

3. Рассказова Е.И., Гордеева Т.О. Копинг-стратегии в психологии стресса: подходы, методы и перспективы // Психологические исследования. – 2011. – № 3(17). – С. 20–26.
4. Склень О.І. Базисні стратегії копінг-поведінки працівників аварійно-рятувальних підрозділів МНС України, динаміка та особливості їх зміни в різноманітних стресових ситуаціях / О.І.Склень // Наук. зап. Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. – К.: Міленіум, 2006. – Вип. 27. – С. 476–486.
5. Хазова С.А. Сопладающее поведение одарённых старшеклассников: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Светлана Абдурахмановна Хазова. – Кострома, 2002. – 246 с.
6. Шагарова И.В. Личностные детерминанты и типы копинг-поведения в ситуации потери работы: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03; 19.00.05 / Ирина Викторовна Шагарова. – Ярославль, 2008. – 228 с.
7. Bedi G., Brown S. Optimism, coping style and emotional well-being in cardiac patients // British Journal of Health Psychology. – 2005. – vol. 1. P.57 – 70.
8. Bouchard G., Guillemette A., Landry-Leger N. Situational and dispositional coping: an examination of their personality cognitive appraisals and psychological distress // European Journal of Personality. – 2004. – vol.18. – pp. 221 – 238.
9. Carver C.S., Connor-Smith J. Personality and Coping // Annual Review of Psychology. – 2010. – vol. 61. – P. 679–704.
10. Compas B., Connor-Smith J., Saltzman S., Thomsen A., Wadsworth S. Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress and potential in theory and research // Psychological Bulletin. – 2001– vol. 127- № 1– pp. 87 – 127.
11. Connor-Smit J.K., Flachsbart C. Relations between personality and coping: a meta-analysis // Journal of Personality and Social Psychology. – 2007. – vol. 93. – P. 1080 – 1107.
12. Lazarus R. Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping // Journal of Personality. – 2006. – vol. 74. – № 1. – P. 9–43.

**Присяжнюк С.І.**

**Державний університет телекомунікації (України, м. Київ)**

#### **МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ГУМАННИХ ЦІННОСТЕЙ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*У статті розкриваються психологічні механізми формування ціннісно-мотиваційної сфери студентів під час навчального процесу із фізичного виховання, що ефективно впливає на формування гуманних цінностей.*

**Ключові слова:** механізми, формування, студенти, гуманні, цінності, фізичне, виховання.

**Присяжнюк С. И. Механизмы формирования гуманних ценностей студентов в процессе физического воспитания.** В статье раскрываются психологические механизмы формирования ценностно-мотивационной сферы студентов во время учебного процесса по физическому воспитанию, что эффективно воздействует на формирование гуманних ценностей.

**Ключевые слова:** механизмы, формирование, студенты, гуманные, ценности, физическое, воспитание.

**Prisazniuk S.I. Mechanisms of forming of humane values of students in the process of P.E.** In the article the psychological mechanisms of forming of valued-motivational sphere of students open up during an educational process from physical education that effectively influences on forming of humane values. During the last decades there was an anxious tendency of the sharp worsening of health, physical development, common condition and professionally - the applied physical preparedness of graduating students of institutions of higher learning and other educational establishments that prepare shots for a national economy; it, together with other social factors, negatively affects rates scientifically - technical progress and welfare of people. Main efforts of public organs of management of young people education must be taken to development of base state criteria of raising of P.E in institutions of higher learning, that will be used for their attestation and accreditation and to stimulation of guidance of institutions of higher learning and teachers in the improvement of process of physical perfection of students in form different reviews - competitions that take into account all aspects of work in this direction. At the level of institution of higher learning of perfection of process control of P.E it must be taken to realization of events, that envisage the increase of necessity of students actively to engage in the physical perfection, strengthening of health and physical preparation to the active vital functions and high-performance labour. By the effective instruments of management of students activity there must be such approved methods in direction of the physical perfection, as: order on physical reliability and readiness of graduating students from the side of employers; including of requirements to physical readiness in professional- qualifying descriptions of specialists; a selection is for work taking into account these criteria; introduction of "Passport of health" of graduating student of higher educational establishment; practice of self-government students by the educational-cognitive activity in the sphere of the personal physical culture; regular monitoring of physical health and physical readiness of students.

