

2. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. с англ. / Общ. ред. и вступ. ст. Л.А.Петровской. – М.: Прогресс, 1993. – 368 с.
3. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. – М. : Фонд «За экономич. грамотность», 1995. – 296 с.
4. Перлз Ф. Опыты психологии самопознания: практикум по гештальт-терапии: пер с англ. М. Папуше / Ф. Перлз, Р. Хефферлин, П. Гудмэн. – М. : Гиль-Эстель, 1993, 240 с.
5. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2006. – 352 с.
6. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы: пер. англ. О. Кондрашовой, Р. Кучкаровой / К. Роджерс.– М. : ЭКСМО–Пресс, 2000. – 464 с.
7. Сирота Н. А. Профилактика наркомании и алкоголизма: учеб. пос. для студ. высш. учеб. заведений / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – М. : Академия, 2003. – 176 с.
8. Lazarus R. S. Transactional theory and research on emotions and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman // European journal of personality. – 1987. –V.1. – P. 141–169.

Відомості про автора:

Резнікова Олена Анатоліївна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Донбаського державного педагогічного університету.

Статтю подано до друку 10.04.2015.

УДК 316.613.42-053.6

© О. В. Федулова, О. В. Царькова, 2015 р.

О. В. Федулова, О. В. Царькова (м. Мелітополь)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У ПІДЛІТКІВ

У даній роботі розглянуті питання міжособистісної взаємодії у підлітків. Автор вказує на необхідність проведення системного аналізу індивідуальних, особистісних, психолого-педагогічних і соціально-психологічних факторів, що викликають соціальні відхилення в міжособистісній взаємодії у підлітків, з метою побудови і здійснення цілеспрямованого корекційного процесу. Зроблено висновок, що вивчення міжособистісних відносин у підлітків має складну багатофакторну природу. Для психолого-педагогічної науки питання про природу міжособистісних відносин має особливе значення, оскільки від відповіді на нього залежить вибір способів гуманізації суспільства за допомогою виховних впливів. Підлітковий вік часто називають «важким», «критичним», «переломним». І це не випадково. У цей період відбувається багаторівнева перебудова організму дитини, завершується формування особистості.

Ключові слова: корекція, міжособистісна взаємодія, підлітки, відносини, психодіагностика, фактори, вік, однолітки, сім'я.

В данной работе рассмотрены вопросы межличностного взаимодействия у подростков. Автор указывает на необходимость проведения системного анализа индивидуальных, личностных, психолого-педагогических и социально-психологических факторов, вызывающих социальные отклонения в межличностном взаимодействии у подростков, с целью построения и осуществления целенаправленного коррекционного процесса. Сделан вывод, что изучение межличностных отношений у подростков имеет сложную многофакторную природу. Для психолого-педагогической науки вопрос о природе межличностных отношений имеет особое значение, поскольку от ответа на него зависит выбор способов гуманизации общества посредством воспитательных воздействий. Подростковый возраст часто называют «трудным», «критическим», «переломным».

Ключевые слова: коррекция, межличностное взаимодействие, подростки, отношения, психодиагностика, факторы, возраст, сверстники, семья.

In this work we considered the issues of interpersonal interaction in adolescents. The author points to the need for a systematic analysis of individual, personal, psychological and socio-psychological factors that cause social rejection in interpersonal interaction in adolescents, with the aim of building and targeted corrective process. It is concluded that the study of interpersonal relationships in adolescents is a complex multifactorial nature, firstly, the use of comparative analysis compares conditions are favorable social development process sociopathies, secondly the implementation of an interdisciplinary approach, which does not allow you to withdraw within one specialization, but on the contrary, involves the use of achievements of such branches of psychology, such as age, social, pedagogical, medical, third, the implementation of a systematic approach of identifying the hierarchy and relationship of adverse factors. For psycho-pedagogical science the question of the nature of interpersonal relationships is of particular importance because the answer depends on the choice of methods of humanization of society through educational influences. Adolescence is often called «difficult», «critical», «critical».

