны. Именно чрезмерный стресс создает проблемы для индивидуумов и организаций. Стресс является неотъемлемой частью человеческого существования, надо только научиться различать допустимую степень стресса и слишком большой стресс. Нулевой стресс невозможен. Тот тип стресса, который мы будем рассматривать в данной работе, определяется как чрезмерное психологическое или физиологическое напряжение. Исследования показывают, что к физиологическим признакам стресса относятся язвы, мигрень, гипертония, боль в спине, артрит, астма и боли в сердце. Психологические проявления включают раздражительность, потерю аппетита, депрессию и пониженный интерес к межличностным и сексуальным отношениям и др. Снижая эффективность и благополучие индивидуума, чрезмерный стресс дорого обходится организациям. Многие проблемы сотрудников, которые отражаются как на их заработке и результатах работы, так и на здоровье и благополучии сотрудников, коренятся в психологическом стрессе. Стресс прямо и косвенно увеличивает затраты на достижение целей организаций и снижает качество жизни для большого числа трудящихся.

Стресс может быть вызван факторами, связанными с работой и деятельностью организации или событиями личной жизни человека. Причины стрессов, или стрессоры, условно делят на две группы: физические и психические (сигнальные), подобно этому различают стрессы физиологические и психоэмоциональные.

К физиологическим стрессам можно отнести реакции организма на: шум, охлаждение, недостаток О2, кровопотерю, травму, интоксикацию, физическую нагрузку, лишение пищи.

К психоэмоциональным стрессам относят реакции на сигнал опасности: неожиданное прикосновение, неустойчивость опоры, быстрое увеличение в размерах нечетко различимого предмета, одиночество или перенаселение.

У человека, кроме таких факторов, причиной стресса могут быть информационные перегрузки и дефицит, недостаток времени, неопределенность исхода.

В последние годы обращают внимание на производственные стрессы: неопределенность трудового задания, недогрузка или перегрузка, ответственность за людей; несправедливая оценка труда, «трудное начальство», плохие условия труда.

Признаки стрессового напряжения.

1.Невозможность сосредоточиться на чем-то.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ НАУКИ ТА ОСВІТИ

Збірник матеріалів
XVII підсумкової науково-практичної конференції
викладачів

30 січня 2015 року

За загальною редакцією
члена-кореспондента НАПН України, доктора політичних наук, професора,
К.В. Балабанова

МАРІУПОЛЬ – 2015

УДК 061.3 (063)
ББК 94.3я 431

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ НАУКИ ТА ОСВІТИ: ***Збірник матеріалів XVII підсумкової науково-практичної конференції викладачів МДУ*** / За заг. ред. К.В. Балабанова. – Маріуполь: МДУ, 2015. – 430 арк.

Друкується за ухвалою вченої ради Маріупольського державного університету (протокол № 4 від 24.12.2014)

Редакційна колегія:

Голова – Балабанов К.В., доктор політичних наук, професор

Члени редколегії: Баймуратов М.О., д.ю.н., проф.; Безчотнікова С.В., д.філол.н., проф.; Брітченко Г.І., д.е.н., проф.; Булатова О.В., к.е.н., проф.; Бушаков В.А., д.філол.н., проф.; Качинська Н.О., к.політ.н., доц.; Кіндюк Б.В., д.геогр.н., проф.; Косенко Ю.М., к.пед.н., проф.; Ніколенко Л.М., к.ю.н., проф.; Пономарьова І.С., д.і.н., проф.; Почепцов Г.Г., д.філол.н., проф.; Романцов В.М., д.і.н., проф.; Сабадаш Ю.С., д. культурології, проф.; Слющинський Б.В., д.соц.н.,проф.; Соколова І.В., д.пед.н., проф.; Шепітько С.В., к.філол.н., проф.

Збірник містить матеріали XVII підсумкової науково-практичної конференції викладачів МДУ, яка відбулася 30 січня 2015 року в Маріупольському державному університеті.

У матеріалах висвітлені актуальні проблеми розвитку міжнародних відносин та зовнішньої політики, філософії та соціології, історії, економіки та менеджменту, права, літературознавства і культурології, філології, методики викладання, педагогіки та психології.

Видання адресоване науковцям, викладачам, аспірантам та студентам, а також усім, хто цікавиться сучасними проблемами науки та освіти.

