

перш за все виражається в більш довільному характері протікання більшості психічних процесів (сприймання, уваги, пам'яті, уяви), а також у формуванні у дитини абстрактно-логічних форм мислення та засвоєння нею письмової мови.

ЛІТЕРАТУРА

1. Радчук О. Навчальний рік в онлайні: про наслідки змін в освіті у період карантину. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2021/01/15/kolonka/aleksandr-radchuk/suspilstvo/navchalnyj-rik-onlajni-pro-naslidky-zmin-osviti-period-karantynu> (дата звернення 05.04.2021).
2. Стефанська І. Рік в онлайні: як змінилася шкільна освіта в Україні URL: <https://mind.ua/openmind/20224266-rik-v-onlajni-yak-zminilasya-shkilna-osvita-v-ukrayini> (дата звернення 11.04.2021).
3. Три вправи для тренування концентрації уваги. URL: <https://nus.org.ua/articles/3-vpravy-dlya-trenuvannya-kontsentratsiyi-u-ditej/> (дата звернення 07.04.2021).
4. Чотири способи, як креативно вчити з молодшими школярами математику. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2018/12/13/234658/> (дата звернення 12.04.2021).
5. Як зацікавити дітей писати: поради вчительки і письменниці Олеси Мамчич. URL : <https://nus.org.ua/articles/yak-zatsikavyty-ditej-pysaty-porady-vchytelky-i-pysmennytsi-olesi-mamchych/> (дата звернення 09.04.2021).

Щербата Ірина

Науковий керівник – доц. Свідерська Галина

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ПІДЛІТКІВ ДО ВЛАСНОЇ ЗОВНІШНОСТІ

Одним із основних завдань шкільної освіти є створення та підтримка комфортних психологічних умов, які забезпечать повноцінний психічний та особистісний розвиток кожної дитини. Надзвичайно важливе значення для розвитку особистості має підлітковий період, коли в дитини, яка стає на шлях дорослішання, з'являється інтерес до власного внутрішнього світу, виникає бажання зрозуміти і краще пізнати себе.

Психологічні дослідження свідчать, що цей етап онтогенезу характеризується загостренням почуття «Я», збільшенням значущості проблем, пов'язаних із самооцінкою, сприйняттям своєї зовнішності, супроводжується труднощами міркувати та говорити про себе, слабким розвитком рефлексивного аналізу, що призводить до підвищеної тривожності особистості, появи почуття невпевненості в собі. Відтак потрібна цілеспрямована корекційна робота з підлітками, скерована на самопізнання внутрішніх психічних актів, формування стійкої позитивної самооцінки, розвиток любові до себе. Одним із найкращих методів, які допоможуть в цьому, можна вважати соціально-психологічний тренінг. Метою психологічного тренінгу є допомога підліткам проявити себе, а для цього спочатку слід навчитися розуміти себе, приймати та позитивно ставитись до своєї зовнішності та внутрішнього особистісного світу.

Проблема позитивного ставлення до власної зовнішності розглядалася у працях Б.Ананьєва, Г. Балла, Л. Виготського та інших. І.І.Чеснокова визначила залежність розвитку самооцінки особистості від сприйняття нею власної зовнішності. О.Т.Соколова сформулювала поняття образу фізичного Я, визначила ряд порушень схеми тіла та їх негативний вплив на самопочуття особистості підлітка. Вивченням дефектів тіла (шрами, пігментні плями, рубці тощо) займалися М.Д.Менделевич та М.С.Сандромирський. О.Ю.Рождественський визначив тілесні кордони та функції тіла, підкресливши при цьому вагомість впливу самосприйняття зовнішності на всю життєдіяльність людини. Досліджуючи деформації схеми тіла та зовнішності, Р.В.Моляко акцентувала увагу на визначенні соціальних факторів впливу (ставлення родини, однолітків та вплив моди, ЗМІ) на формування образу власного тіла дівчат юнацького віку [3].

Підлітковий вік – пора бурхливих змін, яких уникнути неможливо. Ці зміни відбуваються в усіх сферах: тіло, емоції, сексуальність, ставлення до інших, уявлення про себе та світ, мислення, стосунки. Пережити такий вплив надзвичайно складно і це повинні розуміти всі оточуючі. Також цей період є непростим через те, що відбувається перехід від дитинства до дорослості. Підлітки як ніколи раніше гостро відчують дуже велику потребу у високій оцінці своєї зовнішності та свого фізичного розвитку, оскільки, найчастіше, самі вони реально її

оцінити не можуть. Цей період вирізняється негативним сприйняттям себе, своїх рис, зовнішнього вигляду. Надзвичайно важливим є допомогти дитині полюбити себе, сприйняти свої кращі сторони, зрозуміти, що кожна людина особлива по-своєму.

