

- аспекти : метод. реком. для викл. пед. навч. закл. / за ред. Ю.Д. Бойчука. Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. 50 с.
5. Хроленко М.В. Сутність екологічної компетентності у підготовці майбутніх учителів біології. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2021. № 2 (106). С. 388–398. Режим доступу: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/10/39.pdf>

УСТАНОВКА НА ДОВІРУ В ЧАСИ ВИПРОБУВАНЬ

Чайка Г.В.

*Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ)
Chaika_g@hotmail.com*

Сьогодні наша країна та її громадяни переживають найтрагічніший час за всю історію України. Війна тим чи іншим чином зачепила усе населення країни. Більшість жителів тепер знають, що таке повітряна тривога, не з кінофільмів, а з власного досвіду. Майже чверть населення перетворилася на біженців. Багато хто втратив домівки, майно. Нажаль є загиблі та травмовані, і не лише серед воїнів, але й серед громадянських, навіть діти не застраховані від травм і смерті. Майже в кожній сім'ї є ті, хто захищають наші домівку із зброєю у руках.

Мета тез – визначити вплив ситуації, що склалася, на установку особистості на довіру.

Травматичні випробування, такі як війна у країні, часто призводять до погіршення психологічного стану людей. Часто виникають дратівливість, тривожність, почуття постійної небезпеки, нав'язливі думки про те, як себе захистити; можуть виникати панічні атаки – сильний страх, запаморочення, нудота, біль за грудиною, поверхнєве дихання; або людина відчуває емоційну порожнечу, відсторонення від друзів чи близьких, втрату інтересу до улюблених раніше речей, розвивається депресія. Також виникають психосоматичні розлади, приміром, головні болі, біль у всьому тілі, розлад шлунку, відчуття стиснення та печії за грудиною, судоми, біль у попереку тощо.

Через постійне тривале погіршення психологічного стану порушуються фундаментальні припущення особистості про навколишній світ, а саме [2]: 1) переконання, що: по-перше, навколишній світ – гідне місце для життя, а невдачі – в цілому рідкі; по-друге, більшість оточуючих – хороші, порядні люди, які приходять їм на допомогу за необхідності; 2) віра в справедливість

світу навколо; базова віра в здатність людини контролювати результати своїх дій, керувати життєвими подіями; 3) віра в те, що людина здатна контролювати власний стан і поведінку, отримувати вигоду від подій, що відбуваються, і везіння, тобто віра у те, що навіть якщо людина не може контролювати події, вона все одно щаслива та удачлива. На цьому тлі втрачається довіра до людей та світу, розвивається переконання, що світ небезпечний.

Це дуже небезпечна ситуація, оскільки людині для прогнозування подій необхідна система стійких позитивних уявлень про навколишній світ, що допомагає приймати рішення щодо власного життя, відчувати стабільність навколишнього світу, будувати стратегії взаємодії зі світом і собою, тобто жити активним життям і досягати поставлених життєвих цілей.

Довіра - це одна з найважливіших умов взаємодії людини та світу. Довіра виступає інтегруючим фактором, що об'єднує людину і світ у єдину систему; довіра є механізмом регуляції активності людини у процесі самоздійснення на життєвому шляху. Люди, які активні у самоздійсненні на своєму життєвому шляху, відрізняються збалансованістю системи довірчих відносин (довіри до себе, довіри до інших і довіри до соціального світу), а також схильні спиратися при встановленні довірчих взаємин на справжні критерії довіри (надійність, єдність, на відміну від розрахунку або легкої приязні).

За Е. Еріксоном [1], базова довіра, довіра до світу формується на ранніх етапах онтогенезу. Базова довіра – це фундамент особистості, фундамент ставлення до себе та інших людей. Це основа для формування позитивного відчуття себе та навколишнього світу, це інтуїтивна впевненість, що все буде добре, це вміння просити та приймати допомогу інших людей. Довіра до світу є базою, яка формується одночасно з іншою фундаментальною установкою, спрямованою на довіру до себе. Довіра до себе – це довіра до своїх відчуттів, сприйняття, пам'яті, своїх інтерпретацій. Це переконаність людини у своїй досконалості, це безумовна віра у свої сили, власну значимість, цінність, потрібність для інших.

На подальших вікових етапах підвищити довіру можливо, але це потребує досить великих зусиль, і навіть тоді результат може виявитися недосяжним. З іншого боку, втратити довіру значно легше, ніж відбудувати. А як вже зауважувалося вище, поточна ситуація у країні, на жаль, сприяє втраті довіри до себе, до інших людей, а особливо до світу загалом.

Тому ми вважаємо необхідним визначити обставині та ситуації, які допомагають людині не стільки відновити втрачену довіру, скільки не втрачати її взагалі. На нашу думку такою

обставиною стане активна життєва позиція. Приміром, під час війни – це добровільне залучення до лав військових сил або територіально оборони, волонтерська діяльність, така як допомога постраждалим, біженцям, вразливим верствам населення, відновлення зруйнованого.

Війна в Україні призводить до суттєвого погіршення психологічного здоров'я широких верств населення. Тому нагальним завданням для всієї психологічної науки у країні є попередження такого погіршення або відновлення психічного здоров'я людей. Одним з аспектів психологічного здоров'я є довіра (до світу, до себе, до інших людей). Втрата довіри негативно впливає на життєдіяльність людини, а відновлення втраченої довіри – дуже складне завдання. Тому важливішим є попередження втрати довіри.

Активна життєва позиція попереджає зниження довіри. Саме ця заява стане гіпотезою для нашого подальшого емпіричного дослідження.

Список використаних джерел:

1. Эриксон Э. Детство и общество. Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. СПб. : Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996
2. Janoff-Bulman R. Shattered assumptions. New York. NY: Free Press, 1992.

САМООСВІТА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ: МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА

Шевченко Н.Ф., Мукомел С.Є.

Запорізький національний університет

ShevchenkoNF.20@gmail.com, golden.desman@gmail.com

В умовах сьогодення освіта стає головним чинником розвитку особистості і суспільства. Уявлення про освіту змінюються в міру того, як в суспільстві починають визнавати факт необхідності освіти протягом усього життя. Самоосвітня діяльність студента призначена не тільки для оволодіння знаннями з кожної дисципліни, але й для формування навичок самостійної роботи взагалі, в навчальній, науковій, професійній діяльності, здатності приймати на себе відповідальність, самостійно вирішити проблему, знаходити конструктивні рішення, виході з кризової ситуації тощо. Саме тому самоосвіта студентів розглядається як найважливіша складова їх пізнавальної навчальної діяльності, потужний резерв підвищення якості освіти, посилення ефективності навчально-виховного процесу.