

- С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 6, част. 1. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2009.
5. Липкина А. И. Психология ребенка и формирование нравственных компонентов его мировоззрения // Вопросы психологии. – 1980. – № 1.
  6. Маркова А. К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: Пособие для учителя. – Москва: Просвещение, 1983.
  7. Общая психодиагностика / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. – Москва: Изд-во Моск. ун-та, 1987.
  8. Развитие личности ребенка от семи до одиннадцати. – Екатеринбург: У-Фактория, 2006.
  9. Співак Л. М. Діагностика і корекція «Я-концепції» молодших школярів з низьким рівнем навчальних досягнень: навчальний посібник. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2009.
  10. Ставицька С. О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку: дис. ... канд. психол. наук: 19. 00. 07. – Київ: 1998.
  11. Ставицький О. О. Психологічні умови усвідомлення молодшими школярами моральної вимоги: дис. ... канд. психол. наук: 19. 00. 07 / О. О. Ставицький. – Київ: 1994.

***N. Guz. Program development of positive attitudes to learning in primary school pupils.***

*The article contains the program of a positive attitude to learning of younger students, based on essential items and technologies, personal-oriented approach in education.*

***Key words:*** positive attitude towards learning, components attitudes to learning, developing the work, younger students.

**УДК 159.9.07:923.2**

**Ю. М. Кашпур**

### **МОДЕЛЬ СЕКСУАЛЬНОЇ САМОСВІДОМОСТІ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ ПІДЛІТКІВ ТА ЮНАКІВ**

*У статті презентовано модель сексуальної самосвідомості особистості та її компонентів. Розглядається можливість застосування цієї моделі у психологічному консультуванні через призму когнітивно-біхевіорального підходу, п'ятикрокової моделі прийняття рішення та критеріїв становлення сексуальної самосвідомості підлітків та юнаків*

***Ключові слова:*** сексуальна самосвідомість, сексуальна ідентифікація, сексуальні емоційно-оцінні переживання, сексуальна активність, когнітивно-біхевіоральний підхід.

**Постановка проблеми.** Консультування сучасних молодих людей з питань сексуального характеру як і раніше залишається суперечливою та

практично не розроблено темою. Кожен із консультантів підходить до цієї проблеми через призму власних бачень, проте єдиної загальноприйнятої концепції чи хоча б теоретично виваженого дієвого підходу у практиці не напрацьовано. Найбільш передовими розробками у цьому напрямку володіють лише практики великих міст, де соціальна сфера має більші можливості до розвитку, а фахівці можуть переймати досвід під час проходження навчання у іноземних тренерів. Проте їх техніки мають кілька значних недоліків. З одного боку, це можливість застосування отриманої інформації обмежується тими ситуаціями, в яких клієнти мають у власному досвіді переживання насилля чи інших психотравмуючих подій, а з іншого – не враховуються ментальні особливості клієнтів, наприклад, американських та українських. Так зазвичай поза увагою наукового пошуку залишаються переважна кількість молоді. Ці підлітки та юнаки, які не потребують реабілітації, а їх психосексуальний розвиток відбувається у межах норми. Закритість теми сексуальності від об'єктивного наукового обговорення провокує те, що особистість у період дорослішання залишається тет-а-тет зі своїми переживаннями. Її сексуальна самосвідомість формуючись під суспільними міфами та стереотипними з інтернету чи компанії значущих інших, набуває викривлених та дифузних форм.

Тому метою нашої статті є презентація моделі сексуальної самосвідомості та рекомендацій до проведення психологічних консультацій з урахуванням складових цього утворення.

**Аналіз останніх досліджень.** За останнє десятиріччя у вітчизняній науці досліджень з приводу психосексуального розвитку дуже малюта і в них відображені окремі сторони психосексуального розвитку особистості. Вивченню теоретичних аспектів психосексуального розвитку присвятив свої дослідження В.Пісоцький, а Б.Ворник, Т.Говорун та О.Кікінежді досліджують проблеми гендерної психології та сексуальності), Л.Гридковець має розробки з формування сексуальної культури студентів, а вплив статевих ролей на розвиток особистості вивчав О.Кочарян, взаємозв'язк сексуальних фантазій з психосексуальною поведінкою виявив М.Жидко, а психологічні особливості сексуальних стосунків визначив С.Діденко. Більше таких досліджень у Росії, але в основному вони проводяться в контексті соціологічних досліджень сексуальності у руслі школи І.Кона. Тому більшість інформації про психосексуальний розвиток особистості можна знайти у зарубіжних вчених. Серед них: Д.Банкрофт, К.Баур, Г.Келлі, Г.Крайг, Р.Крукс. Л.Понтон.