Key words: adjustment, interpersonal interaction, Teens, relationships, psychodiagnostics, factors, age, peers, family.

Постановка наукової проблеми. Останнім часом вивчення проблеми міжособистісних стосунків у підлітків стало чи не найбільш популярним напрямком дослідницької діяльності психологів усього світу, воно відображає одну із найгостріших соціальних проблем нашого суспільства. Сьогодні найгостріше постає проблема міжособистісної взаємодії у підлітків, коли відбувається перехід до нового щабля розвитку особистості. У цей період часто можна помітити нічим невмотивовані реакції підлітків на, здавалося б, незначні, але справедливі зауваження тих, хто їх оточує. Саме у цей період відбувається усвідомлення дитиною своєї індивідуальності, змінюється її ставлення до навколишнього світу, до себе, до інших людей, відбувається перебудова потреб та мотивів, поведінки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз останніх досліджень і публікацій показує, що дана проблема знаходить відображення у роботах О.В. Хреннікова [7, с. 98], Т.Г. Рум'янцевої [4, с. 34], Н.О. Ратінової [2, с. 47], С.М. Єніколопова [8, с. 37]. Аналіз наукової зарубіжної та вітчизняної літератури показав, що проблема міжособистісних стосунків підлітків є однією з найбільш гострих та актуальних і на фундаментально-теоретичному і на прикладному рівнях досліджень психологів різних шкіл та напрямів.

Метою статті є розгляд психологічних особливостей корекції міжособистісної взаємодії у підлітків, а також визначення психологічних чинників, що впливають на міжособистісні стосунки, та засоби їх корекції в умовах освітнього закладу.

Виклад основного матеріалу. У суспільстві в процесі соціального життя утворюється система взаємодій особистостей. Різноманітні соціальні відносини, суб'єктами яких вони є, зумовлені різноманітністю соціальних інтересів. Соціальні відносини мають об'єктивний характер, але для кожної людини вони, відображаючись у її внутрішньому світі, набувають особистісного сенсу, що виявляється в індивідуальних поведінці, почуттях, настроях.

Неодмінною особливістю соціальних відносин є міжособистісний соціально-психологічний аспект. Міжособистісні відносини визначають тип взаємодії (суперництво, співробітництво), ступінь його вираження (більш або менш успішне, ефективне співробітництво). На їх формування впливають умови життєдіяльності людини, емоційна забарвленість. Емоції спонукають до дії, відіграють важливу роль у таких взаєминах, як дружба, любов, шлюб. За допомогою емоцій (переляк, сміх) людина може впливати на партнера по взаємодії, відповідно змінюючи його реакцію на предмет обговорення [1, с. 36].

У вітчизняній психології існує безліч думок з приводу того, яке місце займають міжособистісні відносини в реальній системі життєдіяльності людей. І природно, в першу чергу необхідно згадати про В.Н. Мясищева, який вважав, найголовніше, що визначає особистість – «...її ставлення до людей, які є одночасно відносинами...». Аналізуючи «місце розташування» міжособистісних відносин у соціально-психологічній літературі, Р.М. Андрєєва зазначає, що їх розглядають насамперед щодо системи суспільних відносин: в одному рядку, в основі або на самому верхньому рівні суспільних відносин (Е.С. Кузьмін); як відображення в свідомості суспільних відносин (К.К. Платонов). Сама ж вона стверджує, що: «...природа міжособистісних відносин може бути правильно зрозуміла, якщо їх не ставити в один ряд з суспільними відносинами, а побачити в них особливий ряд відносин, які виникають всередині кожного виду суспільних відносин, не поза ними...» [4, с. 13].

Підлітковий вік є періодом посиленого формування моральних почуттів. Завдяки їм, засвоєні підлітками норми поведінки стають ефективним керівництвом до дії. Проте в поведінці підлітків не завжди поєднуються слова, почуття і справи. Деякі підлітки не усвідомлюють зв'язку між відомими їм загальними нормами і власною поведінкою в тій чи іншій конкретній ситуації [10, с. 98].