**Key words:** mechanisms, forming, students humane, values, physical, education.

**Актуальність.** Внаслідок змін, що відбулися у соціально-економічній та духовній сферах суспільства України, сприяло здійсненню змін моральних цінностей студентської молоді. Чільне місце у переліку ціннісних орієнтацій студентства вищих навчальних закладів посідають гуманні складові, формування яких є досить важливою умовою духовного формування особистості. Тому трансформація системи ціннісних орієнтацій сприяє виникненню необхідних умов щодо гуманізації і демократизації навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах [2, 3, 6]. Система ціннісних орієнтацій особистості, їхня змістова наповненість, здебільшого не відповідає системі цінностей суспільства. Трансформація системи цінностей суспільства у особистісну відбувається внаслідок дії психологічних механізмів, що знаходяться в основі розвитку ціннісно-мотиваційної сфери особистості [1, 4, 7]. Механізми, подібно до закономірностей, існують об'єктивно.

Дія їхня завжди незалежна від того чи усвідомлює їх особистість чи ні. Психологічна основа і розуміння педагогічної сутності такого визначення як „механізм” сприяє управленню розвитком особистісних рис у спеціально створених ситуаціях життєдіяльності студентів вищих навчальних закладів. Вивчення механізмів будь-яких явищ, ситуацій, подій, пов'язане з їхнім обґрунтуванням. Розкриття механізмів, є здатністю проникнення у їхню внутрішню структуру, виявлення взаємозв'язок та взаємодію частини цієї структури чи окремих елементів щодо розуміння і виявлення сутності процесу, його закономірний процес неминуче виникнення за тих чи інших умов. Отже, необхідно, перш за все, визначити психологічні механізми, що певною мірою являються методологічним обґрунтуванням щодо формування гуманних складових студентської молоді [5, 8].

Виходячи із вище наведеного, нами була визначена **мета** – розглянути психологічні механізми формування мотиваційно-ціннісної сфери, дія яких значно відбивається щодо формування гуманних складових світогляду студентської молоді вищих навчальних закладів. Відповідно до мети, були визначені **методи дослідження** – аналіз та узагальнення наукових і науково-методичних джерел, педагогічний експеримент.

**Обговорення результатів дослідження.** Виходячи із того, що значення об'єктивного і суб'єктивного у становленні особистості мають суттєвий вплив, нами була розроблена програма формування гуманних рис студентів як особистості в процесі навчально-виховного процесу з фізичного виховання [1, 5, 9]. Згідно даних наукової і науково-методичної літератури [3, 6, 7] формування гуманних рис особистості студентів в процесі фізичного виховання відбувалося здійснення за допомогою наступних механізмів: ідентифікації, наслідування, емоційного обумовлення, мотиваційного опосередкування, комфортності, вживання у соціальну роль та редукації когнітивного дисонансу. Реалізація цих механізмів нашою програмою передбачалось наступним чином:

1. **Ідентифікація** – це емоційно обумовлений процес ототожнення своєї особистості з іншою людиною, внаслідок чого формуються моральні норми, цінності та складові поведінки. Як результат дії ідентифікації особистість сприймає цінності та погляди інших студентів, викладачів, тренерів тощо. Вона здійснюється мимоволі і не залежить від цілеспрямованих зусиль куратора групи, викладача чи тренера, а також без усвідомлення з боку самого студента. Ідентифікації сприяють наступні передумови:

- тривала взаємодія процесу,
- позитивне емоційне відношення студента, його довіра до куратора групи, викладача, тренера тощо.

Ідентифікація формувалася за рахунок привабливості та наслідування гуманних рис характеру куратора групи, викладача, тренера, студентів-спортсменів, визначних представників України, про яких студенти дізнавалися із різних джерел інформації (лекції, диспутів, засобів масової інформації, спортивних змагань тощо). Під час навчально-виховного процесу із фізичного виховання чи навчально-тренувального процесу на спортивній секції основною фігурою є викладач чи тренер. Вони виявляли гуманні риси характеру в поведінці, під час спілкування, дотримання основ здорового способу життя, внутрішньої відповідності тому, про що говорять, дотримуються норм гуманного (етичного, естетичного, діалогічного) у спілкуванні. Надзвичайно важливе значення має зовнішній вигляд викладача, тренера (одяг, макіяж, манера одягатися, культура мови, охайність тощо), а також особистісні риси.

