**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ АДАПТИВНОСТІ ТА ЇЇ ЧИННИКІВ ПРИ НАВЧАННІ військовослужбовців**

 **1.1. Теоретичний аналіз проблеми адаптивності особистості у векторі феномену адаптації**

Дослідження аспектів феномену адаптації у різних напрямках наукової думки тривають не одне десятиліття. На даний час прискорені зміни у технологічній, професійній, соціальній, інформаційній сферах людського буття викликають потребу у готовності особистості, як суб’єкта діяльності, до забезпечення більшої гнучкості та відкритості новому досвіду, до оволодіння новими компетенціями.

У зв'язку з цим дослідження чинників, що мають вплив на адаптивність, як важливий аспект адаптації особистості при появі нових соціальних відносин, у науковій та практичній діяльності набувають ключового значення.

Сучасні концепції професійної освіти ставлять перед особистостями, що навчаються новій професії, завдання не тільки оволодівати знаннями, вміннями, навичками, а й розвивати такі здібності, які б забезпечували здатність до постійного особистісного та професійного вдосконалення.

У зв’язку з цим перед психологічною наукою стоїть задача виявлення чинників, рушійних сил, які б сприяли підвищенню адаптивності суб’єктів професійного навчання [28].

Термін «адаптація» використовується у багатьох наукових дисциплінах. Це слово походить від латинського слова «adapto» – пристосувати. Адаптація – пристосування організму, його систем до появи або зміни окремих впливів середовища, а також до змін умов життя в цілому.

Повноцінне та оптимальне функціонування систем організму у різноманітних обставинах навколишнього середовища відбувається завдяки процесам адаптації. Феномен адаптації сформувався в процесі еволюційного розвитку.

Дослідженнями феномену адаптації першими займались науковці та спеціалісти-практики з таких напрямків як біологія, фізіологія, медицина. Пізніше дослідженнями психологічних та соціальних аспектів адаптації почали займатися психологи та соціологи.

 У сучасні часи це поняття використовується у великій кількості галузей науки і практичної діяльності та досліджується різнопланово як багатоаспектний феномен.

В. Петровський відокремив наступні загальнотеоретичні підходи визначення феномену адаптації:

– гомеостатичний; адаптація як реакція суб’єкта адаптації на зміни зовнішнього середовища по поверненню організму у бездоганний стан, підтримання сталості внутрішнього середовища організму;

– гедоністичний; адаптація як процес, в результаті якого знижується рівень дискомфорту, з’являється відчуття задоволення;

– прагматичний; адаптація як прагматична організація поведінки адаптанта; оптимальною вона вважається, якщо досягається максимальний позитивний ефект для суб’єкта при найменших витратах.

 Найбільш відомим з цих підходів є гомеостатичний. Гіпотезу про потребу зберігати внутрішню сталість як необхідну умову життя висунув фізіолог К. Бернар.

Поняття гомеостазу ввів в науковий обіг У. Кеннон. Він розробив положення теорії досягнення або збереження рівноваги та стійкості фізіологічних станів для позначення механізмів саморегуляції організму при змінах умов середовища.

Підтримуючи гомеостатичний підхід, Г. Балл висловлює особисту думку, що адаптація – це сукупність пов’язаних між собою протилежних процесів, які підтримують збалансованість адаптанта із середовищем. В руслі гомеостатичного підходу розглядає адаптацію О. Георгієвський, якій вважає її специфічним видом відображення матеріальними системами впливу зовнішнього і внутрішнього середовища, яке полягає в тенденції до встановлення між ними мінливої рівноваги.

Згідно з поглядами автора це відображення є активним процесом, який здійснює система для самозахисту. Можлива адаптація частини системи як реакції на зовнішні і внутрішні впливи. Результат адаптації проявляється у досягненні певного рівня гармонії системи з зовнішнім і своїм внутрішнім середовищем. Але досягнення повної гармонії об’єктивно неможливо, і це є спонукальним мотивом нескінченного розвитку та вдосконалення систем матеріального світу. О. Георгієвський розробив класифікацію визначень адаптації, розбивши їх на три групи:

 1) тавтологічні визначення; в цій групі для визначення адаптації використовується прямий переклад поняття з латинської мови, тобто це процес і результат пристосування організму до навколишнього середовища;

2) визначення адаптації по функціональним рівням людини, на яких вона відбувається: біологічна, психофізіологічна, психологічна, соціально-психологічна адаптація;

3) багатоаспектні (багатозначні, полісемантичні) визначення, в яких адаптація визначається як процес, як результат, як властивість.

Фундаментальні дослідження, які стали основою для розробки положень теорій адаптації, містяться у роботах Б. Ананьєва, П. Анохіна, Г. Балла, Л. Виготського, О. Лазурського, О. Леонтьєва, І. Павлова, Ж. Піаже, С. Рубінштейна, Г. Сельє, І. Сеченова та інших дослідників.

Л. Виготський розглядав сутність адаптації як свідому, активну перебудову дійсності, що пов’язана з культурно-історичними умовами життя особистості, та як ресурс для розвитку психічних функцій на основі соціальних відносин, при цьому кожний процес такого преображення має певні часові кордони, а після завершення перетікає у наступні процеси.

С. Рубінштейн відмічав перетворюючий характер активності особистості при адаптації, яка відноситься до організованих способів подужання типових проблем. Пристосування він вважав діями організму людини на вимоги специфічних ситуацій.

Найчастіше, розглядаючи класифікацію адаптації через специфічні ознаки різних рівнів функціонування людини, психологи використовують три діалектично поєднаних рівня для розгляду проблеми адаптації: фізіологічний, психологічний та соціальний [9], що відповідають прийнятому в психології уявленню про три рівня психічної регуляції особистості [15].

Кожен з рівнів розгляду адаптації має специфічні особливості, але базові адаптаційні механізми для них є загальними. Як складний різноаспектний процес, що відбувається на фізіологічному, психологічному, соціальному рівнях досліджували адаптацію К. Абрамов, Ю. Александровський, Г. Балл, Ф. Березін, В. Гавенко, В. Лебедєв.

Дещо іншу класифікацію напрямів дослідження адаптації, в якій основною ознакою є виділення напряму адаптації на різних рівнях функціонування людини, дає С. Кулик:

– біофізіологічний напрямок (біологічна, фізіологічна, медична адаптації); – психологічний напрямок, в якому досліджується психологічна, соціальна, соціально-психологічна адаптації;

– інформаційно-комунікативний напрямок, який приділяє увагу взаємній адаптації психосемантичних систем.

Фізіологічна адаптація визначається М. Агаджаняном як стійкий рівень активності і взаємозв'язку всіх функціональних систем, органів і тканин, що забезпечує нормальну життєдіяльність людини в різних умовах існування.

Психологічну адаптацію С. Максименко визначає як процес взаємодії особистості і навколишнього середовища, в ході якого особистість враховує специфічні особливості цього середовища та є психологічно включеною в різноманітні системи відносин з середовищем.

 А. Маслоу вважав, що психологічна адаптація проявляється оптимальною взаємодією особистості і навколишнього середовища. Ф. Березін доповнив цей вислів, відмітивши, що ця взаємодія відбувається при здійсненні особистістю активної діяльності. На думку багатьох науковців соціально-психологічна адаптація є аспектом психологічної адаптації, при якій відбувається взаємодія особистості з соціальним середовищем. Зазвичай останню визначають в широкому та вузькому розумінні. В широкому розумінні соціально-психологічна адаптація розуміється як взаємодія особистості та соціального середовища, при якій забезпечується узгодження структур, цілей, функцій, цінностей як особистості так і соціального середовища [8]. У вузькому розумінні соціально-психологічна адаптація розглядається як процес входження особистості в нову малу соціальну групу, засвоєння нею правил відношень у групі, взаємної зміни зразків мислення і поведінки: особистості – відповідно до системи цінностей і норм групи, а останньої – відповідно урахувань цінностей нового учасника групи.

При дослідженні феномену адаптації особливе значення надається визначенню ступеню активності та особистому вибору індивіда в межах соціальної групи. Найчастіше науковці-психологи досліджують різні аспекти саме соціально-психологічної адаптації особистості.

Соціально-психологічна адаптація за О. Жмиріковим – це багаторівневий процес, що має діалектичну природу та ієрархічну структуру, при якому взаємодія особистості та середовища приводить до сприятливого збалансування цілей, потреб, цінностей групи і особистості. Адаптованість як результат такого процесу висвітлюється у створенні без тривалої фрустрації можливостей повноцінного прояву особистістю своїх вмінь, здібностей та проявляється у стані задоволення, самоповаги, самоствердження [7].

Як різновид соціально-психологічної адаптації розглядають адаптацію до навчання такі науковці, як А. Андрєєва, Т. Алексєєва, С. Ворожбит, В. Слободчиков.

При адаптації до професійного навчання відбувається входження людини у нову системну середу з новими вимогами і контролем [18].

 Г. Пріб, Л. Бегеза, досліджуючи багатоаспектний процес професіогенезу, визначають важливе значення професійної адаптації як його етапу, необхідного для формування соціальних якостей особистості на основі загальнолюдських цінностей та оволодіння висококваліфікованою, компетентісною діяльністю.

Адаптація до оволодіння новою професійною діяльністю як і інші види соціально-психологічної адаптації, обумовлена взаємодією суб’єктивних та об’єктивних факторів [44].

Соціальна адаптація передбачає формування адекватної системи відносин особистості з соціальними об’єктами та зміни соціальних ролей при її інтеграції у соціальні групи [46].

Адекватність самооцінки особистості, аналіз нею свого місця в середовищі, своїх соціальних зв’язків, які обумовлюються використанням когнітивних, інтелектуальних її властивостей, критичного мислення, відіграють важливу роль у ефективності соціальної адаптації. Досліджуючи аспекти соціальної адаптації як складової життєвої стратегії, К. Абульханова-Славська відмічає наявність при її протіканні цілості суб'єктивно значимих відносин особистості та сполучення способів їх реалізації.

У соціальній психології адаптація розглядається зазвичай як стадія більш широкого процесу соціалізації (Ч. Кулі, А. Петровський, Р. Шаміонов та ін.).

Іноді науковці розуміють соціальну адаптацію як метод соціалізації, а терміном «соціалізація» позначають процес і результат становлення особистості при її включенні в систему суспільних відносин. В процесі соціалізації суб’єктивне відчуття благополуччя багато в чому залежить від результатів адаптації, інтеграції та індивідуалізації [20].

Розвиваючи та доповнюючи теорію адаптації на різних рівнях функціонування людини, А. Маклаков розглядає фізіологічну, психічну та соціальну адаптацію як рівні єдиної системної адаптації, кожен з яких має свої складні механізми. Зазначається, що разом вони складають інтегральне динамічне утворення, яке дослідник називає функціональнім станом організму. Це утворення визначає характеристики функціонування всіх систем організму. Виходячи з цих положень, О. Кокун визначає психофізіологічну адаптацію, як процес, який виникає при змінах в психофізіологічному стані людини внаслідок дезадаптаційних факторів та проявляється у скоординованій взаємодії всіх рівнів системи психофізіологічного стану з метою відновлення ефективної діяльності рівнів системи у змінених умовах.

Концепцію системного підходу дослідження феномену адаптації підтримує В. Семиченко. Вчена розвиває ідею про те, що від інтеграційних тенденцій особистості залежить ефективність всього процесу адаптації. Цей процес, маючи складну структуру, акумулює багато відносно незалежних процесів, які взаємопов’язані, але кожний обслуговує певну систему відносин, що виникають у особистості. Кожен структурний компонент феномену адаптації як система має наступні складові:

а) зовнішні умови (умови об’єктивного явища);

б) внутрішні умови (особисті ресурси, індивідуальні особливості людини, що адекватні або неадекватні адаптивній ситуації);

в) ставлення, зв’язки, інші відносини людини в процесі адаптації.

Підсумовуючи огляд визначень психологічної, соціальної, соціально-психологічної адаптації можливо відмітити, що у радянській психологічній науці, на яку спирається значна частина сучасних дослідників з країн «пострадянського» простору, велика увага приділялась дослідженню значення й особливостей впливу зовнішніх чинників (соціокультурного оточення, виховання, освіти, умов життя та діяльності) на формування адаптивних властивостей особистості і протікання процесу її адаптації. Розглянемо визначення соціально-психологічної адаптації за іншими напрямами психології.

Теорії адаптації в біхевіоризмі (Г. Айзенк, Е. Торндайк, Дж. Уотсон, Р. Хенкі та ін.) базуються на положеннях про вирішальну роль оточуючого середовища на формування особистості.

Прихильники поведінкової теорії вважають, що при спрямованій зміні стимулів і підкріплень, аналізуючи реакції та їх наслідки, завдяки механізму адаптації, внаслідок якої індивід приходить до стану соціальної рівноваги та відсутності конфліктів з середовищем, можливо перепрограмування особистості.

Представники необіхевіоризму приділяють важливе значення фактору научіння у придбанні особистістю адаптивних можливостей та формуванні адаптивних здібностей. Згідно з теорією Г. Сельє, засновника класичної моделі адаптаційних реакцій, розвиток психологічної адаптації проходить через етапи тривоги, опору, виснаження. Неспецифічні пристосувальні реакції виступають як системні та непереривні. Вони визначають адаптаційні можливості людини та через систему змін підтримують відносну рівновагу її організму [14]. Психоаналітики сприймають адаптацію як процес, що визначається функціонуванням захисних механізмів, які вирішують конфлікти розвитку індивіда.

Наслідки успішної адаптації – це стан адаптованості, якій характеризується психічною рівновагою, почуттям задоволеності, продуктивністю діяльності.

Неофрейдісти (Г. Салліван, Е. Фромм, К. Хорні та інш.) вбачають такі види адаптації: алопластична, якщо індивід змінює фактори зовнішнього середовища для задоволення своїх потреб; аутопластична, коли відбуваються зміни у внутрішній структурі людини для пристосування до середовища; третій вид адаптації – пошук нового середовища, сприятливого до адекватного функціонування.

Інтеракціоністський підхід, представниками якого є Г. Блумер, Дж. Мід, Л. Філіпс, Т. Шибутані та ін., передбачає, що на адаптаційний процес впливають внутрішні (психологічні) і зовнішні (соціальні, середовищні) фактори. При такому підході розуміється, що особистість цілеспрямовано використовує умови, які склалися, для досягнення своїх цілей, помислів.