Вчений А.П. Краківський називає наступні вікові особливості підлітка:

- 1) потреба в гідному становищі в колективі однолітків, у родині;
- 2) підвищена стомлюваність;
- 3) прагнення мати вірного друга;
- 4) прагнення уникнути ізоляції, як у класі, так й у малому колективі;
- 5) підвищений інтерес до питання про «співвідношення сил» у класі;
- 6) прагнення відмежуватися від усього підкреслено дитячого;
- 7) відсутність авторитету віку;
- 8) відраза до необґрунтованих заборон;
- 9) сприйнятливості до промахів учителів;
- 10) переоцінка своїх можливостей, реалізація яких передбачається у віддаленому майбутньому;
- 11) відсутність адаптації до невдач;
- 12) відсутність адаптації до положення «гіршого»;
- 13) тенденція віддаватися мріям;
- 14) страх опоганення мрії;
- 15) яскраво виражена емоційність;
- 16) вимогливість до відповідності слова справи;
- 17) підвищений інтерес до спорту;
- 18) захоплення колекціонуванням, захоплення музикою й кіномистецтвом [10, с. 67].

У підлітковому віці відбувається подальше становлення почуттів як узагальнених і відносно стійких переживань (інтелектуальних, естетичних, моральних). Усвідомлення і дотримання моральних норм поведінки підлітками виявляється в переживаннях морального задоволення, порушення ж їх викликають у них емоції обурення, гніву, осуду, сорому. Благородні вчинки супроводжуються переживаннями радості, піднесення.

Міжособистісні відносини підлітків починають формуватися в колективах добровільних (компанії друзів) або сформованих дорослими (школи, гуртки тощо) [2, с. 76].

Спілкування з ровесниками – особлива і окрема сфера життя підлітка, надзвичайно важлива для нього. Ці відносини будуються на принципах рівності, справедливості й тому забезпечують оптимальні умови для зміцнення почуття дорослості у підлітка. Основою для спілкування виступає спільність потреб, цінностей, прагнень, інтересів, переживань [8, с. 56].

Суб'єктивне значення для підлітка сфери спілкування з однолітками серйозно відрізняється від її оцінки дорослими, особливо вчителями (С. К. Масгутова). Самі підлітки вважають свої переживання з цього приводу найбільш типовими й значущими, тоді як вчителі думають, що

підлітків найбільше хвилюють стосунки з ними, а батьки приписують таке ж значення взаєминам у сім'ї [4, с. 45].

В підлітковому віці взаємовідносини з дорослими починають будуватися під впливом переживання нових почуттів, які пов'язані з прагненнями до самостійності, дорослості та самоствердження. Підлітки починають відмовлятися від підвищеного нормативного контролю з боку дорослих, відходять від ідеалізованих, надуманих зразків дорослих, починають активно відстоювати свої права на самостійність, висувають власні пропозиції у вирішенні значної частини життєвих питань, перестають виконувати вимоги дорослих щодо змін в їх поведінці. Вони намагаються знизити контроль дорослих щодо себе, хворобливо реагуючи на явні чи неявні обмеження їх прав [3, с. 45].

У випадках, коли вимоги суперечливі, підлітки демонструють протести в різних формах, проявляють непокірність з метою змінити такі взаємовідносини. І дорослі поступово, під впливом домагань підлітків, вимушені переходити до нових форм спілкування з ними. Цей процес далеко не завжди відбувається без психологічних травм [3, с. 39].

Психологічна корекція міжособистісної взаємодії у підлітків включає в себе широкий арсенал методів серед яких провідне місце займає:

- 1) корекція через гру;
- 2) корекція через вилучення з несприятливого оточення та переміщення дитини в середовище чи групу, що корегує;
- 3) корекція через творче самовираження (малювання, конструювання, заняття музикою чи іншими видами творчої діяльності);
- 4) корекція через сублимацію у соціально схвальну діяльність;
- 5) корекція через участь у тренінговій групі з метою формування навичок конструктивної взаємодії;
- 6) корекція за допомогою поведінкових методів.