А.О.Тіунова у статті «Вплив трансформації тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла» зазначає, що багато авторів (наприклад, І. Кон, Д. Каган, А. Смоліна, В. Ісаєв, М. Мдівані, В. Куніцина, Е. Соколова, Д. Пайнз, Р. Вайлі, В. Оклендер та ін.) розглядають підлітковий вік як період перебудови образу тіла у зв'язку із змінами організму, тіла і самосвідомості в даному віці. Образ тіла є внутрішньою концепцією людини стосовно її власної зовнішності, і ця концепція може корелювати або не корелювати з об'єктивною реальністю. Свідомість кожної людини містить образ фізично досконалої людини, й особа неминуче порівнює власну зовнішність з цим ідеалом [5]. Оцінка образу тіла передбачає ступінь задоволеності своїм тілом, включаючи оціночні судження про своє тіло. Згідно з дослідженнями (наприклад, А. Feingold, R. Mazzella) основною підставою оцінки образу тіла є ступінь розбіжності або відповідності між сприйняттям індивідом своїх фізичних параметрів і значущих для нього ідеалів зовнішності [6, с. 192]. Людина, яка задоволена своєю зовнішністю, має позитивний образ тіла. Водночас особа змінює уявлення про власне тіло відповідно до її емоційного стану, а також реакцій інших людей.

На думку Ч. Кожалієвої, образ тілесного «Я» зазнає остаточної зміни з 11 до 14 років і має суттєвий вплив на цілісний «образ Я». Спостерігається велика кореляція самооцінки і заклопотаності своєю зовнішністю з уявленнями про себе, оцінкою різних сторін «Я» у дівчат; виявляється зв'язок негативної самооцінки від неприйняття свого образу тіла порівняно з хлопцями, які чітко розділяють оцінку своєї зовнішності з інтелектуальними якостями та іншими аспектами «Я». Про це свідчить аналіз описів підлітками самих себе, в яких у хлопчиків на перших місцях стоять характеристики дій або діяльності в цілому, а у дівчаток – зовнішній вигляд [1, с. 6].

І. Кон також дотримується думки, що зовнішність відіграє значну роль у становленні самосвідомості підлітка, але більшою мірою це характерно для дівчат. При цьому деякі пасивні підлітки погоджуються зі своїми недоліками і починають відчувати себе неповноцінними. Водночас він переконаний, що саме у підлітковому віці вплив соматотипу на психіку, поведінку, становище серед однолітків і впевненість у собі є найбільш помітним [2, с. 145].

З точки зору вікової психології цілком зрозуміло, чому саме у підлітковому віці образ власного тіла у самосвідомості людини має таке велике значення. Підлітковий вік – це один з найважливіших етапів життя людини. Вік цей нестабільний, ранимий, важкий, на нього припадає одна з найважчих для людини криз особистості. На думку С.В.Олійник, криза особистості в період дорослішання пов'язується з переживанням підлітком своєрідного «відчуження», однією із складових частин якого є зміна у сприйнятті самого себе – деперсоналізація особистості. Для деперсоналізації характерна тривога, пов'язана зі змінами власного тіла. Підліткам здається, що їх руки і ноги значно збільшилися, пропорції обличчя порушилися, зріст або дуже малий або занадто високий. Дехто відчуває сумніви у реальності власної особистості. Щоб позбутися таких переживань, вони виробляють так звані «істинні» поведінкові ритуали, що дозволяють впевнитися в реальності власних дій і самого себе. Наприклад, можуть годинами не відходити від дзеркала, уважно розглядаючи своє обличчя і все тіло. Також актуальним стає порівняння самого себе з однолітками. Уважно спостерігаючи за ними і постійно порівнюючи себе з іншими, підліток часто перебільшує свої справжні фізичні недоліки [4].