В цьому підході особистість виступає як активний, перетворюючий суб’єкт діяльності, тому інтеракціоністи розрізняють процеси пристосування і адаптації. Когнітивний підхід ґрунтується на концепції Ж. Піаже, який зробив значний внесок в дослідження проблем адаптації, розробивши теорію інтелектуального розвитку. Він одним з перших розвинув ідею про зміни при адаптації обох учасників процесу: середовища і організму; описав механізми адаптації: асиміляцію та акомодацію. Асиміляція – процес включення нових факторів середовища у вже існуючи у особистості когнітивні схеми поведінки, акомодація – зміна існуючих структур особистості, схем її діяльності під впливом нових обставин середовища. Обидва ці процеси особистість використовує при адаптації.

Засновник екзистенціального підходу В. Франкл у дослідженні аспектів адаптації вказував на те, що протягом життя кожен індивід проходить через етап, коли він втрачає сенс життя, відчуває нікчемність свого існування, безглуздість, безпорадність своїх дій. Такий етап був названий дослідником «екзистенційний вакуум». Сутність соціально-психологічного рівня адаптації на думку вченого полягає в пошуку і знаходженні конструктивного життєвого сенсу, цінностей, які мають велике, визначаюче значення для особистості, для підтримання її можливостей у подоланні проблемних ситуацій та фрустрації, які виникають на життєвому шляху.

Великий вплив на розвиток уявлень про механізми адаптації мали дослідження феноменологічної орієнтації. К. Роджерс вважав, що те, як особистість сприймає себе у суспільстві, впливає на її поведінку у соціумі. Співвідношення «Я-реального» і «Я-ідеального» важливе для самоактуалізації особистості.

Наукові погляди Л. Фестінгера, як засновника теорії когнітивного дисонансу, передбачають, що процеси адаптації викликають складні зміни в структурі особистості. Це пов’язано з тим, що у індивіда існують певні уявлення про предмети та явища, і якщо нова інформація про них не співпадає з цими уявленнями, системою переконань, цінностей, то для індивіда наступає стан когнітивного дисонансу, незадоволеності, емоційної напруги. З’являється потреба у адаптації для зняття протиріччя між світосприйняттям особистості і середовищем. При цьому захисні механізми повинні бути направленими на збереження сутності особистості, її ідентичності, цілісності [9].

Підсумовуючи огляд основних зарубіжних теорій, можливо визначити, що у поглядах психологів склалися різні позиції щодо розгляду соціально-психологічної адаптації. Так у біхевіоризмі, інтеракціонізмі, психоаналізі З. Фрейда головна увага приділяється процесам та механізмам адаптації. Екзистенціальний підхід В. Франкла пропонує розглядати адаптацію і як процес, і як результат, а представник гуманістичної теорії К. Роджерс найбільшу увагу приділяє особистісним особливостям, які сприяють успішній адаптації, тобто розглядає адаптацію як здатність особистості. Для нашого дослідження також важливим є питання залежності аспектів адаптації від вікових характеристик особистості.

О. Мороденко відмічала зв’язок успіху соціально-психологічної адаптації з набуттям особистістю властивостей дорослої людини. Подібної точки зору впливу набуття властивостей дорослої людини на процес інтеграції особистості до нових соціальних контекстів дотримується А. Грись. Оглядаючи положення напрямків теоретичного дослідження адаптації, важливо відмітити, що у всіх концепціях різних напрямків цей феномен пов’язаний із системною взаємодією середовища і особистості, яка має свої механізми, метою взаємодії виступає узгодження складових системи «особистість-середовище» шляхом змін, які можуть відбуватися у кожній із її структур. Тобто, дослідження феномену адаптації є ключовими для визначення особливостей системи «людина-середовище».

Адаптація особистості може відбуватися в активній формі, коли особистість змінює навколишнє середовище для своїх потреб, і в пасивній формі, коли особистість не проявляє активності до змін цього середовища, живе і діє за його правилами, згідно з його структурою. При дослідженні адаптації важливо визначити рушійні сили, чинники, які впливають на перебіг її процесу та ефективність досягнених результатів адаптації.

Б. Ананьєв поділяє чинники, які можуть впливати на адаптацію, на дві групи: суб'єктивні чинники та чинники середовища. Суб’єктивними дослідник вважає демографічні, фізіологічні, психологічні особливості людини; до чинників середовища відносить умови життєдіяльності, способи діяльності, характеристики соціокультурного середовища.

 Найбільш узагальнено показники адаптації позначаються термінами «адаптивність-неадаптивність» та «адаптованість-неадаптованість», які відображають можливість та результат адаптації як успішного чи невдалого процесу.

Співвідношення «адаптивність-неадаптивність» розглядають в плані аналізу можливостей цілеспрямованого функціонування системи, а «адаптованість-неадаптованість», коли аналізують результати процесу адаптації. За А. Маслоу критерієм адаптованості виступає ступінь інтеграції особистості і середовища. Згідно наукових поглядів Л. Шпак адаптованість можливо визначити як стан особистості, що дозволяє їй вільно використовувати свої здібності, здійснювати активну діяльність у соціально-культурному середовищі, відчуваючи зміни в звичному соціально-культурному оточенні, розвиваючи внутрішньоособистісні духовні потреби, власний світ за рахунок більш розгорнутих форм і способів соціокультурної взаємодії.

На думку науковця С. Ганжі розглядати рівень адаптації особистості можливо тільки в контексті конкретного соціального середовища (адаптаційної ніші), де соціально-психологічна адаптованість в більшості випадків відносна. Адаптованість як характеристика результатів цілеспрямованого процесу є однією з найважливіших його характеристик. Для її досягнення особистість обирає стратегії адаптації.

П’ять стратегій соціальної адаптації визначає американський дослідник Р. Мертон, використовуючи соціальний підхід при їх класифікації:

– підпорядкування (конформізм) – прийняття індивідом цінностей, цілей суспільства та прийнятих у суспільстві засобів їх досягнення, реалізації;

– інновація (пошук нових засобів реалізації досягнення цілей, які в той же час схвалюються оточенням);

– ритуалізм (не прийняття цінностей, прагнення до успіху, пов’язане одночасно з бажанням уникати ризику невдач, але прийняття традиційних засобів суспільства, ритуалів);

– ретритизм (відступництво) – відкидання схвалюваних суспільством цілей і засобів, пошук нових засобів реалізації без конфлікту з суспільством; часто пов'язаний з ізоляцією від оточення;

– бунт (відмова від цінностей, цілей і засобів суспільства, намагання замінити їх новими, вступаючи в конфлікт з суспільством, проявляється у зовнішній і внутрішній активності особистості).

Детермінантами вибору стратегії адаптації особистості виступають як її індивідуально-психологічні властивості, так і вплив оточуючого середовища. Велика кількість дослідників адаптації (В. Безносик, І. Георгієва, О. Жмиріков та ін.), вивчаючи критерії аспектів адаптації, об'єднують ці критерії в дві основні групи: об'єктивні (зовнішні) і суб'єктивні (внутрішні). В залежності від поглядів науковців групи також можуть поділятися на підгрупи, категорії [7].

О. Кокун суб'єктивними факторами вважає стать, вік, фізіологічні, психологічні особливості людини; об'єктивними – умови праці, спосіб діяльності, характеристики соціального середовища.

А. Реан, дискутуючи з О. Жмиріковим, вважає, що критерієм соціальної адаптованості особистості є потреба в самоактуалізації, як динамічна характеристика, а не статична характеристика рівня розкриття та реалізації внутрішнього потенціалу. Концепція науковця розділяє критерії адаптованості на зовнішні (відповідність діяльності та поведінки особистості вимогам соціального середовища) і внутрішні (досягнення внутрішньої рівноваги, задоволеності, комфортності). Зовнішнім критерієм адаптованості він вважає відповідність поведінки особистості вимогам, нормативним ознакам діяльності, що є належними до цінностей, цілей соціального оточення.

 В. Гриценко виділяє індивідуальні і групові критерії успішності соціально-психологічної адаптації при зміні соціокультурних умов середовища. До групового рівня дослідник відносить комфортність у стосунках з новим соціальним середовищем, прийнятну соціальну ідентичність, привабливий образ «Ми» і привабливий образ «Вони»; міжгрупову толерантність.

До індивідуального рівня згідно думки В. Гриценка відносяться такі критерії: актуалізація і розвиток потреб в самоповазі, самоактуалізація; висока активність, задоволеність сенсом життя; життєстверджуюча, оптимістична оцінка поточних ситуацій; емоційна рівновага, самовладання; внутрішній (інтернальний) локус контролю [6].

Згідно наукових поглядів Н. Нестеренка чинниками адаптованості визначаються: інтеграція з середовищем, високий рівень суб'єктності особистості у соціальній групі, реалізація особистісного потенціалу, емоційне самопочуття [12].

З урахуванням всього вищезазначеного, дуже влучно соціально-психологічну адаптованість визначив А. Налчаджан як «стан взаємовідносин особистості і групи, при якому особистість без довготривалих зовнішніх і внутрішніх конфліктів продуктивно здійснює свою провідну діяльність, забезпечує основні соціогенні потреби, в повній мірі йде назустріч тим рольовим очікуванням, які пред'являє до неї еталонна група, переживає стан самоствердження і вільного вираження своїх творчих здібностей.

Рівень адаптованості пов'язаний із рівнем адаптаційних можливостей. Ступінь розвитку адаптаційних здібностей відіграє важливу роль у подоланні зовнішніх факторів, якщо вони несприятливі адаптації. Підсумовуючи огляд основних наукових уявлень щодо проблеми феномену адаптації, можна визначити, що адаптація проявляється оптимальною взаємодією особистості і навколишнього середовища, яка полягає у тенденції до встановлення між ними мінливої рівноваги. Адаптація по функціональним рівням розподіляється на фізіологічну, психічну та соціальну, які разом складають інтегральне динамічне утворення, що визначає функціональний стан організму.

Адаптація являє собою багатоаспектне явище: як процес, в ході якого відбувається активне пристосування особистості до умов соціальної середи через управління власною діяльністю; як результат, що надає особистості можливість самореалізації та задоволення своїх соціальних потреб; як адаптивність, тобто спроможність особистості до адаптації завдяки властивостям, які цю спроможність забезпечують.

Як результат теоретичного огляду класифікацій чинників аспектів адаптації різними науковцями, визначено розділення чинників соціально-психологічної адаптації особистості на зовнішні та внутрішні (особистісні).

До зовнішніх відносяться: умови життя і праці, спосіб діяльності, характеристики соціокультурного середовища, його ресурси, цінності соціальних груп, соціальна підтримка.

Внутрішні (особистісні) чинники можливо розділити на об’єктивні та суб’єктивні.

 До об’єктивних особистісних чинників віднесено: вік, стать, фізіологічні, психологічні особливості людини; ступінь відповідності особистісних цінностей та здібностей пріоритетам, цілям, вимогам соціального середовища.

До суб’єктивних особистісних чинників належать: оцінка свого становища в системі соціальних відносин, ступінь свідомого підтримання норм і традицій соціальних груп, до яких належить особистість; бажання розвивати зміст, форми, засоби взаємодії з соціальним середовищем, ступінь бажання самоактуалізації та самореалізації в напрямках запропонованих соціальним оточенням, ступінь відчуття внутрішнього емоційного комфорту.

**1.2. Сучасні психологічні концепції адаптивності**

У цьому підрозділі розглядаються сучасні концепції щодо структури феномену адаптивності як одного з аспектів адаптації, сфер прояву адаптивності, визначення зовнішніх та внутрішніх факторів, що впливають на адаптивність.

 Вагомим аспектом дослідження проблеми адаптації є вивчення не тільки стану адаптованості, але й адаптивності особистості як її властивості, що дає змогу досягти стану адаптивності, зберігаючи при цьому ядро особистості при мінливості зовнішніх факторів.

Адаптивність визначається як наявність певного набору індивідуальних характеристик, які дозволяють особистості розв’язувати проблемні ситуації та адекватно і своєчасно нормалізувати негативні наслідки динамічних змін у взаємовідносинах з навколишнім середовищем.

Набір таких адаптивних характеристик у різних індивідів відрізнятися у своїх складових. Найбільш яскраво це проявляється при взаємодії особистості із різноманітним соціальним середовищем.

Адаптаційні можливості, що забезпечують спроможність адаптуватись до змін оточуючого середовища в процесі життєдіяльності, проявляються як у фізіологічному, так і в психологічних планах.

В основі адаптаційних властивостей особистості полягають особливості когнітивної, мотиваційно-потребнісної та емоційної сфер [10]. Рівень адаптивності може зменшуватись або збільшуватись під впливом зовнішніх чинників, таких як умови життя, вплив виховання і освіти, соціальне схвалення та підтримка; також на рівень адаптивності впливають внутрішні чинники: індивідуальні особливості, особисті цінності, рівень інтелектуального розвитку, критичного, творчого мислення, рівні емоціональної експресії та міжособистісних стосунків, вікові характеристики.

Адаптаційні можливості окрім успішної адаптації визначають спроможність організму ефективно функціонувати, своєчасно ліквідовувати або компенсувати наслідки дій несприятливих факторів оточуючого середовища [1].

І. Біла вказує, що адаптивні здібності являють собою складну єднальну категорію, інтегральну надбудову над іншими окремими здібностями. Ця надбудова забезпечує успіх у реалізації різних видів функціонування людини та досягненні цілей адаптації. Сукупність адаптивних здібностей включає в себе загальні (розумові, фізичні, здібності до навчання, розвинена пам’ять) та спеціальні здібності, що сприяють успіху в різних сферах діяльності (технічні, математичні, лінгвістичні, музичні, спортивні, комунікативні, лідерські, артистичні, образотворчі та ін.) здібності [3].

А. Маклаков в якості провідного інгредієнта адаптаційних можливостей людини розглядає поняття особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП). Це поняття вчений досліджує як характеристику рівнів розвитку пов’язаних між собою індивідуально-психологічних особливостей особистості, які є найбільш значущими для регуляції психічної діяльності та процесу адаптації і які зумовлюють розміри межі факторів зовнішнього середовища, до яких людина здатна пристосуватись. Цей потенціал дозволяє розподіляти індивідів за рівнем їх стійкості до стресових ситуацій.

Дослідник встановив взаємозалежності між ступенем розвитку особистісного адаптаційного потенціалу та успіхами у навчанні, плідною професійною діяльністю особистості.

Індивідуально-психологічними характеристиками адаптаційного потенціалу особистості згідно з поглядами А. Маклакова є своєрідність побудові спільних дій з оточуючим середовищем, навички соціального спілкування, моральна нормативність особистості, ступінь групового ототожнення та відчуття соціальної підтримки, нервово-психічна стійкість, особистісна самооцінка.