Методи і прийоми здійснення корекційно-розвивальної роботи узгоджуються з ідеями і принципами педагогічної підтримки [7, с. 28].

Особливе місце в корективній роботі слід приділяти формуванню круга інтересів підлітка також на основі особливостей його характеру і здібностей. Необхідно прагнути до максимального скорочення періоду вільного часу підлітка – «часу дозвольного існування і неробства» за рахунок залучення до позитивно формуючих особу занять: читання, самоосвіта, заняття музикою, спортом тощо [7, с. 54].

Найбільш глибоке і змістовне спілкування можливе при дружніх взаємовідносинах. Спілкування з другом за нормативами референтної групи узгоджується із проявами прихильності, ніжності та симпатії. Не тільки дівчата-підлітки виявляють свої почуття обіймами і прагненням доторкнутися одна до одної, це властиве і хлопцям-підліткам. Поряд з дружніми «потасовками» і боротьбою, хлопці виявляють симпатію і приязнь один до одного через обійми після тривалої розлуки і рукопотискання при зустрічі. Підліткова дружба, розпочавшись в 11-13 років, залишає сліди високих прагнень до особистісного вдосконалення у душі дорослої людини на все життя [5, с. 72].

Для діагностування рівня міжособистісної взаємодії у підлітків нами були обрані методики, які повною мірою відповідають критеріям валідності та надійності.

Для дослідження структури міжособистісної взаємодії у підлітків нами був розроблений діагностичний комплекс, до якого увійшли три методики: Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні за В.В. Бойком, «Визначення індексу групової згуртованості Сішора», Методика діагностики спрямованості особистості Б. Басса (орієнтаційна анкета) [3, с. 73].

При проведенні діагностичного дослідження, яке було здійснене на базі середньої школи № 15 міста Мелітополя було обрано групу дітей віком від 13 до 14 років у вибірці кількістю 39 осіб. Провівши діагностику міжособистісної взаємодії у підлітків за допомогою методики діагностики

домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні за В.В. Бойком були отримані наступні показники, які було прокласифіковано у відсоткових показниках і представлено на Рис. 1.

Дана методика дозволяє визначити домінування однієї зі стратегій психологічного захисту в спілкуванні (миролюбства, уникнення, агресії) чи присутність їх однаковою мірою в поведінці респондента. Звернення до цієї методики допоможе визначити чинники комунікативних бар'єрів, пов'язані зі стратегіями взаємодії.

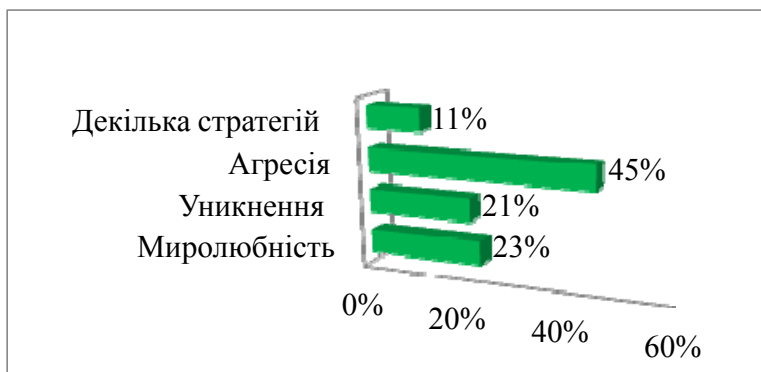


Рис.1. Визначення домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні В.В. Бойко

Провівши діагностику, ми визначили, що в спілкуванні досліджувана група використовує стратегію миролюбства, уникнень, агресії, а також у деяких учнів присутні в однаковій мірі декілька стратегій. Як визначилось, домінуючою стратегією у даній групі є агресивність.

Для того, щоб достовірніше продіагностувати міжособистісну взаємодію у підлітків, наступним кроком ми використали методику «Визначення індексу групової згуртованості Сішора», результати якої представлено на Рис. 2.