**Виклад основного матеріалу.** Провівши аналіз існуючих теоретичних досліджень та спираючись на якісні показники розвитку основних компонентів сексуальної самосвідомості підлітків та юнаків, а також на кількісно-якісний аналіз результатів діагностичного дослідження 320 респондентів підліткового та юнацького віку, нами була розроблена

психологічна модель сексуальної самосвідомості особистості в період дорослішання як системи сексуальних уявлень про себе (рис. 1).

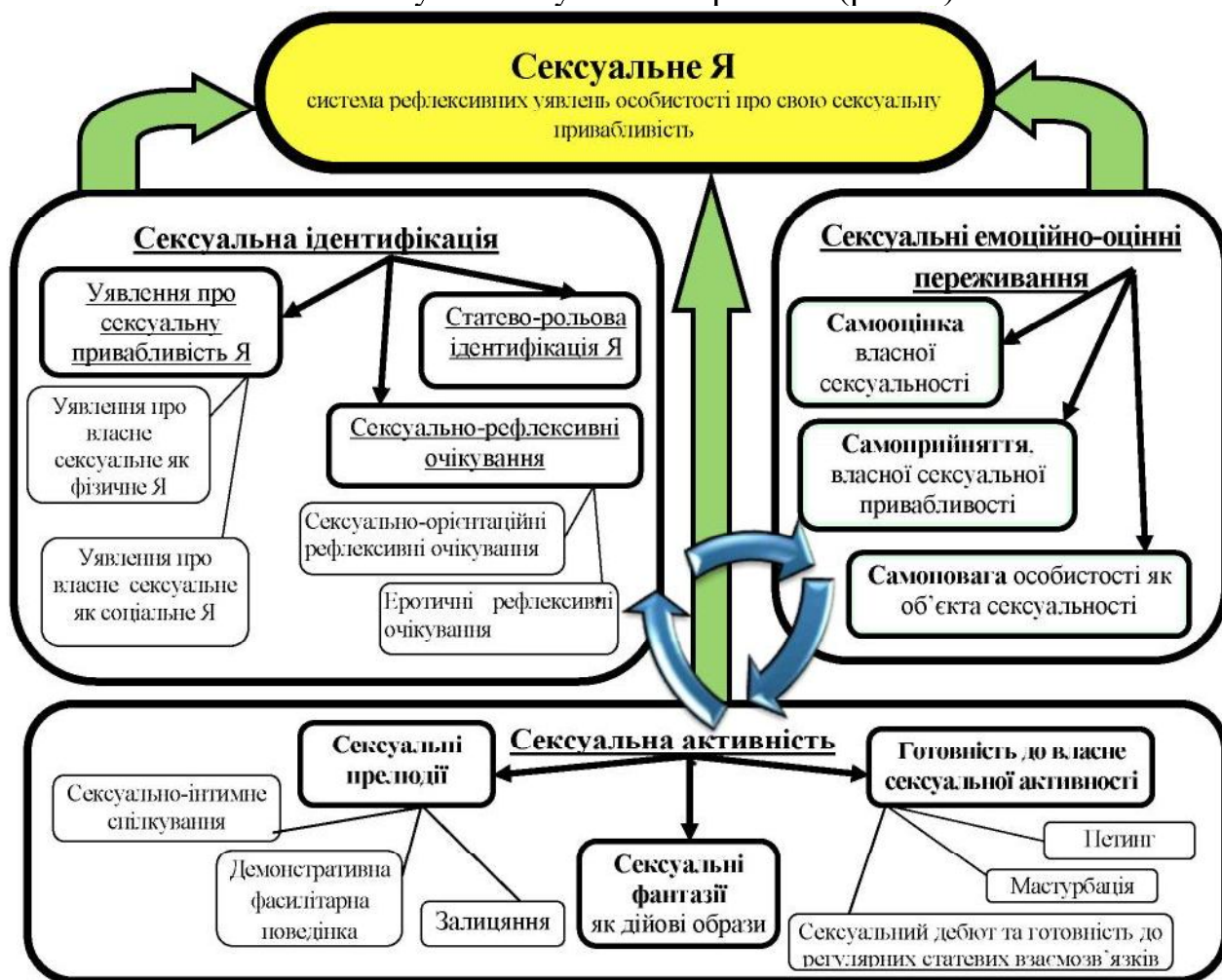


Рис. 1. Модель сексуальної самосвідомості особистості в період дорослішання

За презентованою моделлю, система рефлексивних уявлень особистості про свою сексуальну привабливість структурується на основі трьох складових, а саме: сексуальної ідентифікації, сексуальних емоційно-оцінних переживань та уявлень про сексуальну активність. Між собою зазначені компоненти сексуальної самосвідомості мають тісний взаємозв'язок, а також можуть модифікуватися та незалежно одна від одної визначати консистенцію сексуального Я. Разом з тим, за період дорослішання розвиток сексуальної самосвідомості за кожним напрямом із паралельно незалежного стану переходять в інтегративне русло, стаючи монолітним підґрунтям для становлення сексуальної Я-концепції зрілої особистості. Виявлено, що найбільш суттєві зміни відбуваються в розвитку поведінкових уявлень. Кардинальних гендерних відмінностей в темпах розвитку по кожній зі складових означеного психологічного утворення не виявлено.

Сексуальна ідентифікація презентується через систему когнітивної структури: уявлень про сексуальну привабливість Я (фізичну та психологічну), статево-рольову ідентифікацію та сексуально-рефлексивні очікування. Вона акумулює набір інформаційних одиниць, якою керується особистість у процесі сексуальної соціалізації.

Функцію емоційно-оцінного індикатора уявлень молодого людини реалізує конструкт сексуальних переживань, до яких належать самооцінка та самоприйняття своєї привабливості, а також самоповага себе як сексуального об'єкта. Їх засобами молодь визначає ступінь достовірності та органічності існуючих уявлень про свою сексуальність та власні сексуальні дії. Окрім понять, переконань та рефлексивних очікувань сексуальна самосвідомість особистості періоду дорослішання презентована уявленнями про сексуальну активність. Це ті безпосередні образи дійових ситуацій, в яких індивід, пропустивши свої сексуальні установки через приму еротичних почуттів, реалізує власні сексуальні потенції.