С. Ларіонова виділяє наступні компоненти, що сполучають процес адаптації та адаптаційні властивості особистості:

– ціннісні орієнтації та спрямованість особистості; дані компоненти відзначають сформованість її потреб, переконань, вподобань, інтересів;

– «Я-концепція» – складний фактор, який єднає внутрішньо-особистісну адаптацію із соціальним сприйняттям, самосприйнятям та прагненням до самоактуалізації; для розвитку цього фактору необхідно, щоб особистість мала здатність до аналізу оточуючого соціального середовища та вимог цього середовища до неї, можливість саморефлексії, оцінки свого становища в соціальній середі, здатність до вироблення напрямків самоактуалізації, аналізу дій для розбудови власної особистості;

– комунікативні властивості особистості – компонент адаптаційного процесу, який за рахунок індивідуальних характеристик особливостей поведінки людини у сфері спілкування забезпечує взаємодію суб'єктів спілкування;

– індивідуально-особистісні та емоційно-вольові особливості – той ресурсний потенціал особистості, який забезпечує продуктивність пошуку і підбору власної адаптаційної «ніші», стресостійкість, задоволення умовами та досягненнями особистих дій при взаємодії з соціальним оточенням; – адаптаційні властивості інтелекту – той компонент, що направляє, систематизує, корегує при зміні соціальних умов всю систему процесів адаптації, всі вищезазначені його складові, тим самим окреслюючи вибір належних різновидів поведінки, визначення природи та структури обраної діяльності, рішень, висновків та іншого.

В. Дорожкін, досліджуючи розвиток конкурентноспроможності, відмічає важливість рефлексії, контролю поведінки, планування своїх дій для розвитку адаптаційних можливостей особистості при соціальних змінах: розвиток конкурентоспроможної особистості – це розвиток рефлексивної особистості з позитивним психоенергетичним потенціалом, здатної організовувати, планувати свою діяльність і поведінку в динамічних ситуаціях.

М. Ткалич та І. Сняданко, досліджуючи особливості досягнення балансу між особистим життям та роботою прийшли до висновків, що наявність здібностей до формування індивідуальних адаптивних стратегій, вмінь використовувати стратегії збільшення особистісних ресурсів за рахунок здійснення різних життєвих ролей і на роботі і вдома, сприяє досягненню балансу між роботою та особистим життям.

Чимало досліджень адаптивності до змін занять і життєвих ролей, які являють у своїй сукупності загальну спрямованість саморозвитку особистості, проведено зарубіжними вченими.

Американська Національна асоціація розвитку кар’єри (National Career Development Association) визначенням кар’єри вважає загальну суму різних видів діяльності та вільного часу, яку людина набуває протягом свого життя. Тобто, можливо визначити, що кар’єрна адаптивність стосується не тільки спроможності до навчання чи роботи, але є важливою частиною планування життєвого дизайну і можливостей отримання задоволення від життєвих звершень.

Д. Сьюпер доводить, що вибір професії відбувається через реалізацію «Я-концепції», а професійний розвиток є складовою частиною загального розвитку особистості. Теорія конструювання кар’єри М. Савіцкаса описує конструкцію кар'єрної адаптованості, яка враховує чотири головних фактори: кар'єрний фокус, кар'єрний контроль, кар'єрний інтерес і кар'єрну впевненість в собі.

Процес побудови кар'єри згідно теорії є розвитком і реалізацією Я-концепції у професійних ролях. Теорія передбачає шляхи і розглядає фактори, що забезпечують особистості підвищення кар’єрної стійкості у сфері праці, яка на даний час глобально переходить від стабільного стану до швидкозмінного.

Згідно з концепцією М. Савіцкаса, кар'єрна адаптивність – це орієнтований на майбутнє психосоціальний ресурс, який необхідний особистості як для планування поточної діяльності, так і для планування напрямків розвитку своєї кар'єри, підготовки до тих подій, що можуть статися в житті далі.

Теорія конструювання кар'єри М. Савіцкаса прагне розширити теорії відповідності «особистість-середовище» та орієнтована на глобальність і багатокультурність сучасного суспільства.

М. Савіцкас стверджує, що кар'єра будується в середовищі та детермінується в більші мірі адаптацією до навколишнього середовища, люди створюють свої власні реалії та подальшу кар'єру на основі наявного соціального контексту.

А. Хірши, окрім чотирьох факторів кар’єрної адаптивності, що виділені у теорії М. Савіцкаса, до ресурсів, які, необхідні для успішного саморегулювання кар'єри, відносить інші психологічні ресурси, такі, наприклад, як оптимізм, гнучкість, ідентичність та соціальні ресурси.

Серед чотирьох параметрів адаптованості до кар'єри найбільш впливовими факторами самоефективності при пошуку роботи виявились турбота про кар'єру та контроль за кар'єрою. Ці результати широко освітлювались у азійському науковому просторі для вдосконалення практики професійної освіти та консультування з питань кар'єри [22].

Дж. Коен, У. Клех і А. Ван Віанен розробили тренінг, спрямований на підвищення ресурсів кар’єрної адаптивності випускників коледжів.

Програма тренінгу складається з чотирьох підрозділів: самопізнання, професійні знання та знання професійного середовища, огляд можливостей реалізації та конкретна реалізація. Дослідження ефективності тренінгу виявили, що після його закінчення були значно покращені контроль і зацікавленість у кар’єрі випускників коледжу. Через півроку після працевлаштування учасники тренінгу мали кращу структурну якість зайнятості, ніж члени контрольної групи, які не проходили тренінг.

Тобто тренінг показав, що підвищення ресурсів кар’єрної адаптивності збільшує можливості випускників професійного навчального закладу знайти якісну роботу. Ще однією теорією, пов’язаною з адаптивністю, є соціально-когнітивна теорія кар’єри ((SCCT - social cognitive career theory).

Цю теорію, інтегрувавши соціально-когнітивну концепцію А. Бандури у сферу вибору професії та професійного розвитку, розробив на початку двадцять першого століття Р. Лент.

Теорія Р. Лента розглядає такі когнітивні проекції особистості як самоефективність (self-efficacy), планування результатів (outcome expectations) та особистих цілей (personal goals). Ці конструкції спираються як на особисті ресурси і здібності (особистісні властивості, вік, стать), так і на контекстуальні фактори (сім'я, культура, гендерна-рольова соціалізація).

За допомогою всіх цих факторів формується спрямованість розвитку кар'єри: розвиток академічного та професійного інтересів, напрямки та способи вибору сфер освіти і професії, освітні та професійні досягнення і результати. Багато аспектів цієї теорії розглядаються через призму цінностей соціальних груп, а не самого суб'єкта, який створює кар'єру.

Аналізуючи цю теорію, Е. Дж. Мартін відмічає, що для другого десятиліття 21 століття більш актуальними є тенденції у дослідженні адаптивності, які спрямовані на вивчення впливу на неї індивідуальних властивостей особистості, наприклад, таких її здібностей, як самобутність, що не підвладні стереотипам та шаблонам думок, віянь, домінуючих у різних верствах суспільства. Науковець також серед теорій адаптивності останнього десятиріччя звертає увагу на теорію диверсифікаційного портфелю (DPM – diversified portfolio model), яку розробили C. Чандра і Ф.Т. Леонг.

Сутність теорії полягає в тому, що диверсифікаційний портфель дій, ролей і досвіду призводить до більшої пристосовності особистості в житті. Модель адаптивності DPM заповнила прогалину у наукових дослідженнях, доповнивши попередні дослідження, в тому числі у вивченні впливу самоускладнення, ризику, самоефективності на адаптивність і психологічну стійкість до несприятливих змін оточуючого соціального середовища. Але Е. Дж. Мартін звертає увагу на необхідність більш чіткого розділення споріднених понять адаптивності та стійкості до несприятливих змін навколишнього середовища, підкреслюючи, що адаптивність дає можливість особистості не тільки протистояти несприятливим змінам, але й досягати позитивних соціальних та психологічних результатів внаслідок активного пристосування до змін.

Дослідницька група, яку очолює Е. Дж. Мартін, доповнила визначення адаптивності, що подається у моделі диверсифікаційного портфелю, включивши в нього не тільки спроможність до когнітивної і поведінкової регуляції, а й емоційну регуляцію як відповідь на мінливість і невизначеність соціального середовища. Вчений назвав таке визначення «тристороннім» підходом до адаптивності.

Взаємозв'язки між кар'єрною адаптивністю і особистісними якостями згідно п’ятифакторної моделі особистості досліджував Н. Закер, якій з’ясував, що відкритість досвіду і сумлінність можуть сприяти кар'єрній адаптивності, а три інших фактори великої п’ятірки (нейротизм, екстраверсія, доброзичливість) статистично значущих впливів на адаптивність не мають.

Дослідження показали, що розвиток індивідуальної кар'єри передбачає постійну координацію між особистістю і оточуючим середовищем через інтеграцію досвіду та сприйняття поточних обставин [27].

Серед останніх досліджень виділяють також матаналіз адаптивності, проведений у 2017 р. К. Рудольфом. Результати показали зв’язок кар'єрної адаптивності з особистісними структурами індивідуумів. Дослідження продемонстрували, що кар'єрна адаптивність позитивно корелює з плануванням кар'єри, дослідженням кар'єри і самоефективністю при прийнятті рішень про перспективи діяльності.

Масштабні дослідження адаптивних можливостей до військової кар'єри провели китайські дослідники Веньмо Чжан, Юаньюань Сюй, Лі Пен, Чень Бянь Йонджу Ю, Ін Лі, Мін Лі, результатом яких стала анкета адаптивних можливий до військової кар'єри (MCAQ - Military Career Adaptability Questionnaire).

Анкета за підсумками досліджень у 2020 р. показала високу валідність і надійність. MCAQ включає тестування по п'яти наступним факторам: здатність до організації і злиття, комунікативна здатність, здатність до навчання, здатність до регулювання емоцій, здатність до трансформації кар'єри. Китайські вчені рекомендують використовувати MCAQ як ефективний інструмент для вимірювання кар'єрної адаптивності військовослужбовців.

Розуміння адаптивності особистості в умовах професійного перенавчання дозволяє визначити її як сукупність спроможностей при збереженні ядра особистості до підтримки балансу її взаємодії з новим професійним оточенням при зміні видів діяльності, соціальних та життєвих ролей, що являють у своїй сукупності загальну спрямованість саморозвитку особистості.

 Для дослідження адаптивності особистості в умовах професного пренавчання важливим є вивчення її когнітивних властивостей як чинників адаптивності. Розуміння сутності цих властивостей є важливою передумовою впливу на них з метою покращення адаптивних здібностей.

**1.3. Когнітивні властивості особистості військовослужбовців в умовах професійного перенавчання**

У даному підрозділі розглядаються когнітивні особливості військовослужбовців, що мають вплив на рівень адаптивності при навчанні новій діяльності.

Аналізуються погляди науковців на вплив рівнів загального інтелекту, критичного та творчого мислення, особистісних цінностей на рівень адаптаційних можливостей особистості.

Найбільший інтерес для нашого дослідження мають внутрішні чинники адаптивності, а саме особисті властивості. Вони можуть проявлятися на когнітивному, емоційно-вольовому, ціннісна-поведінковому рівнях особистісної сфери [24].

Когнітивні властивості визначають спроможність до практичного мислення, аналізу, синтезу, узагальнення, самонавчання, рефлексії, контролю виконання поставлених перед собою завдань; емоційно-вольові відображають ступінь опанування власними емоціями, ініціативність, самостійність, витримку, вибір засобів досягнення цілей та наполегливість у їх досягненні; ціннісно-поведінкові характеризують спрямованість особистості, професійні вподобання, схильності, визначають мотиваційні установки, що впливають на міру сприйняття дійсності, вміння керувати власною поведінкою та взаємодіяти з людьми при відстоюванні інтересів в процесі спілкування.

Потрібно також відзначити, що особистісні цінності об’єднують когнітивну сферу впливу з емоційною та поведінковою [9]. У індивідів, які проходять професійне навчання у дорослому віці, всі ці сфери є повністю сформованими [43; 44].

Але саме інтелектуальні адаптивні здібності є тими базовими властивостями, які регулюють та корегують всю систему, всі аспекти адаптивності, всі її компоненти [7]. Тобто, здатність до аналізу, синтезу даних, їх оцінка є детермінуючими факторами адаптивності в умовах професійного перенавчання.

Під визначенням інтелекту розуміється відносно стійка структура загальних здібностей до пізнання, розуміння та розв’язання проблем як продукт функціонування свідомості і мислення, в якому сполучаються всі пізнавальні здібності та завдяки якому створюється інформаційний потенціал знань особистості.

Інтелектуальні здібності дозволяють особистості справлятися з невизначеністю, тим самим даючи можливість підтримувати динамічну організованість і рівновагу у взаємодії з оточуючим середовищем [19]. Тобто, інтелект можливо визначити як здібність до пізнання, мислення. А сам процес, в якому реалізується інтелект, можливо визначити як мислення.

На думку Ж. Піаже інтелект є найбільш досконалою формою адаптації людини до середовища, тією когнітивною композицією, яка послідовно пов’язує всі більш ранні форми „когнітивної адаптації‖ та яка дає особливості можливості вирішення проблематичних ситуацій і виходу зі складних становищ.

 Зазначається, що розвитку інтелекту сприяють такі два напрямки: об’єднане зростання когнітивних структур особистості та збільшення об’єктивності особистих уявлень про довколишнє оточення [14].

 Погляди дослідників інтелекту розрізняються у тому, чи слід вважати інтелект єдиним цілим, чи він поділяється на кілька відокремлених видів.

 Першим, започаткував структурне дослідження інтелекту Ч. Спірмен. Згідно його поглядів інтелект має ієрархічну структуру, яку обусловлюють два фактори: єдиний для всіх видів інтелектуальної діяльності генеральний g-фактор і сукупність специфічних s-факторів, що притаманні окремим видам діяльності та сприяють успішності цих видів діяльності індивіда. Факторами загального g-фактору науковець вважав наступні: числовий, просторовий, вербальний.

 Пізніше Г. Айзенк, розвиваючи концепцію наявності генерального g-фактору, визначав загальний інтелект як сукупну швидкість розумових дій з обробки інформації в процесі вирішення складних задач, що детермінуються центральною нервовою системою.

 В своїй концепції Л. Терстоун визначає сім факторів розумових здібностей: фактор швидкості сприйняття (здібності деталізувати зорові образи), просторовий фактор (здібність сприймати геометричні фігури, в умі оперувати просторовими відношеннями), числовий фактор (здібність виконувати арифметичні обчислювання), вербальний фактор (здатність зрозуміти значення слів, їх інтерпретацій), фактор легкості мовлення (здібність підбирати слова за заданим критерієм), фактор асоціативної пам'яті (здібність запам’ятовувати і відтворювати інформацію, асоціативні пари), фактор логічного розмірковування (здібність виявляти закономірність в послідовностях фігур, символів).