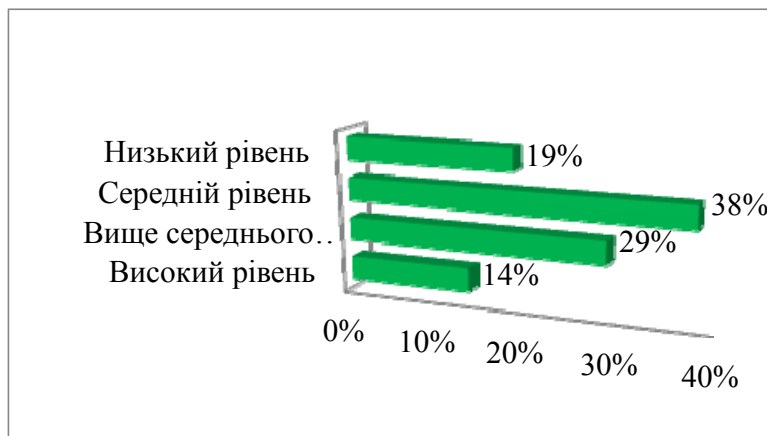


Рис. 2. Визначення рівня групової згуртованості

Дослідивши рівень групової згуртованості ми визначили, що у групі домінує середній рівень згуртованості, але є також і низький рівень, який потребує корекції.

Останнім кроком у діагностиці міжособистісної взаємодії було використання орієнтаційної анкети Б. Баса. Результати представлені на Рис. 3.

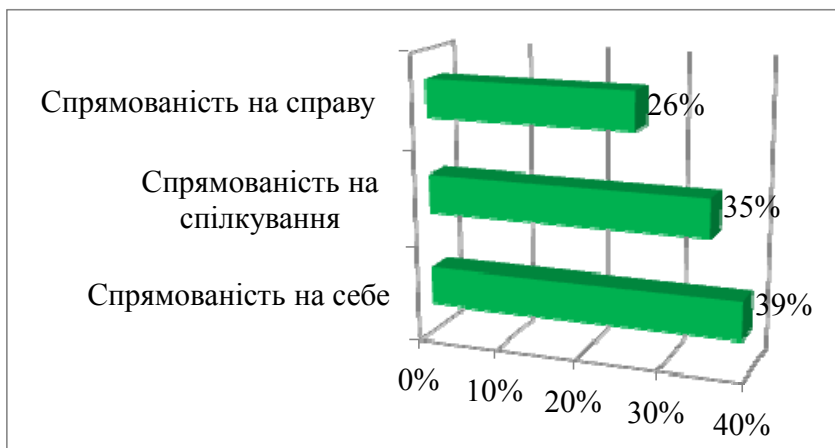


Рис. 3. Визначення значень згідно методики діагностики спрямованості особистості Б. Басса

Дослідивши спрямованість особистості за методикою Б. Басса отримали такі результати:

В загальному підсумку: спрямованість на справу обирають – 26% учнів; спрямованість на спілкування – 35% учнів; спрямованість на себе – 39% учнів.

Таким чином, за результатами цього тесту видно, що спрямованість на себе більш поширена серед підлітків цієї групи, далі за кількістю показників йде спрямованість на спілкування і спрямованість на справу.

Отже, у експериментальному дослідженні ми використали методики, які допомогли нам визначити рівень групової згуртованості, домінуючу стратегію психологічного захисту, а також визначили орієнтаційну спрямованість особистості.

Після проведення корекційної програми нами було проведено повторне дослідження по діагностиці міжособистісної взаємодії у підлітків. Дослідження проводилося на вибірці кількості 21 особа, за допомогою то ж переліку психодіагностичних методик.

Повторна діагностика за методом визначення домінування однієї зі стратегій психологічного захисту в спілкуванні В.В. Бойко дала наступні результати, які представлено на Рис. 4.

Діагностика домінуючої стратегії психологічного захисту у спілкуванні дала такі результати: стратегія миролюбства підвищилась на 6%, стратегія уникнення знизилась на 2%, стратегія агресивності знизилась на 13 %,а стратегія яка включає у себе декілька стратегій підвищилась на 8%.

