

4. Моляко В. А. Творческая конструкторология (пролегомены) / Моляко В. А. – К. : Освіта України, 2007. – 388 с.
5. Новиков Н. Б. 1000 аналогий, изменивших науку / Н. Б. Новиков. – М. : Рос. акад наук Ин-т психологии, 2010. – 878 с.
6. Попов А. С. Очерки методологии клинического мышления / А. С. Попов, В. Т. Кондратьев. – Л. : Медицина, 1972. – 193 с.
7. Стратегії творчої діяльності: школа В. О. Моляко / [Моляко В. О., Коваленко А. Б., Мойсеєнко Л. А. та ін.] ; за заг. ред. В. О. Моляко. – К. : Освіта України, 2008. – 702 с.
8. Энциклопедический словарь медицинских терминов / [авт.-сост. Покровский В. И.]. – М. : Медицина, 2005. – 1591 с.

В статье рассмотрена проблема творческого мышления врача на основе системно-стратегической парадигмы. Совершен анализ причин ошибок, допущенных студентами-медиками при сдаче лицензионного экзамена на третьем курсе. Выделены ошибки сделанные в результате случайных подстановок. Установлено, что стратегия случайных подстановок связана с комплексными обобщениями в связи с недостаточно сформированными понятиями и недостаточным развитием рефлексивного мышления. Развитие стратегического рефлексивного мышление врача тесно связано с осознанностью и произвольным использованием различных уровней обобщения.

The problem of the creative way of thinking of a doctor is presented in this article. It is based on the system of the strategic paradigm. The analyses of the reasons, of mistakes, which were made by medicine students, who where taking an license exam on the 3^d grade was thoroughly done. It occurred that the strategy of the sudden substitutions is connected with complex generalization on the base of the undeveloped conceptions and reflective thinking. The development of the strategic and reflexing thinking of the doctor is closely connected with the awareness and free usage of the different levels of the communication.

Статтю подано до друку 25.10.2012.

©2012 р.

О. А. Дерябіна (м. Ялта)

МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ СТРАТЕГІЙ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СТАНІВ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Постановка проблеми. Необхідною умовою впровадження європейських стандартів вищої освіти в Україні є пошук ефективних засобів реалізації провідної ідеї реформування системи освіти – створення оптимальних умов для розвитку особи з урахуванням її індивідуальних особливостей. Сучасний мир пред'являє до молодого фахівця високі вимоги, яким він повинен відповідати для досягнення положення в суспільстві і певного соціального статусу, щоб забезпечити собі гідне існування.

Специфіка будь-якої професійної діяльності вимагає від майбутнього фахівця приймати зважені рішення, долати дратівливість, відчай, стримувати спалахи гніву. Проте зовнішнє стримування емоцій не дозволяє понизити інтенсивність емоційного процесу і не сприяє психологічному і фізичному здоров'ю. Навпаки, неможливість психологічної переробки емоцій сприяє розростанню їх фізіологічного компоненту, викликає різні психосоматичні захворювання.

Таким чином, особливої актуальності набуває оволодіння навиками довільного самоврядування для вибору ефективних стратегій саморегуляції функціональних станів в

умовах сучасних реалій. У зв'язку з вищесказаним стає ясною наукова доцільність теоретичного вивчення механізмів, що забезпечують рішення задачі оптимізації поточного стану, і в розкритті системи психологічних засобів, що дозволяють людині усвідомлено і цілеспрямовано управляти своїм станом.

Слід визнати що, існує ряд проблем, що виникають при вивченні індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів. Невирішеними залишаються питання, пов'язані з розкриттям змісту поняття «індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів», визначенням чинників, що детермінують цей феномен, визначенням психологічних умов його формування в процесі професійної підготовки. Джерелом цих проблем в є суперечність між необхідністю формування оптимальних індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студента в учбовій діяльності і недостатній представленістю в педагогічній психології науково обґрунтованих рекомендацій для здійснення даного процесу.