 Модель інтелекту Г. Гарднера теж включає в себе сім факторів виявлення інтелекту але науковець бачить іншу їх диференціацію. Г. Гарднер виділяє лінгвістичний, музичний, логіко-математичний, просторовий, тілесно-кінестетичний, міжособистісний, внутрішньоособистісний види інтелекту, які складають інтелектуальний профіль особистості. Стверджуючи, що різні види інтелекту взаємопов’язані і функціонують разом, автор пропонує представити це так, ніби в голові людини працює одночасно декілька комп’ютерів, кожен з яких в різній мірі, з різною потужністю спеціалізується на якійсь окремій області пізнання.

 Широковідома у науковому світі багатовимірна (кубічна) модель інтелекту американського дослідника Д. Гілфорда. При її розробці вчений виходив з припущення про відсутність генерального чинника інтелекту на користь наступної моделі:

– інтелект можливо представити у трьох вимірах: як зміст мислення, як операції мислення, як результат мислення;

– три виміри інтелекту є незалежними і визначаються як шкали вимірювань, які теж можливо розкласти на змінні: 5 (операції) х 5 (зміст) х 6 (результати) = 150 різних інтелектуальних здібностей.

При дослідженні інтелекту та розробці моделі Д. Гілфорд зазначає, що можливо виділити конвергентне мислення (яке спрямоване на пошук єдиного вірного рішення і яке може бути діагностовано відомими тестами інтелекту) та дивергентне (творче) мислення, яке передбачає підбір різноманітних варіантів розв’язання проблемної ситуації.

Модель Р. Кеттела відноситься до ієрархічних моделей інтелекту. Згідно концепції науковця генеральний фактор (верхівка ієрархії) складається з двох факторів, які є складовими другого порядку ієрархії. Цими факторами є флюїдний (поточний) інтелект та кристалізований інтелект. Поточний інтелект не залежить від впливу культури і є природньо зумовленим.

Кристалізований інтелект залежить від культури, до якої належить індивід, загальної суми знань та навичок особистості, набутих у процесі соціалізації, накопиченого досвіду рішення проблем.

Дослідник інтелекту Р. Стернберг вважає, що рівень інтелектуального розвитку впливає на систему регулятивних зусиль особистості та позначається на способі поведінки, належному до умов середовища, тобто вчений визначає інтелект як форму ментального самоуправління, метакогнітивною адаптивною поведінкою.

Структурно-рівнева теорія інтелекту Б. Ананьєва відноситься до напрямку теорій, що пов’язані з визначенням «цілісності» інтелекту. В її основі лежить ідея про те, що інтелект є складною розумовою діяльністю, яку складають пізнавальних функцій різного рівня як компоненти інтелектуальної системи: психомоторика, увага, пам'ять і мислення. Критеріями розвитку інтелекту є ступінь їх інтегрованості та особливості зв’язків між компонентами. Особливості та направлення інтелектуального розвитку особистості по стадіям просування віковими періодами життя визначаються процесами когнітивної диференціації і когнітивної інтегрованості у їх структурній єдності.

М. Холодна відокремила вісім підходів до розуміння сутності поняття інтелекту:

– генетичний (біологічний), в якому інтелект визначається як генетично обумовлений механізм адаптації, як здатність людини пристосовуватись до вимог навколишнього середовища при взаємодії з ним;

– освітній, в якому інтелект розглядається як наслідок цілеспрямованого навчання;

– соціокультурний, в якому інтелект досліджується як результат процесу соціалізації, впливу на нього культури;

– інформаційний, в якому інтелект окреслюється як сукупність процесів переробки інформації, на кшталт процесів комп’ютерної обробки інформації;

– процесуально-діяльнісний, в якому інтелект розкривається як своєрідна форма діяльності особистості;

– феноменологічний, в якому інтелект визначається як особлива форма змісту свідомості;

 – структурно-рівневий, в якому інтелект розглядається як система різнорівневих пізнавальних процесів;

– регуляційний, в якому інтелект – це форма саморегуляції психічної активності.

Процес мислення має ряд особливостей:

1. Опосередковане пізнання дійсності, сутність якого полягає в тому, що людина здатна встановлювати зв'язки і відношення між речами, навіть не маючи безпосереднього контакту з ними, спираючись на дані минулого досвіду та шляхом аналізу непрямої інформації.

2. Узагальнене відображення дійсності, при якому людина спирається на наявні в неї знання про загальні уявлення про розвиток природи та суспільства для оцінки окремих явищ і предметів.

Основними операціями мислення є аналіз і синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення і конкретизація. Основними формами мислення є поняття, судження, умовиводи. За допомогою поняття пізнається сутність предметів та явищ дійсності, їх суттєві ознаки. Судження відображає зв'язки, співвідношення речей.

Судження виражається у реченнях, хоча не кожне речення може бути судженням. Умовивід – форма мислення, при якій з одного або більшої кількості суджень утворюється нове.

На думку І. Сняданко думки, судження, переконання, почуття, поведінка людини, які вона проявляє по відношенню до певного явища або особи та які формуються під впливом соціального оточення, виховання, соціокультурних цінностей, можливо визначити як поняття когнітивної установки.

Опосередковане та узагальнююче пізнання, оцінювання дійсності на основі операцій мислення є важливим умовою формування когнітивної установки. Існує багато класифікацій мислення за різними видам, наприклад, за генетичною класифікацією види мислення підрозділяються на наочно-дійове, наочно-образне та абстрактне мислення; за характером вирішуваних завдань розрізняють мислення: теоретичне і практичне; за характером засобів – продуктивне та репродуктивне мислення.

З точки зору впливу на адаптивність найбільший інтерес має розподіл мислення на критичне і творче мислення – за характером перебігу та функціями розумових процесів. У науковій літературі важливим чинником успішності адаптивних здібностей вважається розвинене критичне мислення як вагома характеристика сучасної особистості.

Суть критичного мислення полягає в ухваленні ретельно обміркованих та незалежних рішень. Для особистості, яка володіє критичним мисленням, предметом дослідження є вивчення якості свого мислення [19].

Важливим є також розуміння критичного мислення як спрямованого процесу мислення, метою якого є розв’язання проблем, а сутністю – виконання певних операцій-прийомів: аналізу, синтезу, оцінювання як власних думок та результатів діяльності, так і інформації щодо думок й діяльності інших [14].

Критичне мислення є мисленням вищого порядку, складовими якого виступають загальне і предметне мисленню (наприклад: математичне. поетичне, історичне та інші). Критичне мислення – це процес контролю за перебігом загального та предметного мислення, їх вдосконалення. Критичному мисленню притаманні такі властивості як усвідомленість, самостійність, цілеспрямованість, рефлексивність, обґрунтованість, контрольованість та самоорганізованість [11].

Аналізуючи вищевикладені визначення, важливо відмітити, що критичне мислення не означає негативність суджень або критику, а містить в собі обміркований розгляд різноманітності підходів для винесення обґрунтованих суджень і рішень. Це зазначає Т. Ноель-Цігульська, стверджуючи, що необхідно не тільки викривати помилки і сумніватися, але й шукати нові підходи до вирішення проблемних ситуацій, бути продуктивним, досліджувати незрозумілі явища, вміти замислюватися над неявними інформаційними сеансами, підтекстом, вміти ставити перед собою питання, тримати розум відкритим для знаходження нешаблонних, але вірних та обґрунтованих рішень.

Аналізуючи праці, присвячені критичному мисленню, можливо виділити наступні його ознаки:

 – вміння аналізувати різноманітні проблемні ситуації та їх сукупність;

– вміння знаходити варіанти рішення поставлених завдань, відбирати найкращі з них;

– вміння приймати самостійні рішення, беручі відповідальність за їх наслідки;

– вміння сприймати та порівнювати інформацію з різних джерел, аналізувати її достовірність (без чого неможливо напрацювання шляхів вірного розв’язання проблеми), розпізнавати суперечливі дані; інформація є відправним, а не кінцевим пунктом критичного мислення;

– вміння аргументовано доводити свою точку зору, з повагою ставлячись до інших, аналізуючи та враховуючи їх, визнавати та виправляти помилки в своїх і чужих розмірковуваннях [18].

Резюмуючи положення концепцій дослідників критичного мислення, можливо визначити, що критичне мислення більшість вчених пов’язує з сукупністю якостей і вмінь, які забезпечують високий рівень дослідницької культури особистості.

У сучасній науковій літературі недостатньо вирішеними залишаються проблеми уточнення структури критичного мислення, місця критичного мислення серед різних видів та рівнів мислення, необхідності узагальнення положень існуючих концепцій критичного мислення.

Для знаходження рішень нестандартних, складних проблем доцільно використовувати також творче мислення, яке відрізняється від критичного мислення характером перебігу та функціями розумових процесів. Існує багато визначень творчого мислення та діяльності, але в усіх визначеннях «створення чогось нового» є одним з основних критеріїв його формулювання. Новизна є оцінкою як результатів творчої діяльності, так і оцінкою вимірювання творчої діяльності як виду активності, тобто характеристики процесу.

Я. Пономарьов розробив структурно-рівневу модель творчого процесу, згідно з якою етап постановки задачі та заключний етап відбору і перевірки коректності її рішення пов'язані з логічною роботою мислення, а головні етапи вирішення проходить інтуїтивно. На вищому структурному рівні організації творчої діяльності формується потреба в новому знанні, а засоби її задоволення – на нижчому. Важливою ланкою механізму творчості вчений вважав внутрішній план дій (можливість діяти в умі), при цьому інтуїція проявляється лише при спробі виконання дії. Обидва види мислення по різному проявляються в діях у кожної людини в залежності від освіти, індивідуальних психологічних особливостей.

В. Моляко вважає, що творчий процес, зазвичай, протікає на підсвідомому рівні, і лише його кінцевий результат досягає свідомості, вчений визначає п’ять стратегій творчої діяльності: стратегії пошуку аналогів, комбінування, реконструктивних дій, універсальну стратегію та стратегію спонтанних дій.

В сучасній психології найчастіше розглядають чотири широких аспекти творчості: креативний процес, креативний продукт, креативну особистість, креативну ситуацію. Емпіричні дослідження виявили дві особистісні сфери, які впливають на здатність людини до творчого мислення:

– схильність людини до глибокого проникнення в проблему, володіння та втілення себе в інших людях; такі особистості є екстравертами, шукачами нових вражень, їм притаманна домінантність;

– схильність бути автором своїх ідей, думок, справ; така особистість є автономною, незалежною, може бути агресивною [29].

При розгляді когнітивних властивостей важливо також відмітити особистісні цінності, які є буферною зоною між когнітивними, мотиваційними та емоційними психічними створеннями особистості та виступають основою для особистісної оцінки ситуації [9]. Особистісні цінності є переконанням людей про організацію життя, прийнятну поведінку. Вони виражають цілі, до яких рухається особистість, та відповідні способи їх досягнення. Стійка природа цінностей і їх центральна роль в структурі особистості зумовила їх значення для розуміння багатьох ситуацій життєдіяльності.

В. Дорожкін та О. Борець, досліджуючи індивідуально-психологічні особливості безробітних як суб’єктивні чинники мотивації при пошуку роботи, відмічали важливе значення особистісних цінностей в переліку таких чинників. Цінністю можна вважати все те, що є для особистості значущим і важливим. Але те, що для однієї людини може бути цінністю, для іншої людина може такою не вважатися, тобто особистісна цінність завжди є суб’єктивною та включає в себе когнітивну та емоціональну ретроспективи. Єдиної класифікації цінностей у сучасних наукових дослідженнях не існує. Цінності можливо поділити на позитивні і негативні, абсолютні та відносні, суб’єктивні і об’єктивні, за змістом – на речові, логічні та естетичні.

Найбільш значимим для особистості є поділення цінностей на індивідуальні та соціальні. Цінності груп, до яких належать суб’єкти діяльності (соціальні цінності), мають значний вплив на формування і розвиток особистих індивідуальних цінностей. Структура індивідуальних цінностей виконує роль зв’язку між індивідом і суспільством [6].

Трансформація суспільного життя України останніх десятиліть привела до підвищення значення таких особистісних цінностей, які забезпечують особистості її власні потреби та комфортне самопочуття. Отже, система цінностей не є тільки пасивним результатом впливу соціального середовища, а виступає одночасно як один з видів самовираження особистості, що обумовлене внутрішніми її потребами та інтересами. Сукупність ієрархічно пов’язаних між собою цінностей, які окреслюють спрямованість життєдіяльності, представляє собою ціннісні орієнтації та розглядаються як один із компонентів структури особистості.

Універсалізм, традиції, доброта, конформність, безпека виявляють соціальні інтереси, а інші п’ять цінностей (самостійність, стимуляція, гедонізм, досягнення, влада) – індивідуальні інтереси. Структура системи цінностей складається із цих десяти основних ціннісних категорій.

Підсумовуючи огляд когнітивних властивостей, можна зазначити, що сучасна наука:

– визначає інтелект як генетично обумовлений механізм адаптації та як форму організації ментального досвіду, що обумовлюють здатність до пізнання, рефлексії, аналізу факторів навколишнього середовища, розробки рішень, які відповідають потребам особистості, та дають можливість підтримки організованості і динамічної рівноваги у її взаємодії з оточуючим середовищем;

– визначає мислення, як процес, який опосередковано відображає суттєві зв’язки та відношення предметів і явищ, як вищу ступінь людською пізнання, сутністю якого є породження нових знань та який відбувається завдяки інтелектуальним здібностям.

Уточнено визначення критичного мислення як ланцюга розумових дій, спрямованих на аналіз достовірності інформації різних джерел, перевірку систем висловлювань з метою з'ясування їх відповідності чи невідповідності відомим фактам, ухваленні ретельно обміркованих та незалежних рішень для розв’язання неординарних проблем.

Можливо зазначити, що творче мислення пов'язане зі створенням суб'єктивно і об'єктивно нових ідей, використанням нестандартних підходів у вирішенні проблем, вмінням знаходити найбільш перспективні рішення в тієї чи іншої предметної області, пов’язане з відкритістю до будь-яких інновацій, здатністю відхилятися у мисленні від стереотипів і традиційних схем. Особистісні цінності є переконанням людей про організацію життя, прийнятну поведінку. Вони визначають напрям життєвих орієнтирів, цілі, до яких рухається особистість, відповідні способи їх досягнення.