Наступним кроком діагностики міжособистісної взаємодії у підлітків було безпосереднє повторне вивчення групової згуртованості за допомогою методики Сішора. Результати представлені на Рис. 5.

Повторна діагностика групової згуртованості показала наступні результати: низький рівень зменшився на 6%, середній на 5%, вище середнього рівень підвищився на 5%,а високий рівень підвищився 6%.

Останнім кроком повторної діагностики було визначення спрямованості особистості за допомогою орієнтаційної анкети Б. Баса. Результати представлені на Р ис. 6.

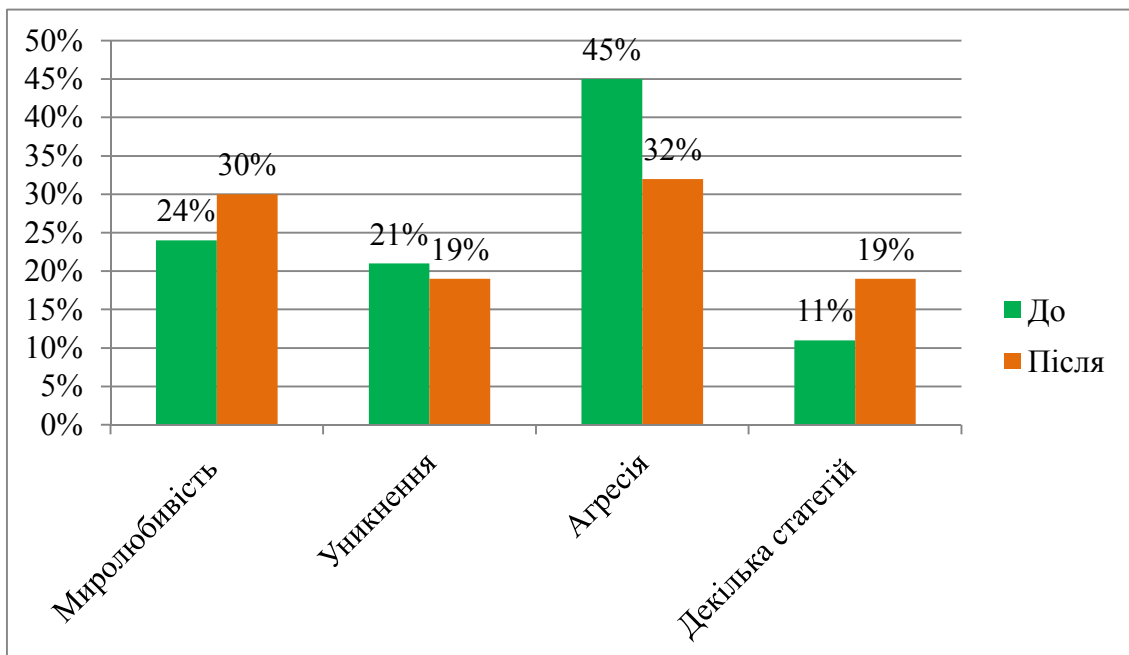


Рис. 4. Відсоткове співвідношення учнів за показником домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні у експериментальній групі