Створена нами модель сексуальної самосвідомості особистості підлітків та юнаків демонструє, що у межах блоку сексуальної активності відбито уявлення про основні види її сексуальної діяльності: сексуальну прелюдію, еротичне фантазування, готовність до власне сексуальної активності. Виокремити значущість бодай одного з компонентів сексуального Я може бути непосильним завданням. Причиною цього є багатогранність природи сексуальності людини та континуумність її норми.

У більшості випадків надання психологічної допомоги особистості стосовно оптимізації розвитку її сексуальної самосвідомості зводиться до надання об'єктивної інформації про сексуальні взаємини. Проте у разі обговорення конкретної ситуації чи визначенні певних патернів у сексуальному сценарії клієнта необхідно мати певні орієнтири. Тому важливо під час аналізу сексуальних уявлень клієнта консультанту враховувати становлення сексуальної самосвідомості саме за означеними вище напрямками. Це дозволить спеціалісту систематизувати отриману інформацію під час сповіді, сформулювати гіпотезу й виявити дисфункції або викривлені уявлення, а також покроково здійснювати корекційний вплив на клієнта.

За методологічний фундамент для консультанта, який забезпечує психологічний супровід становлення сексуальної самосвідомості особистості у період дорослішання можна обрати концептуальний когнітивно-біхевіоральний підхід, розроблений А. Еллісом, А. Беком, Д. Мейхенбаумом [3]. Наша стратегія вибору методології когнітивно-біхевіорального підходу, при розробці заходів психологічного супроводу становлення сексуальних уявлень підлітків та юнаків, обумовлена кількома вагомими перевагами, а саме: лаконічністю та короткотривалістю психологічної корекції, деталізованістю та чіткістю у застосуванні

комунікативних мікротехнік, технологічністю та інтегративністю у виборі методів впливу [8].