Редакція не несе відповідальності за авторський стиль праць, опублікованих у збірнику

© Маріупольський державний університет

Кашкарьова Л.Р. МОЖЛИВОСТІ РІВНЕВОГО НАВЧАННЯ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ОСВІТИ…….. 299
Кулікова А.О. СПЕЦИФІКА СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ Я-КОНЦЕПЦІЇ 302
Лисецька О.Я. СТРЕСС И ЕГО ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА…… 304
Малихіна Т.П. ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА: ФАКТОРИ РИЗИКУ……... 306
Мойсеєнко Р.М. ІМІДЖ МОЛОДОГО ВЧЕНОГО В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ…… 309
Осіпцов А.В. ЗАГАЛЬНОЛЮДСЬКІ ЦІННОСТІ ЯК БАЗОВА ОЗНАКА ФЕНОМЕНУ КУЛЬТУРИ: ФІЛОСОФСЬКИЙ ДИСКУРС…… 311
Павленко О.В. ІГРОВІ МЕТОДИ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ МОДЕЛІ ПОБУДОВИ ТА ТРАНСФОРМАЦІЇ ПЕРСПЕКТИВИ ВЛАСНОГО ЖИТТЯ…… 314
Павленко Є.А. РУХОВІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ…… 316
Тищенко Л.В. МАЙБУТНЄ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНА КАТЕГОРІЯ: КУЛЬТУРНО-ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ……... 318
Фролова О.О. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК СПОСІБ ВПЛИВУ НА ПРОФЕСІЙНУ ПІДГОТОВКУ СТУДЕНТА……... 320
Хандога Я.В. ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ……... 321
Циолковська А.І. ФОРМИРОВАНИЕ МОРАЛЬНИХ КАЧЕСТВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ…….. 323

СЕКЦІЯ
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОСІЙСЬКОЇ МОВИ ТА ЛІТЕРАТУРИ

Волик Н.А., Белла М.В. ЖАНР ЭЛЕГИИ В ЛИТЕРАТУРЕ ВОСЕМНАДЦАТОГО ВЕКА (СОПОСТАВИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭЛЕГИЧЕСКОГО ЖАНРА В РУССКОЙ И АНГЛИЙСКОЙ ЛИТЕРАТУРАХ)… 325
Гайдук Н.А. ЛИНГВОКУЛЬТУРНЫЙ КОНЦЕПТ КАК ЯВЛЕНИЕ КУЛЬТУРОЛОГИЧЕСКОЙ ЛИНГВИСТИКИ…… 327
Гончарова З.В. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ КОНЦЕПТА «ДЕРЕВНЯ» В РУССКОМ ЯЗЫКОВОМ СОЗНАНИИ…… 329
Маслова А.Н. ЯЗЫКОВЫЕ СРЕДСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ИНВЕКТИВНЫХ ТАКТИК В «ОТКРЫТОМ ПИСЬМЕ»……. 332
Просцевичус В.Э. ОРФОГРАФИЯ БЕЗ ПРАВИЛ: КАК ЭТО БЫЛО……. 334
Ситникова Е.В. КОНЦЕПТ «ВОДКА» В СОВРЕМЕННОМ РУССКОМ ЯЗЫКЕ ПО ДАННЫМ СВОБОДНОГО АССОЦИАТИВНОГО ЭКСПЕРИМЕНТА…… 335

СЕКЦІЯ
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЛІНГВОДИДАКТИКИ

Басенко Г.М. ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ ВНЕУАДИТОРНОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ …….. 340
Гапєєва І.В. КЛАССИФИКАЦИЯ МЕТОДОВ АКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ В НЕЯЗЫКОВЫХ ВУЗАХ…….. 342
Мараховська Н.В. НАБУТТЯ ПРОФЕСІЙНОГО ДОСВІДУ МАЙБУТНІМ ВЧИТЕЛЕМ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ ПІД ЧАС ПРОХОДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ……. 343
Павленко О.Г. ХУДОЖНІЙ ПЕРЕКЛАД ДРУГОЇ ПОЛОВИНИ ХХ СТОЛІТТЯ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ МІЖНАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЕТИКИ…….. 345
Попова О.М. МЕТОД КЕЙС-СТАДИ В ОБУЧЕНИИ АНГЛИЙСКОМУ ЯЗЫКУ 347
Стуліка О.Б. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ХУДОЖНЬОГО ТЕКСТУ…….. 348