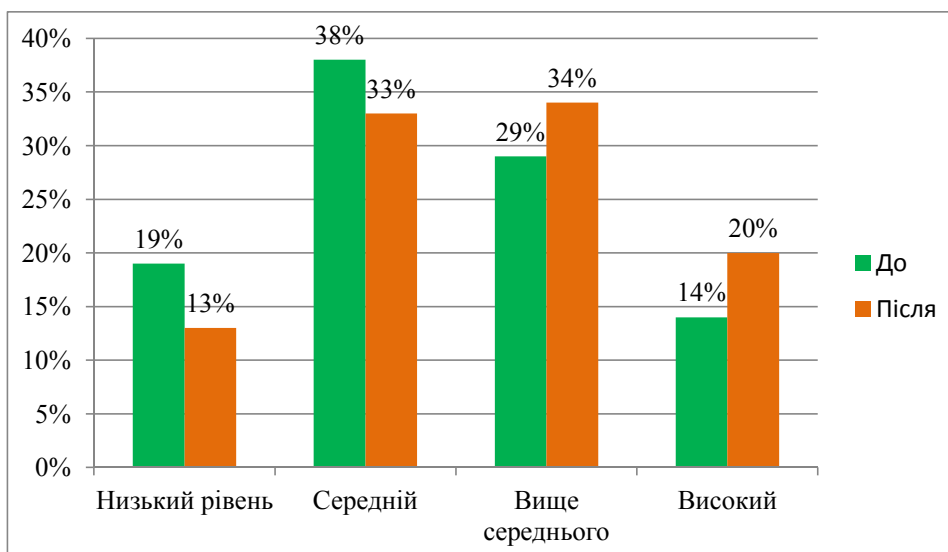


Рис. 5. Порівняння відсоткового визначення групової згуртованості у експериментальній групі

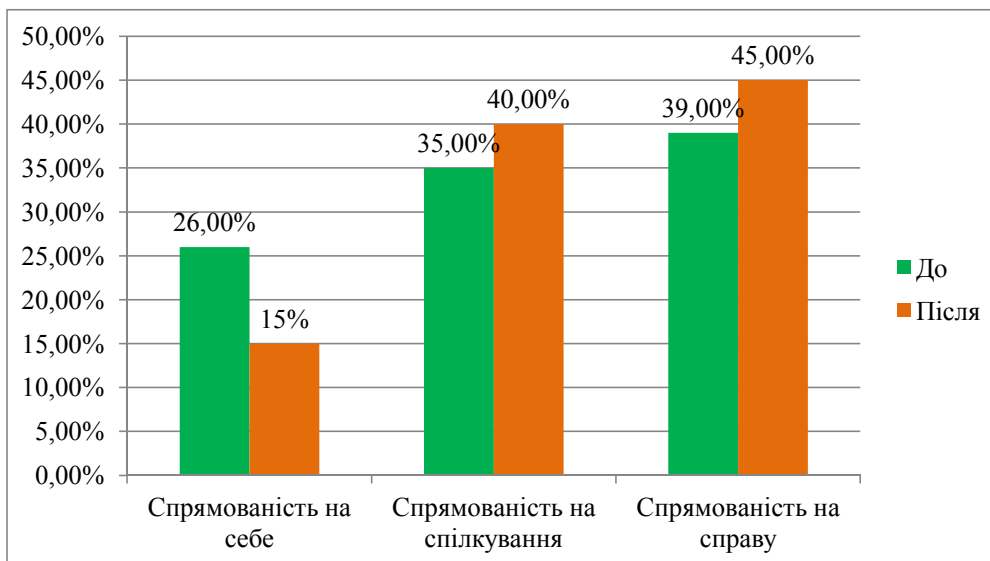


Рис. 6. Порівняння відсоткового визначення спрямованості підлітка у експериментальній групі

Результати показали, що у даній групі спрямованість на себе зменшилась на 11 %, спрямованість на спілкування підвищилась на 5 %, а спрямованість на справу підвищилась на 6%.

Таким чином видно, що після проведення корекційної роботи, спрямованість підлітків підвищилась у напрямку спілкування та справи, а показники спрямованості на себе знизилась.

Роблячи загальний висновок з проведеного повторного дослідження можна сказати, що показники за загальними аспектами міжособистісної взаємодії у підлітків покращились.

Зокрема, зменшилась кількість учнів зі спрямованістю на себе, з агресивною домінуючою стратегією психологічного захисту спілкування, а також покращились показники групової згуртованості. Ці показники свідчать про те, що корекційна програма була ефективною.

Висновки з даного дослідження. Міжособистісна взаємодія у підлітків – це сфера, яка охоплює майже увесь діапазон існування дитини цього віку. Як показують дослідження, проблема особливостей міжособистісної взаємодії у підлітків, ще мало вивчена, а її актуальність на сучасному етапі розвитку суспільства надзвичайно важлива, тому необхідно вже в підлітковому віці сформувати правильну модель соціальної поведінки і не допустити у взаєминах підлітків різних видів відхилень.