Завдання психолога-консультанта, який працює у межах когнітивно-біхевіорального підходу, полягає у спрямуванні всіх зусиль на діагностику дисфункціональних переконань, «автоматичних думок» та когнітивних помилок, на розуміння неповторності побудови «картини світу» конкретною особистістю та використання спеціальних прийомів і методів з метою нейтралізації неадекватних когнітивних схем людини, активізація та укріплення її об'єктивних переконань. Тому увага спеціалістів цього напрямку сконцентрована на визначенні певного рівня розвитку уявлень особистості та їх корекції у разі необхідності [9].

Не відступаючи від обраної методологічної канви когнітивно-біхевіорального підходу, під час консультативних сесій ефективним є використання п'ятикрокова модель прийняття рішення А. Айві [1].

Зазначена модель була створена А. Айві та на сьогодні знайшла своє застосування як у групових, так і в індивідуальних формах психологічної розвивально-корекційної роботи. Як встановлено дослідником кожен, хто приходить на прийом до психолога, намагається прийняти певне рішення, але зробити це ефективно, усвідомлено та за певною схемою вдається не кожному. Це відбувається через те, що дуже багато різних факторів впливають на процес прийняття рішення [2].

Відповідно до зазначеного методу п'ятикрокової моделі прийняття рішення, процес досягнення результату по кожному із запитів пов'язаний з наступними стадіями:

1. *Взаєморозуміння та структурування* використовується для побудови міцного психологічного контакту з клієнтом, а також для визначення очікувань, мети й завдань прийому.

2. *Збір інформації*. На цій стадії необхідно визначити те, як присутні уявляють предмет розмови та можливі його модифікації у різних соціальних ситуаціях. Консультант виокремлює та обґрунтовує позитивні потенціали клієнта та задає вектор подальшої роботи. Основною умовою є чітке визначення труднощів, що пов'язані з предметом обговорення та тих, з якими зіштовхуються самі клієнти.

3. *Дослідження бажаного результату* передбачає визначення ідеального образу предмету розмови та можливих перспектив його застосування у житті, за умови, якщо результат буде досягнутий.

4. *Пошук альтернативних рішень* включає почергову роботу над різними варіантами рішень із конкретної проблеми. Психолог надає можливість піліткам та юнакам працювати творчо та продуктивно, які, в свою чергу, вдаючись до моделювання та застосування прийнятого рішення в різних життєвих ситуаціях, навчаються поєднувати різні бачення стосовно предмету розмови.

5. Узагальнення й перенесення засвоєного у повсякденне життя являє собою перехід від навчання до дії. Психологу важливо пересвідчитися чи дійсно в клієнта сформувалася установка на активну діяльність. Така робота сприяє зміні думок, дій та почуттів у повсякденному житті молоді [1].

В ході визначення власних завдань для психолога-консультанта важливо щоб вони мали зв'язок з активізацією критеріїв становлення сексуальної самосвідомості (повнотою сексуальних уявлень, статево-рольовою ідентичністю, ціннісним ставленням до себе, власною активністю в процесі актуалізації сексуальних уявлень молоді) та створеною нами структурною моделлю цього утворення. Таким чином, забезпечуючи супровід генези цього утворення на консультативних сесіях спеціалісту варто досягати наступних завдань:

1. активізувати розвиток когнітивних структур сексуальної самосвідомості особистості періоду дорослішання (поняття про фізичну та психологічну сексуальну привабливість) та розширити ці знання задля підвищення ефективності перебігу процесів сексуальної саморефлексії;

2. оптимізувати становлення статево-рольової ідентичності підлітків та юнаків;

3. сформувати в молоді адекватну сексуальну самооцінку та знайти шляхи підвищення ціннісного ставлення до себе як особистості, що володіє належними сексуальними якостями;

4. сприяти побудові ефективних сценаріїв безпечної сексуальної поведінки особистості підліткового та юнацького віку.

Відповідно до цього поділу завдань консультування можна виокремити основні запити, що зустрічаються на консультаціях. Так для досягнення високих результатів у активізації та розвитку когнітивних структур сексуальної самосвідомості консультант необхідно по-перше, окреслити загальне уявлення та визначити основні складові поняття «сексуальність», по-друге, визначити основні ознаки тілесної сексуальності та диференціювати уявлення про зовнішню еротичну привабливість людини, по-третє, актуалізувати значущість психологічних якостей у сексуальній привабливості людини, а також розвивати навички продуктивного спілкування підлітків та юнаків.