2. **Наслідування** – засвоєння студентом способів поведінки на основі спостереження за тими, хто його оточує. Це засвоєння манер, вчинків та звичок інших людей. На відміну від ідентифікації, наслідування передбачає наявність свідомого бажання засвоїти манеру поведінки, одягатися, звички, для дівчат користування макіяжем, манера розмовляти, дотримання певної постави під час ходьби тощо. Однак, наслідування полягає здебільшого у повторенні зовнішніх чинників, а не переконань і ціннісних орієнтацій. Хоча, трапляються і виключення. В процесі наших досліджень даний механізм використовувався завдяки наочному спостереженню за позитивними прикладами як у поведінці викладачів, тренерів, так і в поведінці студентів. Викладач, тренер демонстрували приклади гуманної поведінки, звертали увагу студентів на гуманні риси характеру в поведінці інших студентів, пояснювали їм, що не слід глузувати із помилок їхніх колег, створювали атмосферу співпереживання, практикували і заохочували взаємодопомогу та взаємовиручку у різних життєвих ситуаціях. Викладач, тренер доречно застосовували різноманітні метафори, розповіді про випадки у житті, під час тренувальних занять, змагань, випадки із життя видатних спортсменів України, світу тощо.

3. **Емоційне обумовлення.** Даний механізм полягає у формуванні позитивного ставлення до об'єктів та манер поведінки, які супроводжуються позитивними емоціями, і негативно до тих, які супроводжуються негативними емоціями. Якщо манера поведінки тієї чи іншої особистості із тих чи інших причин викликає позитивні емоції, то вона стає прийнятною для студентів. Цей механізм лежить в основі методів заохочення чи покарання студента. Даний механізм використовувався через систему оцінювання успіхів під час навчального процесу із фізичного виховання чи навчально-тренувального заняття, успіхів на спортивних змаганнях студентів, його вчинків із урахуванням педагогічної доцільності. Викладач (тренер) не висловлював при цьому оціночних суджень відносно особистості студента в цілому, а давав оцінку лише вчинкам. Під час застосування заохочення та видів покарання (наприклад, не включення до основного складу на гру, до змагань тощо), враховувалося усвідомлення самим студентом власної провини. Педагогічні вимоги були чітко визначені і зрозуміло доведені до свідомості студента.

4. **Мотиваційне опосередкування.** Здійснення формування нових мотивів шляхом доведення до свідомості студента явищ, ситуацій тощо, до яких виховується позитивне емоційне ставлення і які уже являються для нього цінністю. Цей механізм знаходиться в основі вербальних виховних впливів. Даний механізм формувалася за допомогою використання методу слова. Викладач (тренер) переконував, пояснював, звертаючись до свідомості студента завдяки аргументації, обговорення проблеми морального характеру, надання зворотного зв'язку (рефлексію) (студентові пропонувалося поміркувати про те, що він вчинив та як можна було запобігти здійсненню цьому вчинку).

Вербальний виховний вплив містив три компоненти:

- *вказівний* – як слід поводитися, яких норм поведінки дотримуватися;
- *ціннісний* – чому і задля чого,
- *логічний* – пояснення, демонстрація причинно-наслідкових зв'язків між вказівним і ціннісним компонентами: „...“

якщо ... то ...”.

5. **Комфортність** – це зміна студентом власної поведінки чи поглядів внаслідок впливу групи. Отже, студент пристосовує свою життєву позицію, свої погляди на ті чи інші речі, до позиції групи, колективу.

Прийнято розрізняти зовнішню та внутрішню комфортність:

- **зовнішня комфортність** – це демонстративна поступливість студента колективу з метою схвалення чи уникнення осудження, покарання;

- **внутрішня комфортність** – це дієва зміна певних установок внаслідок сприйняття думки, позиції колективу, як більш обґрунтованої і доцільної, ніж власна.

Для реалізації механізму комфортності, викладач фізичного виховання (тренер спортивної секції) використовували для впливу на студента (спортсмена) думку, погляди колективу. Студентам пропонувалося висловити свою думку, погляди, дати оцінку тим чи іншим вчинкам, діям даного студента. Як свідчить досвід власного спостереження студенти охоче виявляли бажання щодо дотримання правил у випадку порушення правил гуманного характеру, здійснюючи своєрідний вплив на студентів-порушників. Реалізації даного механізму сприяло залучення студентів до групової взаємодії (спортивні ігри, естафети, виконання фізичних вправ у парах тощо).

6. **Вживання у соціальну роль** – це засвоєння студентами норм і правил поведінки, дотримання яких вимагає сприйняття ними соціальної ролі. Таким чином, зміна соціальної ролі обов'язково зумовлює зміни у поглядах, відношеннях і цінностях студентів. Даний механізм реалізовувався через розподіл ролей у студентському колективі, моделювання соціальних ролей під час навчальних занять із фізичного виховання, спортивних тренувань, під час змагань та рольових іграх. Нами використовувалася сукупність рольових ігор для студентів, які виконували певні завдання під час занять із фізичного виховання та формування гуманних рис характеру студентів через механізм вживання у соціальну роль, наслідування та ідентифікацію.