Перспектива подальших розвідок. Розгляд індивідуальних, особових, психолого-педагогічних і соціально-психологічних особливостей міжособистісної взаємодії на більшій вибірці людей.

Література

1. *Аверин В.А.* Психология детей и подростков: Учеб. пособ. – 2-е изд., пере раб. и доп. / В.А. Аверина. – С.П.б: Изд-во Михайлова В.А., 2008. – 379с.
2. *Алферов А.Д.* Психология развития школьников Текст.: учебное пособие по психологии / А.Д. Алферов. – Ростов н /Д: «Феникс», 2010. – 384 с.
3. *Гамезо М.В.* Возрастная и педагогическая психология: Учеб. пособие для студентов всех специальностей педагогических вузов / М.В. Гамезов, Е.А. Петрова, А.М. Орлова. – М.: Педагогическое общество России, – 2008. – 512 с.

4. *Зинкевич–Евстигнеева Т.Д.* Практикум по креативной терапии / Т.Д. Зинкевич–Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – Санкт–Петербург: Речь, 2003. – С. 400.
5. *Крутецкий В.А.* Психология обучения и воспитания школьников / В.А. Крутецкий. – М., Речь – 2006. – 152 с.
6. *Маклаков А.Г.* Общая психология: Учебник для вузов / А.Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2006. – 583с.
7. *Немов Р.С.* Общая психология: учеб. для студ. образоват. учреждений средн. проф. Образования / Р.С. Немов. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС. – 2011. – 400 с.
8. *Реан А.А.* Практическая психологическая диагностика личности / А.А. Реан. – СПб.: Изд–во Петербург. Ун–та, 2000. – 231с.
9. *Шевандрин Н.И.* Основы психологической диагностики: учебник для студ. вузов: В 3ч. / Н.И. Шевандрин. – М.: ВЛАДОС, 2013. – 288 с.
10. *Яценко Т.С.* Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник / Т.С. Яценко. – К.: 2000. – 323 с.

Відомості про авторів:

Федулова Ольга Володимирівна – студентка заочного відділення, кафедра практичної психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького;

Царькова Ольга Вікторівна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького.

Статтю подано до друку 15.04.2015.

УДК 159.98.

© І. М. Чорна, 2015 р.

І. М. Чорна (м. Тернопіль)

ІСТОРИЯ АРОМОТЕРАПІЇ ТА ЇЇ ЗАСТОСУВАННЯ В СУЧАСНІЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІЙ ПРАКТИЦІ

У статті представлений історичний огляд зародження та розвитку від доісторичних часів до сучасності ароматеоралії як методу впливу на стан організму людини. Розкривається суть методу ароматерапії, механізми впливу ароматичних масел. Описуються функції ефірних масел. Класифіковано три основних типи впливу ароматерапії. Вказується на відмінність між синтетичними ефірними маслами та природніми. Сформульовані правила безпеки при роботі з ароматичними маслами. Описуються основні способи використання методу ароматерапії в психотерапевтичній практиці, особливо при роботі з дітьми. Шляхом наукового аналізу систематизовано основні принципи застосування методу ароматерапії в сучасній психотерапевтичній практиці. Науково обґрунтовано переваги біологічно активних речовин рослин перед медикаментозними препаратами у профілактиці та терапії.

Ключові слова: ароматерапія, ароматичні масла, психотерапія.

В статье представлен исторический обзор зарождения и развития от доисторических времен и до современности ароматерапии как метода влияния на состояние организма человека. Раскрывается суть метода ароматерапии, механизмы действия ароматических масел. Описываются функции эфирных масел. Классифицировано три основных типа действия ароматерапии. Указывается на различия между синтетическими эфирными маслами и натуральными. Сформулированы правила безопасности при работе с ароматическими маслами. Описываются основные способы применения метода ароматерапии в психотерапевтической практике, особенности при работе с детьми. Путем научного анализа