**РОЗДІЛ 2**

**Емпіричне дослідження соціально-психологічних чинників адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя**

**2.1. Аналіз рівня адаптивності та її складових у військовослужбовців в умовах професійного перенавчання**

На даному етапі дослідження наведено аналіз емпіричних даних особистого адаптивного потенціалу, інтегрованого показника адаптації військовослужбовців та їх складових а також когнітивних властивостей військовослужбовців в умовах професійного перенавчання (констатувальний етап).

Згідно з багаторівневим особистісним опитувальником «Адаптивність» А. Маклакова і С. Чермяніна 51,0% військовослужбовців мають невисокий рівень особистого адаптивного потенціалу, 34,9% – середній, та 14,1% – високий.

Методика А. Маклакова і С. Чермяніна спрямована на вивчення адаптивних можливостей індивіда на основі оцінки рівнів соціально-психологічних та психофізіологічних характеристик, які показують особливості його соціального та психічного розвитку.

Найбільший вплив на адаптивний потенціал мають поведінкова регуляція, комунікативний потенціал та моральна нормативність, у яких акцент зміщений на соціально-психологічні характеристики та соціальний розвиток особистості (здатність регулювати стосунки з соціальним оточенням, соціальне схвалення, вміння побудувати відносини з іншими людьми, адекватне сприймання пропонованої соціальної ролі в суспільстві).

Значний процент низьких значень показника «особистий адаптивний потенціал» вказує на досить невисокий розвиток саме соціальних характеристик респондентів, недостатньо розвинені здібності до аналізу соціального середовища та свого місця в ньому.

Згідно показників високий рівень інтегрального показника адаптації шкали «адаптивність/дезадаптивність» по методиці К. Роджерса та Р. Даймонд мають 59,8 % військовослужбовців, середній рівень – 40,2 %.

Дана методика більшу увагу приділяє індивідуальним психологічнім характеристикам військовослужбовців. Показник демонструє, що військовослужбовці, які прийшли навчатись новій професії, мають досить високі показники психологічних характеристик адаптивності.

Вважаємо, що це обумовлено тим, що військовослужбовці, які прийняли рішення про зміну соціального статусу, вийшли зі стану невизначеності свого найближчого майбутнього, мають позитивну ціль на цей період свого життя та діяльності, і це покращує їх психологічні показники.

Достатньо високі значення інтегрального показника адаптивності пов’язані також з впливом зовнішніх чинників, таких як: інформаційна підготовленість військовослужбовців завдяки засобам масової інформації до можливої потреби у професійному перенавчанні внаслідок трансформації професійних компетенцій, зникненні та переорієнтації багатьох професій у сучасні часи; працездатне покоління середнього і молодого віку значну частину свідомого життя провело при економічній нестабільності в країні, коли необхідність оволодіння новим професіями внаслідок втрати попередньої роботи, сприймається як частина звичайного світосприйняття.

Інтегральні показники адаптивності за методикою К. Роджерса – Р. Даймонд позитивно корелюють з показниками адаптивності за методикою А. Маклакова – С. Чермяніна на високому рівні (r = 0,500 \*\*, p < 0,01), що вказує на надійність як однієї, так і іншої методики у дослідженні адаптивності військовослужбовців при їх короткостроковому професійному навчанні.

За складовими інтегрального показника адаптації у 62,0% військовослужбовців простежується високий рівень самосприйняття, 37,1% мають середній рівень самосприйняття, 0,9% – низький.

Більшість військовослужбовців мають загальне позитивне ставлення до власного «Я». Це показник розглядається як риса особистості, що дає спроможність адекватно сприймати свої сильні і слабкі сторони, толерантно сприймати право на існування всіх аспектів власної особистості.

На думку І. Радул сутність такого складного психічного феномену як самосприйняття, полягає в тому, що особистість виважено сприймає себе відповідно до різних ситуацій діяльності та взаємодії з іншими, поєднує сукупність образів цих сприймань в цілісне уявлення, на основі якого формується поняття власного «Я» як суб’єкта, що відрізняється від інших.

Високий рівень інтегрального показника адаптації підтверджується і високим рівнем самоприйняття. Високий рівень прийняття інших мають 61,6%, середній 37,1%, низький 1,3% військовослужбовців.

Показник відображає узагальнені уявлення особистості військовослужбовців про наміри, потреби оточуючих людей, ставлення до кожного з них як до незалежного суб’єкта соціальної взаємодії, прийняття права цих суб’єктів бути такими, якими вони є.

Розвинене та неупереджене прийняття особистістю інших учасників соціальних взаємовідносин приводить до ефективних форми взаємодії, адекватних реакцій на ситуації взаємовідносин, розсудливого схвалення рішень, більш об’єктивного розуміння як власної поведінки, так і поведінки інших людей.

Обираючи ту чи іншу стратегію взаємодії, суб’єкт може співвідносити свої наміри та інтереси з інтересами іншої сторони.

Несприйняття інших – це несприйняття в інших чогось, що особистість вважає поганим, не відповідаючим її уявленням про доцільність, привабливість, нормативність, що повинно бути або виправленим, або зникнути.

Показник «емоційний комфорт» відображає рівень відчуття задоволеності, емоційної рівноваги, безпеки і благополуччя або навпаки – пригніченості.

 За показником цієї шкали 47,2% військовослужбовців мають високий рівень, 48% – середній та 4,8% низький.

Більший рівень емоціонального комфорту відповідає меншому рівню фрустрації, яку може відчувати військовослужбовець при короткостроковому професійному перенавчанні.

Низькі значення підтверджують високий рівень внутрішньої напруженості, тривожність, незадоволеність соціальними стосунками з оточуючими та своїм місцем у системі соціальних відносин. Рівень інтернальності визначає внутрішній локус контролю, тобто відчуття особистої відповідальності за результати своєї діяльності.

Низький рівень за шкалою підтверджує приписування відповідальності зовнішнім (екстернальним) силам. Особи з низьким рівнем є більш конформними.

Особистості з високим рівнем інтернальності за даною шкалою менше схильні підкорятися впливу інших. Вони можуть самостійно працювати, вирішувати проблеми, спираючись на свої сили і здібності.

Серед військовослужбовців 64,2% мають високий рівень показника інтернальності, 35,8 % – середній.

За показником «прагнення до домінування», що визначає ступінь тенденції до лідерства, до незалежності від думок інших, до самостійності, 15,7% військовослужбовців мають низький рівень, 68,1% – середній та 16,2% високий рівень, що трохи нижче показників інших складових адаптивності.

Суб’єкти, що мають високі бали за цією шкалою, активно відстоюють права на самостійність, їх поведінка може йти в розріз з соціальними умовностями та думками авторитетів, вони сміло відстоюють власні правила.

Суб’єкти з низькими значення «прагнення до домінування» часто бувають поступливими, не наважуються відстоювати власну думку, залежать від думок авторитетів, сумніваються у своїх можливостях.

За показником «ескапізм», який показує, наскільки респонденти є схильними до ігнорування проблем, 21,8% військовослужбовців мають високий рівень, 63,3% – середній та 14,9% – низький. Високі значення за шкалою «ескапізм» означають, що респондент уникає ситуацій, коли він повинен брати відповідальності за розв’язання проблемної ситуації, пасує перед ускладненнями.

Низькі значення за цією шкалою мають суб’єкти, які вміють не боятись труднощів, можуть приймати рішення, не втрачаючи впевненості у своїх можливостях.

В цілому результати аналізу рівнів інтегрального показника адаптації та його складових показують, що військовослужбовці в умовах професійного перенавчання мають середні та високі показники цих психологічних властивостей.

Опитувальник А. Маклакова і С. Чермяніна, за яким визначено показники окремих складових особистого адаптаційного потенціалу військовослужбовців, в більшій мірі відображає соціально-моральну складову адаптивності.

На найвищих шкалах методики стоїть поведінкова регуляція та комунікативний потенціал, які найбільше впливають на інтегральний показник – адаптаційний потенціал.

Рівні показників цих двох показників для вибірки військовослужбовців близькі до рівнів показника «адаптаційний потенціал»: для показника «поведінкова регуляція»: 52,4% - низький, 31,4% - середній, 16,2% - високий; для показника «комунікативний потенціал»: 31,0% - низький, 55,5% - середній, 13,5% - високий.

За показником «моральна нормативність» опитувані розподілені наступним чином: 16,6% - низький рівень, 79,9% - середній, 3,5% - високий рівень.

Показники, які відповідають за психічну складову адаптивності, мають по досліжувальній групі: – дезаптаційні порушення – середній рівень – 52,8%, високий рівень – 24,9%, низький – 22,3%; – астенічні реакції – середній рівень – 55,4%, високий рівень – 23,6%, низький – 21%; психотичні реакції середній рівень – 65,5%, високий рівень – 5,2%, низький – 29,3%.

Показники цих шкал методики показують, що серед військовослужбовців, які прийшли навчатись новій професії, більше половини мають середній рівень психологічних характеристик особистого адаптивного потенціалу та майже чверть всіх досліджуваних мають високі показники.

Це може служити підтвердженням думки, що значення показників, які відповідають за психологічну складову адаптивності військовослужбовців, що прийняли рішення про зміну свого стану та мають позитивну ціль на найближчій період свого життя й діяльності, не знаходяться вже в межах дуже низького рівня, а мають в своїй більшості рівні, що відповідають нормі.

Більшість військовослужбовців (57,2%) мать середній рівень загального інтелекту (IQ), критичного мислення (53,7%) та творчого мислення (51,5%). Але при цьому кількість респондентів з низьким рівнем критичного мислення майже в двічи вищя, ніж кількість військовослужбовців з низьким рівнем загального інтелекту і майже втричі вища, ніж кількість військовослужбовців з низьким рівнем творчого мислення.

Тобто, навіть маючи достатні інтелектуальні здібності до продуктивного, дослідницького критичного мислення, не всі військовослужбовці володіють його навичками, які необхідні для покращення їх адаптивних здібностей в умовах професійного перенавчання.

**2.2. Аналіз взаємозв’язків показників когнітивних властивостей та рівня адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання**

В цьому підрозділі досліджено зв’язки між показниками адаптивності та рівнем загального інтелекту (IQ), рівнями критичного та творчого мислення, показниками особистісних цінностей військовослужбовців при професійному перенавчанні.

 Для дослідження зв’язків було використано кореляційний та факторний аналіз. Аналіз сили та статистичної значущості зв’язків між показниками адаптивності та когнітивними властивостями військовослужбовців при короткостроковому професійному навчанні.

Для виявлення найбільш статистично значущих та сильних значень зв’язків між показниками адаптивності та когнітивними властивостями військовослужбовців в умовах професійного перенавчання проведено дослідження цих зв’язків за допомогою кореляційного аналізу.

Кореляційний аналіз - метод обробки статистичних даних, за допомогою якого вимірюється щільність та сила зв'язку між двома або більше змінними. Застосування кореляційного аналізу можливе при наявності достатньої кількості спостережень для вивчення.

Кореляційний аналіз показав, що значення інтегрального показника адаптивності за методикою Роджерса-Даймонд позитивно корелюють зі значеннями показника особистого адаптивного потенціалу за методикою А. Маклакова, С. Чермяніна на високому рівні (r = 0,500 \*\*, p < 0,01), що вказує на надійність як однієї, так і іншої методики у дослідженні адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному навчанні.

Кореляційний аналіз виявив позитивні зв’язки високого рівня (p < 0,01) та достатньої сили взаємозв’язків між особистим адаптивним потенціалом (за методикою А. Маклакова і С. Чермяніна) та рівнем інтелекту (r = 0,237, p = 0,00), рівнем критичного мислення (r = 0,494, p < 0,00), такою особистісною цінністю як «самостійність у поведінці» (r = 0,222, p = 0,01).

В аналізі не враховано зв’язки когнітивних властивостей військовослужбовців з показниками адаптивності, які мають коефіцієнт кореляції r < 0,200, тому що сила таких зв’язків незначна.

Кореляційного зв’язку достатньої сили та статистичної значущості між рівнем особистого адаптивного потенціалу та рівнем творчого мислення не виявлено.

Це пояснюється тим, що, коли військовослужбовці проходять короткостроковий інтенсивний курс по оволодінню вміннями, навичками, компетенціями нової для них професії, попередній професійний досвід в таких умовах не є підмогою у пошуку творчих адаптаційних рішень в незнайомій для них соціальній ситуації.

Військовослужбовцям в умовах професійного перенавчання для успішної адаптації потрібні, в першу чергу, вміння, які забезпечуються достатніми рівнями інтелекту та критичного мислення: здатністю до мислення, аналізу, абстрагування, вмінням робити висновки, відкритістю розуму; утриманням від судження при недостатності підстав.

Ці вміння є необхідною умовою для успішності будь-яких процесів соціально-психологічної адаптації.

Продуктивне творче мислення частіше всього присутнє, коли особистість вже досить добре орієнтується у сфері докладання творчих зусиль та представляє місцеположення мети творчої діяльності, але на шляху її досягнення має «розриви», які не вдається подолати, використовуючи логічне мислення, тобто у випадках, коли адаптація до змін у соціальному середовищі відбувається в більші мірі за рахунок розширення вже набутих та засвоєних уявлень і понять, як «підтягування» нового соціального становища до когнітивних структур особистості.

Саме в таких випадках, наприклад, на курсах довгострокового професійного навчання, творче мислення може бути позитивним фактором підвищення адаптивності до набуття нових компетенцій [14].

Статистично значимий кореляційний зв'язок адаптаційного потенціалу з особистісною цінністю «самостійність в поведінці» вказує на те, що ця цінність сприяє процесу входження військовослужбовців в нові умови й прийняття цих умов діяльності в незнайомій професії.

Аналізуючи дані кореляційних зв’язків рівня інтелекту, критичного мислення, особистісних цінностей зі шкалами складових «особистого адаптаційного потенціалу» бачимо, що показники рівня інтелекту, рівня критичного мислення та особистісних цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці» мають високі позитивні кореляційні зв’язки з показниками шкали «поведінкова регуляція» (відповідно 0,231; 0,481; 0,224; 0,200); рівень критичного мислення та особистісних цінностей «самостійність», «універсалізм», «гедонізм» - з показниками шкали «комунікативний потенціал» (відповідно 0,341, 0,241, 0,201, 0,204), які є найбільш вагомими складовими інтегрального показника «особистий адаптивний потенціал»; критичне мислення має високі негативні кореляційні зв’язки з показником «дезадаптаційні порушення».

З показником «моральна нормативність» рівень інтелекту та показники особистісних цінностей «самостійність», «гедонізм» також мають негативний кореляційний зв'язок.