Працюючи над оптимізацією становлення статево-рольової ідентичності, можливо ознайомити клієнтів підліткового та юнацького віку з різними типами статево-рольової ідентифікації та визначити зв'язок характеру виконання статевої ролі індивіда з його сексуальністю.

Під час пошуку шляхів підвищення ціннісного ставлення до себе та оптимізація рівня сексуальної самооцінки можна діяти на наступним алгоритмом: зібратися самооцінні судження клієнта по відношенню до своєї сексуальності; підібрати приклади до кожного із суджень та допомогти у презентації свого якісного пояснення; визначити найцінніші якості, якими

має володіти особистістю з високим рівнем сексуальної самосвідомості; розвивати навички приховувати свою зніяковілість під час питань інтимно-еротичного змісту шляхом тренувань та моделювань різних ситуацій, піддати аналізу самооцінку клієнта повторно та налаштувати його на продуктивну взаємодію в подальшому.

Якщо запит клієнта буде стосуватись розвитку конативних сексуальних уявлень, консультант має сконцентруватися побудові ефективних сценаріїв безпечної сексуальної поведінки у руслі тих складових, які виділені нами у цій складовій сексуальної Я-концепції.

Консультавання людей із проблемами сексуального характеру – це досить складна сфера психологічної діяльності, як для клієнтів, так і недосвідчених консультантів. Такі труднощі. Серед них і та, що багато людей не володіє Педагогі, які займаються вихованням підлітків та юнаків, мають враховувати, що розвиток їх сексуальної самосвідомості як відносно стійкої, більшою або меншою мірою усвідомлюваної системи уявлень про себе, це той «полігон», на основі якого вони будуватимуть свої сексуальні взаємостосунки з іншими та структуруватимуть ставлення до себе, що є дуже актуальним для прикладної діяльності шкільного психолога та організації психологічної служби в основній школі, коледжі та ліцеї [5].

Перш за все, практичний психолог, консультуючи з питань сексуальності, має чітко розрізняти норму та патологію. Під час визначення критеріїв сексуальної норми консультант має враховувати, що на сьогодні немає жодної соціальної групи, яка б могла претендувати на статус зразкової у сексуальній активності. Як вважає відомий сексолог Д.Енікєєва, спираючись на власні дослідження, головним постулатом для точки відліку своїх умовисновків у консультанта має бути те, що у суспільстві, яке пройшло довготривалий еволюційний розвиток, сексуальну активність доцільно відокремлювати від статевого акту, що спрямований на продовження роду. У зв'язку з цим, наполягає дослідниця, сексуальна активність, що має власну специфіку, повинна приносити задоволення та пізнання партнера, а також не бути ущербною для психічної, соціальної чи фізичної сутності учасників цього процесу [4]. Внаслідок вище зазначеного виникають межі, що розділяють позитивне та негативне, а також критерії, на основі яких можна судити, що є нормою сексуальності людини. Континуумна або ситуативна норма сексуальності – це одне з найскладніших питань через те, що з'явилося порівняно не давно та є дуже спірним. Синонімом до континуумної норми можуть бути також терміни «індивідуальна» чи «партнерська» норма.

Вченими (Ю.Альошиною, І.Коном, В.Джонсон, А.Кінсі) висловлювались припущення, що індивідуальні сексуальні реакції можуть визначатися різними детермінантами, зокрема, статевими ролями або ж жорсткими стереотипними правилами для сексуальних реакцій тих чи інших індивідів.

Тому психологу необхідно приймати до уваги наявність індивідуальних варіацій у фактичній сексуальній поведінці, поряд із тим, як ці реакції інтерпретуються оточуючими та учасниками. Відомий американський сексолог Г.Келлі вказував на те, що з появою ситуативних критеріїв сексуальної норми відповідні смаки та активність стали розглядатись через призму наступних питань: чи є певна поведінка прийнятною з точки зору тієї людини, яка до неї схильна; чи можна назвати ту чи іншу поведінку безпечною; чи не припускає вона експлуатацію інших людей; чи заснована вона на взаємній відповідальності та одностайності повнолітніх партнерів [6]. При такому підході поняття «адекватності» та «неадекватності» стають елементами континуума, в якому враховуються багато індивідуальних факторів. Таким чином, сучасна сексуальність охоплює досить широкий спектр поведінки. Більшість технік сексуальних стосунків вважаються природними, якщо їх такими визнають обидва партнери. Наприклад, мастурбацію (особливо в період дорослішання) та оральний секс можна вважати цілком прийнятними видами сексуальної активності, за умови що вони не мають нав'язливого характеру [7].