7. **Редукція когнітивного дисонансу** – це механізм підтримання внутрішньої узгодженості дій, норм, поглядів. Коли особистість усвідомлює їхню суперечність чи невідповідність між поглядами та поведінкою внаслідок чого виникає неприємне напруження, особистість відчуває дискомфорт. Коли студент усвідомлює, що він діяв без достатніх на те підстав, всупереч своїм переконанням чи поглядам колективу. Ми вважаємо, що поведінка студентів є наслідком їхніх установок чи переконань. Разом з тим, ряд психологів експериментально довели (І.А. Воронин, 1987; Л.Д. Гіссен, 1990; Б.Дж. Кретті, 1978; Д. Найдіффер, 1979 та ін.), що існує і зворотня залежність, погляди можуть бути наслідком поведінки. Студенти, зазвичай, відстоюють те, у чому вони переконані, однак вони також вірують у те, що відстоюють. Для того, щоб змінити ті чи інші переконання студента, слід спонукати його до здійснення дій, що їм суперечать. Механізм редукції когнітивного дисонансу реалізувався завдяки формуванню уявлень студентів щодо своєї особистості як носіїв гуманних рис характеру, через позитивні очікування до них, в тому числі і очікування, що пов'язані з виконанням навчальних та навчально-тренувальних завдань, що у свою чергу сприяло підвищенню самооцінки. Сприяло також цьому діалогічне спілкування, спілкування зі студентом на рівні „дорослий – дорослий”. Механізм редукції когнітивного дисонансу, як і попередній, спрацював в ситуаціях, діях, вчинках, що вимагали взаємодопомоги, взаємоповаги, доброзичливості, прийняття відповідальності за команду групи, факультету, курсу, університету та справедливості. У багатьох педагогічних наукових дослідженнях вплив психологічних механізмів на формування тих чи інших рис характеру особистості не приділяється належної уваги.

#### ВИСНОВКИ

1. Перехід системи цінностей в особистісну здійснюється внаслідок дії психологічних механізмів, що знаходяться в основі розвитку ціннісно-мотиваційної сфери особистості.

2. Психологічна база і розуміння педагогічної сутності такого визначення, як „механізм” дає змогу керувати формуванню особистісних рис характеру у спеціально організованих ситуаціях життєдіяльності студентської молоді.

3. Формування гуманних рис характеру особистості студентської молоді під час навчально-виховного процесу із фізичного виховання та навчально-тренувального процесу у спортивних секціях здійснювали за допомогою наступних механізмів, як: ідентифікації, наслідування, емоційного обумовлення, мотиваційного опосередкування, комфортності, вживання у соціальну роль та редукції когнітивного дисонансу.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Ильин Е.П. Психофизиология физического воспитания: (Факторы влияющие на эффективность спортивной деятельности) : Учеб. пособ. / Е. П. Ильин. – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
2. Николаенко С.М. Освіта в інноваційному поступі суспільства / С. М. Николаенко. – К.: Знання, 2006. – 207 с.
3. Никифорова Г.С. Психология здоров'я : Учеб. для вузов / Г. С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
4. Тимошук І.В. Педагогічні умови виховання у студентів медичного технікуму гуманістичних цінностей: Дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук : спец. 13.00.07 – теорія і методика виховання / І. В. Тимошук. – Вінниця, 2004. – 194 с.
5. Шевченко А.А. Основы физического воспитания / А. Шевченко, Ю. Перевошиков. – М.: Вища школа, 1984. – 184 с.
6. Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи : Навч. посіб. / М. М. Фіцула. – К.: „Академвидав”, 2006. – 352 с.
7. Bowling A. Health – realth quality of life: a discussion of the concept, its use and measurement / A. Bowling // Measuring disease / A. Bowling eds. – Philadelphia: Open University Press, 1995. – P. 1-19.
8. Cella D.F. Quality of life: concepts and definition / D. F. Cella // Journal of pain and symptom management. – 1994/ - VI / 9, № 3/ - P. 186-192.
9. Kries J. Pilates plus method. An AOL Time Warner Company. 2002/ - 285 p.

Радченко Л. О.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

#### НАУКОВА РОЗРОБЛЕНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОЇ СКЛАДОВОЇ СУЧАСНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ

Олімпійський спорт - одно з дивовижних подій в людській історії. Олімпійські ігри походили від древньої Греції, відродився в дев'ятнадцятому столітті в повністі нових історичних умовах. Сучасний Олімпійський рух -