Крім того, показник «гедонізм» має високі негативні кореляційні зв’язки з показником «дезадаптаційні порушення». Також показник «дезадаптаційних порушень» негативно пов’язаний з показниками «влада» та «універсалізм».

Відзначимо, що критичне мислення має найбільші позитивні показники коефіцієнту кореляції (сили взаємозв'язку) з поведінковою регуляцію (r= 0,481) та комунікативним потенціалом (r=0,341), які є найбільш впливовими складовими особистісного адаптаційного потенціалу.

Позитивні кореляційні зв’язки високого рівня (p < 0,01) та значної сили взаємозв’язків були виявлені між інтегральним показником адаптації (методика СПА) та рівнями загального інтелекту, критичного мислення, «самостійності», «самостійності в поведінці».

Значення показників відображають, що з усіма складовими інтегрального показника адаптації статистично значимі кореляційні зв’язки (p < 0,01) має критичне мислення, з них негативні – з дезадаптивністю та ескапізмом; загальний інтелект – негативний зв’язок має з дезадаптивністю, позитивні – з інтегральним показником самоприйняття, інтегральним показником прийняття інших, інтегральним показником емоціонального комфорту, інтегральним показником інтернальності, творче мислення – негативний зв’язок з дезадаптивністю.

**2.3. Визначення типології адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання**

У даному підрозділі дослідження виявлено зв’язки показників адаптивності та рівнів когнітивних чинників військовослужбовців в умовах професійного перенавчання за допомогою кластерного аналізу – проведено багатовимірну класифікацію (розроблено типологію) військовослужбовців по рівням адаптивності в залежності від показників їхніх когнітивних властивостей.

Здійснено аналіз виявленої типології військовослужбовців.

Класифікація передбачає об’єднання сукупності об'єктів дослідження за певними критеріями, при якому обсяг родового поняття (множина, клас, безліч) ділиться на підмножини (види, типи), які, в свою чергу можуть розподілятися на підвиди і т.д.

Важливе значення при класифікації має вибір критеріїв поділу обсягу області дослідження.

У наукових дослідженнях класифікація є одним з фундаментальних процесів, необхідним для розуміння природи, сутності кола явищ, Психологічна типологія - система індивідуальних установок і поведінкових стереотипів, визначена з метою пояснення психологічної різниці між людьми [27].

Віднесення об'єкту дослідження до певного класу уточнює характеристики окремих функцій, складових, зв’язків між елементами психологічного явища чи властивостями особистостей, соціальних груп, дозволяє розкрити не тільки внутрішні особливості досліджуваного об'єкту, але і зв'язки між типами, класами явищ.

Труднощі психологічної класифікації пов’язані з неоднозначністю, складністю психічної реальності людини, нерідко – з відсутністю чітких кордонів між класами психологічних явищ.

Кластерний аналіз – багатовимірний метод статистичної обробки даних, який використовується для поділу об'єктів дослідження на групи (кластери) таким чином, щоб об'єкти групи мали більше спільного між собою, ніж з об'єктами інших груп (кластерів).

Для кластерного аналізу нами були використані змінні, які мають високі показники кореляції (p < 0,01) як з інтегральним показником адаптивності (за методикою Роджерса-Даймонд) і його складовими, так і з адаптивним потенціалом (за методикою А. Маклакова) і його складовими.

 Таким чином, за результатами кластерного аналізу запропонована типологія військовослужбовців в умовах професійного перенавчання в залежності від рівнів їх показників адаптивності, рівнів загального інтелекту, критичного мислення, рівня самостійності, самостійності в поведінці, гедонізму, універсалізму.

В дослідженні було використано кластерний аналіз методом К-середніх (k-means). Зазвичай в методі k-means реалізується процедура побудови усереднених профілів кожного кластеру, що дає можливість проводити якісний аналіз вираженості ознак у представників кожного кластеру.

В результаті кластерного аналізу методом К-середніх визначено типологію військовослужбовців за рівнями адаптивності в залежності від їх рівнів когнітивних чинників.

Для того, щоб виявити кількість кластерів, характеристики яких є стійкими, спочатку проведено ієрархічний кластерний аналіз з метою з’ясувати, на якому кроці агломерації коефіцієнт між етапами кластерізації буде значно більшим, ніж на попередніх.

В дослідженні це відбулося на четвертому етапі.

Таким чином, для кластерного аналізу методом К-середніх ми обрали чотири кластери.

За результатами кластерного аналізу визначено наступну типологію:

– перший тип – самостійний (самостійний гедоніст);

– другий тип – успішний (успішний мислитель):

– третій тип – респондент, що важко адаптується;

– четвертий тип – респондент з високим розумінням інших.

Найбільша кількість військовослужбовців відносяться до кластеру1-го типу (самостійний) – 34%, кластеру 2-го типу (успішний) – 26% досліджуваних.

 Кількість військовослужбовців, що відносяться до кластеру 3-го типу (той, що важко адаптується) – дещо менша і складає 22% від загальної кількості респондентів, а найменші показники по кількості військовослужбовців – у кластера 4-го типу (з високим розумінням інших) – 18% досліджуваних військовослужбовців.

Перший тип – самостійний (самостійний гедоніст). Цей тип військовослужбовців в умовах професійного перенавчання має досить низький рівень особистого адаптивного потенціалу в абсолютному значенні, хоча серед досліджуваних типів військовослужбовців цей рівень показника особистого адаптивного потенціалу не є самим низьким.

Рівень інтегрального показника адаптації для першого типу військовослужбовців знаходиться вище середнього як серед досліджуваних типів військовослужбовців, так і в абсолютних значеннях.

Рівень загального інтелекту у самостійного типу військовослужбовців в абсолютних значеннях дещо вище середнього, а рівень критичного мислення – трохи нище середнього.

Найвищі значення показників як серед усіх досліджуваних кластерів, так і в абсолютних значеннях у даному типі мають показники особистісних цінностей «самостійність», «гедонізм», «самостійність в поведінці».

Високі значення цих показників вказують як на бажання військовослужбовців цього типу самостійно досягати поставлених цілей, так і на використання самостійних рішень у власних діях, відчуття задоволення від процесу життєдіяльності.

Також високий рівень має показник особистісної цінності «універсалізм», що вказує на важливість для першого типу військовослужбовців цінності розуміння інших людей, турботи про них, соціальної толерантності, доброти.

До представників самостійного типу відноситься 34,0% всіх досліджуваних військовослужбовців.

Аналіз особливостей зв’язків особистого адаптивного потенціалу та інтегрального показника адаптації з рівнями когнітивних чинників військовослужбовців в умовах професійного перенавчання для типу самостійний (самостійний гедоніст) визначеної класифікації військовослужбовців дозволяє зробити висновок, що підвищення доволі низьких значень особистого адаптивного потенціалу, можливе за рахунок покращення, в першу чергу, значень показника критичного мислення.

 Другий тип - успішний (успішний мислитель).

Цей тип військовослужбовців в умовах професійного перенавчання характеризується високими показниками адаптивності (як особистого адаптивного потенціалу, так й інтегрального показника адаптивності) – найвищими серед чотирьох виявлених кластерів.

Серед когнітивних властивостей даного типу військовослужбовців також найвищі значення поміж всіх досліджуваних типів військовослужбовців в умовах професійного перенавчання мають рівні загального інтелекту (IQ) та критичного мислення. Зв’язок високих значень показників адаптивності з високими рівнями загального інтелекту та критичного мислення добре узгоджується з результатами кореляційного та факторного аналізів.

Успішний тип військовослужбовців згідно визначеної типології має також досить високі (вище середніх – як в абсолютних значеннях, так і порівняно з іншими типами військовослужбовців) значення показників «самостійність», «гедонізм», «самостійність у поведінці»; значення показника «універсалізм» - незначно вище середнього.

До представників успішного типу військовослужбовців відносяться 26,0%. Подальше покращення показників адаптивності для цього типу можливе за рахунок корегуючого впливу на рівень показників «самостійність», «самостійність у поведінці», «критичне мислення» з метою підвищення їхніх значень.

Третій тип запропонованої типології військовослужбовців в умовах професійного перенавчання – військовослужбовець, що важко адаптується. Інтегральний показник адаптивності у військовослужбовців, що відносяться до третього типу, знаходиться на середньому рівні в абсолютних значеннях, але цей показник є найнижчим з усіх типів військовослужбовців, що визначені у класифікації.

Військовослужбовці, що важко адаптуються, мають також низькі значення особистого адаптивного потенціалу як в абсолютних значеннях, так і найнижчі серед досліджуваних кластерів військовослужбовців.

На формування цього показника адаптивності найбільше значення мають поведінкова регуляція, комунікативний потенціал, моральна нормативність як соціально-психологічні характеристики.

Розглянемо як співвідносяться доволі низькі показники адаптивності військовослужбовців даного типу з їхніми когнітивними властивостями.

Військовослужбовці, що відносяться до третього типу, мають найнижчі значення загального інтелекту та дуже низький рівень критичного мислення серед усіх досліджуваних груп військовослужбовців.

Низькі значення рівнів загального інтелекту та критичного мислення у військовослужбовців третього типу вказують на недостатньо розвинені здібності до аналізу соціального середовища, свого місця в ньому, до адекватного сприймання пропонованої соціальної ролі в суспільстві, що й підтверджується низьким значенням особистого адаптивного потенціалу.

Показники особистісних цінностей «самостійність», «універсалізм» та «самостійність у поведінці» для цього типу військовослужбовців також мають найнижчі значення в порівнянні з іншими типами військовослужбовців.

Показник особистісної цінності «гедонізм» має значення вище середнього, хоча це значення нижче ніж у військовослужбовців, що відносяться до самостійного та успішного типів запропонованої класифікації.

До представників військовослужбовців, що важко адаптуються, відносяться 22% учасників констатувального етапу дослідження.

Для покращення показників адаптивності військовослужбовців третього типу запропонованої класифікації важливим буде підвищення рівня критичного мислення, особистісних цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці».

Четвертий тип – військовослужбовці з високим розумінням інших.

Ця група військовослужбовців в умовах професійного перенавчання характеризується терпимістю, турботою про захист благополуччя людей та природи, що демонструє високе абсолютне значення показника особистісної цінності «універсалізм».

Тип військовослужбовців з високим розумінням інших має доволі невисокий рівень адаптаційного потенціалу в абсолютному значенні, але вище, ніж у третього типу – військовослужбовців, що важко адаптуються, та на одному рівні – з самостійним типом військовослужбовців.

Тобто, серед усіх виявлених кластерів значення показника особистого адаптивного потенціалу має середній рівень.

Рівень інтегрального показника адаптації у військовослужбовців з високим розумінням інших – вище середнього (у абсолютних значеннях), який поміж досліджуваних груп є середнім.

 Військовослужбовці четвертого типу запропонованої класифікації мають також середній рівень IQ як в абсолютному значенні, так і поміж виявлених кластерів, низьке значення критичного мислення (найнижче поміж усіх виявлених типів військовослужбовців).

Вони характеризується середніми значенням показників «самостійність, «самостійність в поведінці» як в абсолютних значеннях, так і поміж інших кластерів.

Військовослужбовці з високим розумінням інших мають низьке абсолютне значення показника «гедонізм» (найменше з усіх типів).

До даного типу військовослужбовців відносяться 18,0% учасників констатувального етапу дослідження.

Покращення показників особистого адаптивного потенціалу та інтегрального показника адаптивності можливе за рахунок підвищення показника критичного мислення, показників особистісних цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці», «гедонізм».

Як підсумок проведеного кластерного аналізу військовослужбовців в умовах професійного перенавчання та інтерпретаціїї отриманих результатів можна зробити наступні висновки:

– найбільший вплив на особистий адаптаційний потенціал згідно кластерного аналізу та типології військовослужбовців мають рівень інтелекту, рівень критичного мислення, досить сильний вплив мають особистісні цінності «самостійність», «самостійність у поведінці», «гедонізм»;

– найбільший вплив на інтегральний показник адаптивності мають: рівні інтелекту, критичного мислення, досить сильний вплив – особистісні цінності «самостійність», «самостійність у поведінці», помірний вплив – особистісні цінності «універсалізм», «гедонізм»;

– визначену типологію військовослужбовців в умовах професійного перенавчання доцільно враховувати при організації проведення розвивального тренінгу розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні з метою покращення його результатів.

**РОЗДІЛ 3**

**розвиток АДАПТИВНОСТІ військовослужбовців до умов цивільного життя ПРИ КОРОТКОСТРОКОВОМУ ПРОФЕСІЙНОМУ ПЕРЕНАВЧАННІ**

 **3.1. Методологічні засади комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні**

Метою формувального експерименту стало розроблення програми розвитку адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання.

Завдання формувального експерименту – розроблення й експериментальна апробація комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні на основі результатів констатувальної частини дослідження.

Основні підходи до організації формувального екперименту.

За результатами дослідження було виявлено наступні проблеми щодо розвитку рівня адаптаційних спроможностей особистості військовослужбовців:

1. Необхідність впливу на когнітивні властивості військовослужбовців для підвищення його адаптивності при короткостроковому професійному перенавчанні, що в свою чергу є фактором розвитку ефективності оволодіння військовослужбовцем вміннями, навичками, компетенціями нової професії в умовах професійного перенавчання

2. Недостатня розробленість системи заходів для коригуючого впливу на соціально-психологічні чинники адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

3. Недостатня кількість інструментів для індивідуального використання щодо розвитку адаптивних здібностей військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

Науковим завданням, яке повстало в цій частині дослідження для вирішення вищеозначених проблем, є розробка на основі результатів емпіричного дослідження системи заходів для розвитку адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання, основу якої складає програма розвивальних тренінгів.

Для виконання цього завдання було розроблено комплексну програму розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

При розробці та впровадженні комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні (КПРАВ) було застосовано принцип системності, при якому:

– всі елементи програми є структурно пов’язаними між собою та утворюють в своєму єднанні єдине ціле, забезпечуючи тим самим функціонування системи, яке направлено на досягнення певної цілі;

– елементи програми є підсистемами більш низького порядку, ієрархічно вбудованими в загальну систему програми;

– система здатна до функціонування при зменшенні ефективності функціонування окремих її підсистем;

– наявність системних властивостей і можливостей, які не притаманні окремим елементам системи;

– існує можливість розвитку підсистем програми та всієї програми в цілому [27].

Також при розробці комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя було враховано наступні принципи:

а) принцип простоти;

б) принцип гнучкості;

в) принцип надійності;

г) принцип зворотного зв’язку [21; 22].