**Висновки.** Сексуальна самосвідомість як психологічне утворення структурується на основі трьох складових, а саме: сексуальної ідентифікації, сексуальних емоційно-оцінних переживань та уявлень про сексуальну активність. Останні мають між собою тісний взаємозв'язок, а також можуть модифікуватися та незалежно одна від одної визначати консистенцію сексуального Я. Ефективним для роботи з системою рефлексивних уявлень особистості про свою сексуальну привабливість підлітків та юнаків в психологічному консультуванні є когнітивно-біхевіоральний підхід. Разом з тим, хід психологічної консультації може бути обумовлений алгоритмом п'ятикрокової моделі прийняття рішення А.Айві. Робота із запитамі клієнтів може бути розподілена у відповідності із критеріями становлення сексуальної самосвідомості (повнотою сексуальних уявлень, статево-рольовою ідентичністю, ціннісним ставленням до себе, власною активністю в процесі актуалізації сексуальних уявлень молоді).

### *Література*

1. Айви А.Е. Психологическое консультирование и психотерапия. Методы, теории и техники: практическое руководство / А.Е. Айви, М.Б. Айви, Л. Саймэн-Даунинг. - Москва: Психотерапевтический колледж, 2000.
2. Бек А. Техники когнитивной психотерапии // Психологическое консультирование и психологическая терапия: хрестоматия. Т.1. – Москва: МПЖ, 1999.
3. Бурлачук Л. Ф. Психотерапия. Психологические модели: учебник для вузов. — 2-е изд., стер. – Санкт-Петербург [и др.] : Питер, 2007.



4. Еникеева Д. Д. Сексуальность детей и подростков. – Москва: ЭКСМО, 2003 (ОАО Можайский полигр. комб.).
5. Кашпур Ю.М. Психологічні особливості генези сексуальних уявлень особистості в період дорослішання: дис. канд. психол. наук : 19.00.07 / Кашпур Юрій Михайлович; ДВНЗ "Переяслав-Хмельницьк. держ. пед. ун-т ім. Г. Сковороди". – Переяслав-Хмельницький: 2010.
6. Келли Г. Основы современной сексологии. – Санкт-Петербург: Питер, 2000.
7. Кон И.С. Подростковая сексуальность на пороге XXI века : соц.-пед. анализ / Ин-т этнологии и антропологии РАН. - Дубна : Феникс+, 2001.
8. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – Санкт-Петербург: «Питер», 2000.
9. Психотерапия детей и подростков / под ред. Ф.Кендалла. – 2-е изд. – Санкт-Петербург: Питер, 2002.

***Y. Kashpur. Model of sexual identity in psychological counseling adolescents and youth.***

*The article presented a model of sexual identity and personality of its components. The possibility of applying this model in psychological counseling through the prism of cognitive-behavioral approach, p'yatykrokovoyi models and decision criteria for the formation of sexual identity and adolescent boys.*

**Key words:** *sexual identity, sexual identity, sexual emotional and evaluative experiences, sexual activity, cognitive-behavioral approach.*

159.923.2

Л. М. Кобильнік

**ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА МАЙБУТНІМ ФАХІВЦЯМ В ПРОЦЕСІ  
САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЇХ ОСОБИСТОСТІ**

*У статті запропонована методика психологічної допомоги майбутнім фахівцям впродовж їх навчання у ВНЗ, яка спрямована на оптимізацію ціннісних орієнтацій, рівня домагань, самооцінки. Досліджуються захисні механізми, що сприяють особистісний розвиток студентів.*

**Ключові слова:** *гуманістична психологія, особистість, розвиток, самоактуалізація, самореалізація.*

**Постановка проблеми.** Сучасна людина знаходиться у ситуації екзистенціального конфлікту. Це конфлікт між силами самозбереження і силами розвитку, який зароджується в глибинах людського єства. Майбутнім фахівцям притаманні як потреби, що забезпечують їх внутрішній гомеостаз й адаптацію до середовища, так і потреби розвитку, що спонукають їх до ризикованого пошуку нових шляхів реалізації своєї істинної природи – самоактуалізації.