Аналіз актуальних досліджень. Слід зазначити, що індивідуальні стратегії саморегуляції функціональних станів відносяться до інтеграційних форм саморегуляції особи. При цьому поняття «стратегія саморегуляції» дослідники розглядають з різних методологічних позицій.

У загальнонауковому контексті термін «стратегія» позначає «майстерне керівництво, план проведення або дії, свідомо складений набір операцій для вирішення деякої проблеми або досягнення деякої мети» [2, с. 237]. У психологічних дослідженнях нами було виявлено велику різноманітність трактувань терміну «стратегія». Найчастіше під ним розуміється програми, набір тактик і технік, сукупність операцій, дій, процедур або плани дій.

Термін «стратегія» в психології почав використовуватися в американських дослідженнях на початку 1960-х років для вивчення поведінки особи в стресових ситуаціях. Вперше він з'явився в 1962 році в працях Л. Мерфі, який використовував його в контексті совладаючого поведінки, досліджуючи яким чином діти долають кризи розвитку [8]. Через чотири роки, в 1966 року Р. Лазарус в своїй книзі «Psychological Stress and Coping Process» («Психологічний стрес і процес опанування») звернувся до копінгу для опису усвідомлених стратегій того, що опанує стрес і інші події, що породжують тривогу (англ. *coping strategy*) [3].

На думку українського дослідника Е. А. Резникової, індивідуальні стратегії поведінки відносяться до інтегральних форм особової адаптації [7, с. 447]. При цьому, поняття «стратегія» займає все більш міцну позицію в сучасній психологічній науці, хоча його зміст залишається багато в чому невизначеним. Так, копінг-поведінка розглядається як результуюча копінг-стратегії і копінг-ресурсів. В цьому випадку стратегія займає підлегле положення по відношенню до поведінки. Нерідко можна зустріти об'єднання стратегій і поведінки, і тоді виникає категорія «поведінкова стратегія».

На відміну від копінг-стратегії, стратегії саморегуляції функціональних станів мають свої особливості і специфіку: копінг-стратегії аналізуються з погляду зовнішніх поведінкових дій, а стратегії саморегуляції функціональних станів – з позиції механізму управління внутрішнім емоційним станом.

Для нашого дослідження є важливим віковий аспект, згідно якому, активне психологічне опанування характерне для людей молодого і зрілого віку. Ми вважаємо, що позитивний досвід саморегуляції функціональних станів в студентському віці є основою для формування ефективних стратегій саморегуляції функціональних станів, сприяє профілактиці поведінки, що відхиляється, успішній адаптації і розвитку особи, а також виступає значущим внутрішнім ресурсом особистості. Підтвердження цьому ми знаходимо в дослідженнях Л. Р. Дикої [1], А. С. Лібіна, Е. С. Лібіної [4], В. І. Моросанової [5], А. О. Прохорова [6].

Мета статті. Опис моделі і методики дослідження індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів у студентів в процесі їх професійної підготовки.

Виклад основного матеріалу. На сьогоднішній день очевидна необхідність формування індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів у студентів в процесі їх професійної підготовки. У даному контексті під індивідуальною стратегією саморегуляції функціональних станів студентів ми розуміємо формування оптимальної системи взаємодії людини із стресовою ситуацією, при якій якнайповніше використовуються його потенційні психологічні ресурси і досягається найбільш доцільний результат.

В рамках нашого дослідження було введено поняття «ідеальної» стратегії як цілі процесу формування. В даному випадку під «ідеальною» стратегією саморегуляції функціональних станів розуміється самоаналіз життєвого досвіду, визначення ефективності і неефективності прийомів і способів опанування з важкою ситуацією, які індивід застосовує стихійно; осмислення своїх індивідуальних особливостей і психологічних ресурсів саморегуляції функціональних станів; ознайомлення з теорією і практикою копінг-поведінки, а також навчання методам саморегуляції функціональних станів. На нашу думку, цю систему утворює деяка стійка сукупність інструментованих, усвідомлюваних прийомів і механізмів саморегуляції, спрямованих на гармонізацію внутрішнього стану індивіда, яку ми визначаємо як стратегію саморегуляції функціональних станів.