КПРАВ розроблена як програма психологічної допомоги та психологічної підтримки військовослужбовців в умовах професійного перенавчання з урахуванням коротких строків, відведених на оволодіння знаннями, вміннями, навичками, компетенціями нової професії, при високої інтенсивності теоретичних та виробничих занять в процесі перенавчання.

Одним з видів психологічної допомоги можливо вважати психодіагностику, тобто визначення об’єктивних психологічних даних.

Психодіагностика важлива для самооцінки, самоконтролю, прогнозування результатів. Ще одним видом психологічної допомоги є психологічна корекція, під визначенням якої розуміють організований вплив на індивіда для зміни його психологічних показників до очікуваних результатів (згідно з віковими нормами).

Психологічне консультування – ще один з видів психологічної допомоги психічно нормальній людині в здобутку бажаної мети розвитку.

Психотерапія, як вид психологічної допомоги, спрямована на позбавлення людини від різних емоційних, особистісних, соціальних проблем за рахунок активного впливу на особистість з метою відновлення її психічної реальності.

Завдяки психотерапевтичній допомозі з'ясовуються та піддаються корекції в сторону зниження або зникнення свідомі і несвідомі хворобливі переживання людини, що потребувала такої допомоги [2; 3].

При розробці системи заходів з розвитку адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання ми використовували прийоми психокорекційного розвивального тренінгу як методу соціально-психологічного навчання, проведеного на груповому рівні для надання допомоги психічно здоровим людям, як активного і тактовного втручання в процеси особистісного розвитку особистості для покращення когнітивних чинників адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

Розробка КПРАВ проводилась з урахуванням взаємозв’язків, визначених по результатам аналізу зв’язків показників когнітивних властивостей з рівнем адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання.

Так, за результатами факторного аналізу, проведеного для чинників, які за попередньо проведеним кореляційним аналізом мають статистично значимі зв’язки з адаптивністю військовослужбовців при професійному перенавчанні, виділено п’ять об’єднаних факторів.

У підсумку ці фактори описують 66,89% аналізу вибірки всіх когнітивних чинників, що мають вплив на рівень адаптивності.

Цими факторами є метакогнітивний фактор, фактор цілеспрямованості та самостійності, фактор традицій і добропорядності, фактор влади, фактор творчості.

За результатами кореляційного аналізу найбільш вагомими виявились кореляційні зв’язки між показниками адаптивності та рівнями критичного мислення, загального інтелекту, самостійності, самостійності в поведінці. За результатами кластерного аналізу було розроблено типологію військовослужбовців в умовах професійного перенавчання в залежності від рівнів їх показників адаптивності, рівнів загального інтелекту, критичного мислення, рівня самостійності в поведінці, гедонізму та універсалізму в поведінці.

Ця типологія включає чотири типи військовослужбовців:

– самостійний (самостійний гедоніст) має середній рівень показника особистісного адаптивного потенціалу, вище середнього – рівень інтегрального показника адаптації, середній рівень IQ та критичного мислення і дуже високий рівень особистих цінностей «самостійність», «гедонізм», «самостійність у поведінці», високий рівень показника особистої цінності «універсалізм»;

– успішний (успішний мислитель) характеризується зв’язком високих рівнів адаптивного потенціалу та інтегрованого показника адаптивності з високими рівнями IQ і критичного мислення, досить високим рівнем показника «самостійність», середнім рівнем показників «гедонізм», «універсалізм», «самостійність у поведінці»;

– респондент, що важко адаптується, характеризується низьким значенням рівня адаптаційного потенціалу, середнім, але одним з найменших серед досліджуваних груп показників інтегрованої адаптивності, низькими значеннями IQ, критичного мислення, особистих цінностей «самостійність», «універсалізм», «самостійність в поведінці», середнім значенням показника «гедонізм»;

– респондент з високим розумінням інших, який має середній рівень адаптаційного потенціалу та показника інтегрованої адаптивності, середній рівень IQ, досить низьке значення критичного мислення, високе значення показника «універсалізм», середнє значення показників «самостійність, «самостійність в поведінці», низьке значенням показника «гедонізм».

Визначено критерії відбору з досліджуваних соціально-психологічних чинників адаптивності таких, які можливо задіяти у вправах психологічного тренінгу комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні.

Такими критеріями є наступні:

– наявність найбільших статистично значимих кореляційних зав’язків з рівнем адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні;

– можливість впливу на їх рівень за досить обмежений час психологічного тренінгу;

– можливість корекції рівня когнітивної властивості без втрати при цьому особистісної цілісності та можливостей саморозвитку і самовдосконалення;

– присутність когнітивного чинника, що обирається для програми, у складі об’єднаного фактору впливу на адаптивність.

Для формувального впливу на рівень адаптивності у КПРАВ включено соціально-психологічні чинники: «критичне мислення», особисті цінності «самостійність» та «самостійність в діяльності», «творче мислення» за наступними властивостями:

– дані чинники мали найбільш міцні кореляційні зв’язки з адаптивністю безробітних при короткостроковому професійному перенавчанні. Міцні кореляційні зв’язки мають когнітивні чинники: рівень інтелекту, критичне мислення, особиста цінність «самостійність», особиста цінність «самостійність в поведінці». Проте інтелект хоча і має високий рівень статистично значимих зав’язків з адаптивністю військовослужбовців, але потребує часу навчання, щоб мати змогу впливати на його рівень позитивно, тому цей чинник не включено до корегування у психологічному тренінгу;

– здатність мислити критично, особисті цінності «самостійність в поведінці (діяльності)» та «самостійність» вдалося покращити за час проведення психологічного розвивального тренінгу, тим самим підвищивши адаптивність військовослужбовців в умовах професійного перенавчанні, що призвело до покращення якості професійного навчання;

– творче мислення є відособленим фактором впливу на адаптивність військовослужбовців, рівень якого можливо покращати за допомогою психологічного тренінгу без втрати особистісної цілісності, можливостей саморозвитку і самовдосконалення.

Таким чином, критичне мислення, особисті цінності «самостійність» та «самостійність в поведінці», творче мислення визначено чинниками, які можливо використати у комплексній програмі розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

Загальна схема етапів КПРАВ складається з наступних етапів:

– констатувальний етап;

– формувальний етап;

– констатувальний етап другого порядку.

Мета констатувального етапу – визначення показників адаптивності та когнітивних властивостей респондентів контрольної та експриментальної груп до початку основного (формувального) етапу комплексної программи.

Згідно з метою завданням констатувального етапу було встановлення існуючих на момент експерименту характеристик адаптивності та показників когнітивних властивостей у контрольній та експериментальній групах.

Показники контрольної групи було використано як еталонні при оцінюванні ефективності формувального впливу на адаптивність військовослужбовців експериментальної групи після закінчення формувального етапу екперименту.

Діагностичний інструментарій оцінки адаптивності військовослужбовців при професійному перенавчанні було обрано за результатами теоретичного дослідження зв’язків когнітивних властивостей особистості та її адаптивності.

До діагностичного інструментарію ввійшли: багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова і С. Чермяніна, методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонд для дослідження адаптивності та її складових, «Ціннісний опитувальник» Ш. Шварца (адаптація В. Карандашова), тест творчого мислення П. Торенса (фігурна форма), тест критичного мислення Л. Старки.

Діагностичний інструментарій було використано також на констатувальному етапі другого порядку комплексної програми після формувального етапу.

Мета формувального етапу у межах КПРАВ – розвиток адаптивності військовослужбовців експериментальної групи в умовах професійного перенавчання.

Завдання формувального етапу – здійснення корегуючого впливу на когнітивні спроможності експериментальної групи з кінцевою метою підвищення їх адаптивності.

Тобто, зміст формувального етапу – проведення психологічного розвивального тренінгу підвищення адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання.

Мета констатувального етапу другого порядку – визначити ступінь ефективності тренінгової роботи.

Завдання констатувального етапу другого порядку – оцінити вплив проведеного формувального етапу на адаптивність військовослужбовців в умовах професійного перенавчання та визначити перспективи подальшої роботи з учасниками програми.

До загальної схеми етапів КПРАВ входять наступні складові:

– діагностика адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання - первинне оцінювання рівнів адаптаційного потенціалу та показника інтегрованої адаптації (констатувальний етап);

– психологічний розвивальний тренінг підвищення адаптивності військовослужбовців при професійному перенавчанні (формувальний етап);

– оцінювання ефективності психологічного розвивального тренінгу (констатувальний етап другого порядку); за результатами цього етапу визначаються також напрямки подальшої роботи з окремими військовослужбовцями або групою військовослужбовців в умовах професійного перенавчання.

Викладені методологічні засади і результати розробки схеми КПРАВ враховано при складанні розвивальної тренінгової програми підвищення адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

**3.2. Принципи та модель розвивальної тренінгової програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні**

В даному підрозділі розглянуто принципи організації та проведення психологічного розвивального тренінгу, розроблено теоретичну модель тренінгу з розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні, проаналізовано значення вправ психологічного розвивального тренінгу для різних типів військовослужбовців.

З метою розвитку адаптивності військовослужбовців в умовах професійного перенавчання при розробці КПРАВ було використано прийоми психокорекційного розвивального тренінгу як методу соціально-психологічного навчання, проведеного на груповому рівні для надання допомоги психічно здоровим людям, як методу розвитку психологічних властивостей, як засобу перепрограмування моделей управління поведінкою та діяльністю, вже існуючих у військовослужбовців, які приймали участь у формувальному експерименті [25].

Психокоррекційний розвивальних тренінг було розроблено, спираючись на підходи Г. Пріба, В. Дорожкіна, К. Мілютіної та ін.

К. Мілютіна визначає тренінгову групу як модель соціальних стосунків, мініатюрне суспільство, у якому відбувається відверте й безпечне спілкування. Саме така модель дає можливість розробляти, перевіряти, аналізувати власні стратегії та отримувати відверту інформацію щодо себе, аналізувати своє віддзеркалювання у соціальній групі.

Психокорекційний тренінг дозволяє здійснювати навчальний, корекційний, розвивальний психологічний вплив на особистість і групу.

В процесі тренінгу учасник має можливість співвідносити навчальну інформацію з реальною дійсністю завдяки цілеспрямованій організації вправ тренінгу, при якій навчальний компонент здійснює вплив на поведінку і діяльність учасника через систему умінь, навичок, набутий досвід, що сприяє найкращому засвоєнню професійних знань.

При взаємодії всередині групи та між групами учасників тренінгу відбувається також цілеспрямований корегуючий вплив на їх психологічні структури та соціальні установки з метою їх покращення згідно задач тренінгу.

Розвивальний вплив психологічного тренінгу проявляється в тому, що його учасники в процесі виконання вправ тренінгу мають можливість оцінювати свої можливості та обмеження, їх зміни, що сприяє в подальшому усвідомленому розвитку можливостей та нівелюванню впливу обмежень.

При проєктуванні та впровадженні розвивального тренінгу дотримано наступних принципів, тобто основних положень, норм і провідних ідей в організації та проведенні тренінгової програми:

 а) принцип системності, при якому будь яке психічне явище розглядається як система, що є чимось більшим, ніж сума своїх елементів; у системи є своя структура, а властивості елементів системи визначаються їх місцями в структурі;

б) принцип створення середовища спілкування, що відповідає професійним вимогам спеціальності, яку обрав та якою оволодіває військовослужбовець, що дозволяє поєднати психологічно-корекційну та педагогічну складові при проведенні виробничого навчання; дотримання цього принципу спряє підвищенню мотивації учасників тренінгу до оволодіння його метою;

в) принцип врахування індивідуальних особливостей, в тому числі різних рівнів фізіологічних, біоенергетичних, психічних, соціально-психологічних, поведінкових властивостей військовослужбовців при корекції когнітивних чинників адаптивності;

г) принцип поступового збільшення складності тренінгових завдань по покращенню адаптивних можливостей [18];

д) принцип активності, дослідницької та творчої позиції учасника, що передбачає відсутність можливості пасивного «відсиджування» та активну участь кожного учасника у вправах тренінгу; в процесі якого учасники групи виявляють психологічні закономірності, досліджують особистісні ресурси, відкривають нові для себе ідеї;

е) принцип суб’єкт – суб’єктного (партнерського) спілкування, при втіленні якого кожен учасник тренінгу з повагою відноситься до цінностей, поглядів, переконань, переживань, висновків, оцінок інших учасників, використовуючи тактовне та гумористичне оспорювання різних точок зору; дотримування цього принципу створює в групі атмосферу безпеки, довіри, відкритості, що дозволяє її учасникам експериментувати зі своєю поведінкою, діяльністю, не соромлячись помилок;

є) принцип гендерно-орієнтованого підходу до організації тренінгових занять, при якому забезпечуються рівні можливості щодо дотримання прав у особистісно-професійному розвитку незалежно від статевої приналежності та не допускається використання практик гендерної дискримінації учасників тренінгу;

ж) принцип зворотного зв’язку з метою рефлексії, оцінювання виконання тренінгової програми; дотримання цього принципу сприяє також збільшенню щирості і відкритості між учасниками групи, тобто він сприяє не лише самоусвідомлення, але є також механізмом міжособистісних взаємовідносин у групі;

з) принцип доступності, зручності методів, вправ для учасників тренінгу з підвищення чинників адаптивності в ході організації тренінгової програми;

и) принцип висловлювання думок, відчуттів від імені власного «Я»; це стимулює процеси самопізнання, самоаналізу та рефлексії, привчає особистість брати відповідальність на себе і приймати себе такою, якою особистість є;

і) принцип співпраці з педагогічними працівниками, які проводять професійне навчання військовослужбовців.

При розробці програми тренінгу враховано також наступні положення:

– тренінгову програму розроблено з урахуванням коротких строків професійного перенавчання;

– адаптування вправ тренінгу під теми програми виробничого навчання;

– легкість впровадження вправ тренінгу у виробничо-навчальний процес;

– економічність тренінгової програми;

– відносна простота тренінгової програми.

Розглянемо докладніше вищезазначені положення.

1. Термін проведення програми тренінгових занять є прив’язаним до строків навчання новій професії військовослужбовцями, які в середньому складають 4-5 місяців, з яких близько місяця займає виробнича практика за межами навчального закладу – на підприємствах.

Програма теоретичного і виробничого навчання військовослужбовців є досить напруженою. Кожного дня військовослужбовці при короткостроковому професійному перенавчанні займаються по 3-4 пари.

Бажано провести розвивальний тренінг в перший місяць або в перші півтора місяця навчань, щоб його результати могли позитивно вплинути на кінцевий результат професійної підготовки військовослужбовців.