Проведене дослідження з підлітками 5-9 класів українською психологинєю С.В.Олійник показало, що серед дівчат найбільше значення мала вага тіла, причому зайва вага турбує їх набагато частіше, ніж надмірна худорлявість. Навпаки, серед якостей, наявність яких, на думку підлітків, забезпечує дівчині увагу протилежної статі і успіх серед однолітків, найвище місце у рейтингу зайняла саме струнка, навіть дещо худорлява фігура. Цікаво, що така одноставність була помічена не лише серед дівчат, але й серед хлопців, які теж у переважній більшості прагнуть бачити своїм другом чи партнером саме дівчину без зайвої маси тіла.

Якщо говорити про юнаків, то тут згідно дослідження С.В.Олійник, на перший план виходять зріст та атлетичність фігури. Найбільш дошкульною вадою більшість хлопців

підлітків вважають надто низький зріст. Також і значна частина опитаних дівчат не погодилися би зустрічатися з хлопцем, нижчим за них зростом. Щодо атлетичності статури, то тут тенденції не такі виражені. Однак, більшість дівчат і хлопців визнали, що для юнака надмірна худорлявість є скоріше недоліком, аніж привабливою рисою. Це ж саме можна зазначити по відношенню до надмірно високого зросту. Цей фізичний параметр визначили як негативний для обох статей більшість опитаних підлітків [4].

Отже, на основі всього вищезазначеного можна зауважити, що оцінка власного фізичного Я займає одне з вагомих місць у «Я – концепції» підлітків. Усвідомлюючи свої розумові здібності, вік, гендерну ідентичність, сексуальність, підліток формує у своїй уяві образ власного тіла і особистісне ставлення до його фізичних параметрів. І саме від вміння сприймати себе об'єктивно та доброзичливо, усвідомлювати свої достоїнства і працювати над недоліками, залежить його успішність на шляху до зрілості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кожалиева Ч. Б. Особенности становления «образа Я» у умственно отсталых подростков : автореф. дис. ... канд. психол. наук : спец. 19.00.08. М., 1995. 16 с.
2. Кон И. С. В поисках себя: Личность и её самосознание. М.: Политиздат, 1984. 335 с.
3. Моляко Р.В. Образ фізичного Я: становлення та деформації у пацієнтів з косметичними вадами: автореф...дис. канд. псих наук. НПУ ім. М.П.Драгоманова. К., 2006. 20 с.
4. Олійник С.В. Психологічні особливості сприймання образу власного тіла у підлітковому віці. Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. 2008. №1. С. 189-199.
5. Тіунова А.О. Вплив трансформації тілесних характеристик підлітка на формування його образу тіла. Наукові записки НДУ ім. М.Гоголя. Психолого-педагогічні науки. 2015. №2. С.77-82.
6. Feingold A. Gender differences in body image are increasing. Psychological Science. 1998. № 9. P. 190–195.

Антончак Ірина

Науковий керівник – доц. Андрійчук Іванна

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ДО ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Питання адаптації молодих правоохоронців до умов служби має багатий науково-методичний базис, однак й досі залишається невичерпним. Під правоохоронною діяльністю слід розуміти діяльність спеціально уповноважених державних органів, основними функціями яких є охорона прав та законних інтересів громадян, виявлення, припинення та попередження правопорушень у всіх сферах життєдіяльності суспільства, притягнення до відповідальності винних, шляхом застосування юридичних заходів впливу відповідно до чинного законодавства України. Така діяльність здійснюється правоохоронними та іншими визначеними державними органами, а також за окремими напрямками громадськими організаціями. Важливу роль у зазначеній діяльності відіграють саме правоохоронні органи, зокрема, Національна поліція України.

Завданнями Національної поліції України є надання поліцейських послуг у сферах забезпечення публічної безпеки і порядку, охорони прав та свобод людини, а також інтересів суспільства та держави в цілому, протидія злочинності. Враховуючи важливість функцій, які покладено саме на працівників органів Національної поліції України, вагомим аспектом є забезпечення професійного кадрового апарату з метою належного виконання працівниками покладених завдань.

Професіоналізм працівників органів Національної поліції України включає в себе сукупність необхідного комплексу знань, умінь реалізовувати їх на практиці, а також наявність особистісних якостей, які визначають відповідність працівника характеру та умовам професійної діяльності [1].

Однією із важливих умов успішної діяльності є професійна адаптація поліцейських, що пов'язана як із специфікою самої правоохоронної діяльності та непередбачуваних умов, в яких вона здійснюється, так із психологічною готовністю особистості до виконання покладених