Враховуючи все сказане, нашим основним завданням було розробка методики і моделі індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів в процесі професійної підготовки.

У основу моделі індивідуальних стратегій покладені системно-діяльностна концепція психічної саморегуляції стану Л. Г. Дикої і наукові розробки С. О. Шапкіна, але в даній статті зміст цих стратегій наповнений новою суттю, відповідній меті дослідження.

Структурна модель індивідуальної стратегії саморегуляції функціональних станів студентів, що представляється в даній статті, побудована в контексті прояву активаційно-енергетичного, емоційно-оцінного, операційного, когнітивно-рефлексійного і мотиваційно-вольового компонентів у вигляді двох тенденцій, що визначають утворення індивідуальної стратегії (Рис. 1.).

У даній моделі були визначені основні тенденції саморегуляції функціональних станів на основі інтеграції психофізіологічних, особових і діяльнісних детермінант, вибір яких був обумовлений психологічною структурою саморегуляції стану і основними компонентами психологічної системи діяльності:

1) активаційно-енергетичний компонент, пов'язаний з органічними і функціональними витратами, спрямованими на досягнення значущих для суб'єкта цілей - з одного боку, і компенсацію чинників що перешкоджають досягненню цих цілей - з іншою. Характеризується динамікою ресурсного забезпечення;

2) емоційно-оцінний компонент визначається динамікою емоційних переживань, що є суб'єктивними індикаторами ефективності процесу саморегуляції;

3) операційний компонент здійснює виконавчу частин у процесі саморегуляції функціональних станів і реалізується через використання стратегій опанування;

4) компонент когнітивної рефлексії характеризується сукупністю уявлень про психічні стани і способи їх регулювання;

5) мотиваційно-вольовий компонент характеризується сукупністю мотивів, відповідним цілям саморегуляції. Забезпечує координацію всіх компонентів.



Рис. 1. Структурна модель утворення індивідуальної стратегії саморегуляції функціональних станів

Ми припускаємо, що інтегральну оцінку індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів можна здійснювати на основі дослідження даних компонентів і їх проявів як тенденцій, а саме:

- на активаційно-енергетичному рівні тенденція мінімізації - або максимізації ресурсного забезпечення діяльності;
- на емоційно-оцінному рівні суб'єктивних переживань (проблемно- або емоційно-орієнтована тенденція);
- на операційному рівні – адаптивність або неадаптивність стратегій опанування;
- на когнітивному рівні (тенденція адекватних і неадекватних уявлень про використовувані індивідом способи і прийоми);
- на мотиваційно-вольовому рівні (тенденція мотивація до саморегулювання і тенденція спонтанність в управлінні станом).

Кожен компонент може бути вивчений за допомогою методики дослідження індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів наведеною в табл. 1.

Таблиця 1

Методична база дослідження індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів

Компоненти і емпіричні показники індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів студентів		Діагностичний інструментарій
Компоненти	Емпіричні показники тенденцій	
Активаційно-енергетичний	Частота серцевих скорочень, артеріальний тиск систоли, артеріальний тиск діастолі	Методика вимірювання пульсу і артеріального тиску
	Веgetативний коефіцієнт, сумарне відхилення від аутогенної норми	Восьмиколірний тест М. Люшера
Когнітивна рефлексія	Наявність уявлень про психічні стани і способи і регулювання	Опитувальник «Психічні стани студентів в процесі професійної підготовки» (авторська розробка)
Емоційно-оцінний	Самопочуття, активність, настрої	Тест диференціальної самооцінки функціонального стану (САН)
	Характерні способи подолання стресу і проблемних ситуацій	Методика для психологічної діагностики способів опанування із стресовими і проблемними для особи ситуаціями Л. І. Васермана
Операційний	Адаптивні і неадаптивні варіанти копінг-поведінки	Методика психологічної діагностики копінг-механізмів (Тест Хейма)
Мотиваційно-вольовий	Мотиваційний профіль саморегуляції	Методика діагностики мотиваційного рівня саморегуляції О. І. Мухригиной

Оскільки кожен компонент може бути реалізований як одна з двох тенденцій, утворюючих індивідуальну стратегію саморегуляції функціональних станів, то таких стратегій (поєднань тенденцій) може бути 32, що підтверджується формулою з комбінаторики $P_n = 1 \cdot 2 \cdot 3 \cdot (n-1) \cdot n = n!$ що демонструє число перестановок.

Висновки. Таким чином, наведена методика припускає оцінку характеристик індивідуальних стратегій саморегуляції функціональних станів, визначення типів індивідуальних стратегій, виявлення їх недоліків і переваг, обумовлюючих їх використання в різних життєвих ситуаціях і в професійній діяльності. За допомогою даного методу можуть бути отримані дані про психофізіологічні ресурси людини, їх об'єм і можливості відновлення, про те, як людина їх розподіляє, про баланс збудливих і гальмівних процесів регуляції, про оптимальність стратегій саморегуляції функціональних станів, що склалися у людини.

Література

1. Дикая Л. Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности [Текст]: дис. ... д-ра. психол. наук / Л. Г. Дикая; Российская академия наук. – Москва : [б. и.], 2002. – 342 с.
2. Краткий психологический словарь / Сост. Л. А. Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – Ростов-на-Дону : «ФЕНИКС», 1998. – 512 с.
3. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования / Эмоциональный стресс. [Текст] / Р. Лазарус. – Л. : Медицина, 1970. – 280 с.
4. Либина А., Либин А. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами? / Стиль человека: психологический анализ. [Текст] / А. Либина, А. Либин. - М. : Смысл, 1998. - С. 190-204.
5. Моросанова В. И. О регуляторных факторах успешности трудовой деятельности // Новые исследования в психологии. – 1988. - №1. – С. 20-24.
6. Прохоров А. О. Функциональные структуры и средства саморегуляции психических состояний [Текст] / А. О. Прохоров // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. - № 2. – С. 68-80.
7. Резникова Е. А. Формирование стратегий адаптационного поведения в процессе трансформации психологической защиты личности студента. / Проблемы сучасної психології. - 2012. - Випуск 17. - С. 447-458.
8. Murphy L. Coping vulnerability and residence in childhood. Coping and adaptation / L. Murphy. - N.-Y. : Basic Books, 1974. – 420 p.

В статье описывается методика исследования характеристик индивидуальных стратегий саморегуляции функциональных состояний, определения типов индивидуальных стратегий, выявления их недостатков и преимуществ, обуславливающих их использование в различных жизненных ситуациях и в профессиональной деятельности. Сделан акцент на анализе понятия «стратегия», представлена структурная модель образования индивидуальных стратегий саморегуляции функциональных состояний. На основе разработанной автором системы определения индивидуальных стратегий саморегуляции функциональных состояний можно создать индивидуально-ориентированные программы обучения саморегуляции для того, чтобы повысить эффективность обучения методам саморегуляции.

In article described self-regulation functional conditions individual strategies research methodology, individual strategies type identification, facing their advantages and disadvantages, what stipulate their use in different life situations and professional activity. The analysis of concept “strategy” is emphasized, structure model of creation individual self-regulation strategies of functional conditions is adduced. On the basis of the author system of self-determination of the individual strategies of functional conditions can create individual-oriented training program of self-regulation in order to increase the effectiveness of training in self-regulation.

Статтю подано до друку 25.10.2012.

©2012 р.

Д. В. Черенщикова (м. Суми)

ПОЗИТИВНА СУБ'ЄКТНО-ЦІННІСНА МОДЕЛЬ ПЕДАГОГІЧНОГО СПІЛКУВАННЯ У ВНЗ: ДОСВІД ВПРОВАДЖЕННЯ

Постановка проблеми. Аналіз феномену педагогічного спілкування як предмета психології професійного становлення особистості набуває виняткового значення, оскільки