2. Адаптування вправ тренінгу під вправи програми виробничого навчання по кожній професії дає можливість підвищити ефективність тренінгу через те, що:

– це дає можливість не проводити тренінг у додатковий час на 5-4 парі (навчальний заклад не має можливості скоротити основну навчальну програму на час, який займає курс тренінгу);

– є можливість проводити тренінг як заняття бінарного навчання разом з педагогічним робітником центру професійно-технічної освіти (ЦПТО), наприклад з майстром виробничого навчання під час занять виробничого навчання (краще всього – під час вступного інструктажу по темі виробничого навчання на першій парі);

– позитивне ставлення як педагогічних робітників, так і військовослужбовців, що перенавчаються, до тем тренінгу, тому що вправи тренінгу адаптовані під специфіку професії та сприяють кращому й більш швидкому оволодінню темою занять професійного навчання (але адаптування прав тренінгу під тематику виробничих занять потребує додаткового часу для спільної підготовки тренера-психолога і педагогічного працівника ЦПТО до теми заняття);

– мотивація військовослужбовців на оволодіння професією розповсюджується і на теми розвивального тренінгу.

Вимоги до тренінгу з урахуванням особливостей його проведення у закладі професійно-технічної освіти:

1. вправи розвивального тренінгу повинні бути побудовані таким чином, щоб їх можливо було досить легко адаптувати під теми навчального процесу і впровадити в цей процес;

2. проведення курсу розвивального тренінгу не повинно бути затратним для навчального закладу;

3. програма розвивального тренінгу повинна бути розроблена таким чином, щоб її могли освоїти як штатні психологи центрів професійно-технічної освіти, так і зрозуміти її положення викладачі та майстри виробничого навчання.

Розробка тренінгової програми відбувалась відповідно до мети тренінгу: розвиток рівня адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні. ЇЇ досягнення здійснювалось через виконання завдань як констатувальних етапів КПРАВ, так і завдань формувального етапу.

Цими завданнями були наступні:

1. оцінка початкового рівня адаптивності учасників, визначення типу військовослужбовців згідно рівня показників адаптивності та когнітивних властивостей;

2. розширення знань про соціально-психологічну адаптивність та її когнітивні чинники;

3. розвинення умінь та навичок, пов’язаних з розвитком критичного мислення (як когнітивного чинника адаптивності) з урахуванням типології військовослужбовців за рівнями показників адаптивності і когнітивних властивостей;

4. розвиток навичок, пов’язаних з покращенням показників особистих цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці» як когнітивних чинників адаптивності з урахуванням типології військовослужбовців за рівнями показників адаптивності і когнітивних властивостей;

5. розвиток навичок і вмінь, пов’язаних із творчим мисленням як чинником адаптивності;

6. сприяння формуванню в учасників компетентностей критичного мислення, творчого мислення, навичок до самостійної діяльності як важливих соціально-психологічних чинників зростання адаптивності при короткостроковому професійному перенавчанні;

7. формування індивідуального комплексу прийомів та способів покращення адаптивності особистості при короткостроковому професійному перенавчанні для кожного учасника тренінгу з метою можливості індивідуального використання його після закінчення тренінгу;

8. оцінка ефективності тренінгу.

До складу тренінгу входять: міні-лекції, вправи на налагодження міжособистісних контактів, вправи, що визначають правила організації роботи учасників тренінгу, вправи на розвиток та вдосконалення тих когнітивних властивостей, які необхідні для покращення адаптивності, рухові вправи та вправи для зменшення внутрішньої напруги.

При проведенні тренінгу використовувались: презентація, друковані матеріали, проектор, екран, комп’ютер, фліп-чарт, письмові приналежності для нотатків, олівці, цвітні маркери.

 Основні завдання програми психологічного тренінга, включають в себе навчальні та розвивально-корекційні функції , які здійснюються через:

– проведення розвивальних занять з метою підвищення критичного мислення, творчого мислення, особистісних цінностей: «самостійність» (в думках, як ідеалу), «самостійність в поведінці» (самостійності в профілі особистості - в поведінці, діяльності учасників);

– підвищення рівня впевненості в собі, саморозвитку та самовдосконалення; рефлексії, задоволення від самостійної та дослідницької діяльності;

– розвиток групової діяльності, плідного міжособистісного спілкування.

Згідно методиці проведення психологічного тренінгу визначається розподіл видів діяльності на функціональні етапи: на вступну, основну та заключну частини.

У вступну частину тренінгу включені вітання, презентації членів групи, роз’яснення сутності і цілей тренінгу, активація отриманих раніше знань.

Функціонально вступна частина несе такі навантаження: знайомство, визначення мети та завдань тренінгу, позначення правил індивідуальної і спільної роботи, створення довірчої обстановки; визначення мотивацій та очікувань учасників тренінгу, активація отриманого на попередніх заняттях досвіду.

Основна частина тренінгу складається з визначення напрямків та проведення вправ з особистісного розвитку, самодіагностики, самоаналізу; засвоєння вмінь.

Заключна частина містить в собі резюмування результатів роботи, рефлексію, використання релаксаційних вправ, завершення заняття.

Тренінг розроблено на основі теоретичної моделі що була визначена на основі результатів збору та аналізу емпіричних даних.

Як було вказано вище, виконання завдань програми розвиваючого тренінгу було організовано з урахуванням типології військовослужбовців по рівням показників адаптивності в залежності від когнітивних властивостей.

При роботі з самостійним типом військовослужбовців для підвищення показників адаптивності необхідно, в першу чергу, приділяти увагу вправам на розвиток критичного мислення.

Для військовослужбовця, який відноситься до типу успішного (успішного мислителя), покращення показників адаптивності, які вже є достатньо високими, можливе за рахунок корегуючого впливу на рівень показників «самостійність», «самостійність у поведінці», «критичне мисленняі» з метою підвищення їхніх значень.

Для типу військовослужбовців, що важко адаптується, для покращення показників адаптивності особливо важливим буде використання всіх вправ програми розвивального тренінгу, а, в першу чергу, – вправ на розвиток критичного мислення, особистісних цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці».

Також військовослужбовець з високим розумінням інших може підвищити значення показників особистого адаптивного потенціалу та інтегрального показника адаптивності за рахунок вправ, спрямованих на підвищення показника критичного мислення, показників особистісних цінностей «самостійність», «самостійність в поведінці».

Найбільшої уваги при проведенні розвивального тренінгу підвищення адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні потребують військовослужбовці, які відносяться до типу військовослужбовця, що важко адаптується, та військовослужбовця з високим розумінням інших, тому що ці групи військовослужбовців мають доволі невисокі показники адаптивності у порівнянні з військовослужбовцями самостійного типу та успішними військовослужбовцями.

**3.3. Зміст комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні та оцінка її ефективності**

Програма тренінгу складається з 9 занять по 2 академічні години (90 хвилин кожне).

 Заняття проводились два рази раз на тиждень.

Форма роботи - групові заняття.

Перше тренінгове заняття: «Цілі тренінгу. Наша група. Новий погляд на себе».

Вступна частина тренінгового заняття.

Мета заняття: знайомство групи з тренером програми, знайомство тренера з учасниками тренінгу, дослідження очікувань учасників тренінга, кола їх інтересів; визначення мети та завдання тренінгу, стимулювання творчої роботи, розвиток відносин співдопомоги та партнерства, освоєння активного стилю спілкування; визначення формату роботи, тривалості роботи та перерв, засвоєння правил і норм роботи під час тренінгу, визначення правил групової роботи.

У вступному слові до групи тренер представляє себе, тему розвивального тренінгу, повідомляє про основне завдання тренінгу – збагачення кожного учасника засобами й методами дослідницького та творчого мислення, підвищення самостійності та оптимального спілкування і ефективної міжособистісної взаємодії.

Основна частина заняття.

Перша вправа. Тренер пропонує кожному учаснику тренінгу записати свої думки щодо трьох питань: що я знаю по темі тренінгу, що я хочу дізнатись, що я дізнався. Відповіді на останнє питання формуються в кінці тренінгового заняття.

Після представлення теми розвиваючого тренінгу, тренер проводить 20-ти хвилинну міні-лекцію, в якій знайомить учасників групи з поняттям феномену адаптивності, сутністю критичного мислення, творчого мислення, таких особистісних цінностей, як «самостійність», «самостійність в поведінці», їх впливом на рівень адаптивності при оволодінні новою професією.

Міні-лекцію супроводжує мультимедійна презентація «Над чим ми сьогодні будемо працювати».

Також учасникам групи роздаються роздруковані матеріали по темі міні-лекції.

Мета: розширити знання про зв’язки адаптивності і когнітивних властивостей.

Друга права. Вступна презентація кожного члена групи («Мене звати... Я працював… Найбільше мені подобається…»).

Мета: розкриття кола інтересів, очікувань учасників тренінгу.

Третя вправа. Групове обговорення: «Як ми організуємо свою роботу?».

Мета: визначення основних принципів роботи під час занять, їх обговорення, доповнення по результатам обговорення.

Четверта вправа. «Мозковий штурм»: «Встановлення правил групової роботи під час бінарних занять»

Мета: освоєння активного стилю спілкування, визначення організаційних питань, тривалості роботи, кількості перерв, організація оптимального спілкування і ефективної міжособистісної взаємодії учасників.

Заключна частина заняття. В кінці заняття тренер дає можливість кожному учаснику записати свої відповіді на третє питання (що я дізнався) та пропонує учасникам коротко обсудити відповіді кожного, побажати всім того, що на думку учасника буде найціннішим для кожного з учасників тренінгу по закінченню програми.

Подальші заняття програми розвивального тренінгу проводились з групами в режимі бінарних занять разом з майстрами виробничого навчання, або з викладачам професійних теоретичних дисциплін під час виконання загальної навчальної програми ЦПТО за спеціальностями.

Друге тренінгове заняття: «Перехід на іншу сторону».

 Вступна частина тренінгового заняття.

Мета: вироблення вмінь об’єктивно сприймати інформацію; розвиток самокритичності, самостійності та гнучкості мислення, відпрацювання навичок аналізу та синтезу.

Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?». Заповнення учасниками відповідей на питанням: що я знаю по темі заняття, що я хочу взнати.

Основна частина тренінгового заняття: Міні-лекція на 10 хвилин по операціям аналізу і синтезу, розвитку навичок аналізувати інформацію.

 Перша вправа «Перехід на іншу сторону»

Тренер пропонує кожному з учасників висловити якесь своє тверде переконання, пов’язане з обраною професійною діяльністю. Тренер коротко записує всі переконання учасників на дошці. А далі по черзі кожен з учасників формулює переконання, протилежне тому, що він висказав, і намагається знайти і висловити докази, що зможуть підтвердити це протилежне висловлювання.

Головне в завданні - навчитись зважено сприймати інформацію, яка протилежна особистим переконанням та стереотипам, навчитись її аналізувати, знаходити слабкі сторони у своєму першому висловленому переконанні.

Підсумки вправи. Тренер пропонує кожному учаснику відповісти на запитання: чи змінилось його ставлення до висловленого на початку заняття переконання? Чи допоможе це йому сприймати в подальшому чужу точку зору, що не співпадає з його особистою?

Друга вправа «Шкідливі поради». Група розділяється на дві підгрупи. Тренер разом з майстром виробничого навчання дають учасникам кожної підгрупи запис технології якогось процесу по темі виробничого заняття та пропонують записати учасникам кожної групи, які помилки можливо зробити на кожному етапі технологічного процесу.

По закінченні вправи кожна група зачитує свій варіант помилок, співвідносить якість і кількість помилок, учасники діляться думками: чи допомагає бачення чужих та своїх помилок краще зрозуміти суть технологічного процесу?

Заключна частина заняття: учасники записують відповіді на питання: «Що я дізнався?» та діляться враженнями щодо ефективності проведеного заняття.

Третє тренінгове заняття: «Структурування інформації».

Вступна частина тренінгового заняття.

Мета: структурування інформаційних потоків, розробка навичок оцінювання інформації, її аргументації, вміння логічно мислити. Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття: Тренер проводить міні-лекцію, в якій роз’яснює слухачам, що існує нейтральна інформація та інформація, яка подається суб’єкту-приймачу інформації для переконання. Нейтральна констатує факти. Переконуюча інформація подає факти з викладенням переконань, наприклад, що наведені інформаційні факти є корисним чи шкідливими для людини, ворожими до приймача інформації чи дружніми і т.п., тобто зв’язані з якимось явищем чи ознакою. Останній тип інформації має такі складові: тезис, посил та висновок. Тезис – сформульоване ствердження, посил – доводи на користь ствердження. Висновок – логічний ланцюжок із аргументів, підсумок, який підтверджує тезис.

Завдання учасника – навчитися знаходити в інформаційному повідомлені (статті, відео, аудіо повідомленні) переконуючі складові та перевіряти ступінь достовірності фактів: наявність в посилі свідоцтв про джерела надходження, посилання на дослідження і висновки спеціалістів, вчених, практичних експертів і т.д.

Перша вправа. Тренер пропонує групі оцінити кілька інформаційних повідомлень на нейтральність та на переконаність.

Приклад першої вправи: оцінити наступне повідомлення на нейтральність та переконливість:

а) самостійність – одна з особистісних цінностей;

б) самостійність – позитивна цінність, тому що сприяє більш швидкому і якісному засвоєнню професійного та іншого соціального досвіду, дає впевненість у своїх силах, сприяє самоактуалізації особистості; самостійна робота – невід’ємна частина навчання будь яким знанням, напрацювання вмінь, навичок;

в) самостійність – неоднозначна особистісна цінність, що може привести до віддаленості від колективу, надмірної самовпевненості, бундючності, нехтування авторитету керівника, неприймання критики, нечутливості до чужої думки.

Тренер звертається до учасників: Проаналізуйте посили інформації а), б), в).

Поділіться своєю думкою про нейтральність кожного з інформаційних повідомлень, ступінь достовірності фактів в цих інформаційних повідомленнях. Які висновки можливо зробити після обговорення посилів інформаційних повідомлень? Кожен учасник висказує свою точку зору.

Разом з тренером група розбирає аргументи оцінювання інформації. Для роботи пропонується декілька прикладів для напрацювання кожним учасником тренінгу навичок до оцінювання достовірності інформаційних потоків, вагомості джерел інформації.

Друга вправа: «Брехня і правда». Група розбивається на дві підгрупи. Кожна група записує чотири ствердження по виробничій тематиці професійного навчання. Три факти повинні бути правдою, а один - ні. Завдання учасників підгрупи – вказати, яке зі стверджень представника протилежної підгрупи є неправдивим та обґрунтувати своє рішення.

Мета вправи: розвиток логіки, здорового скептицизму. аргументації.

Заключна частина заняття. Рефлексивний аналіз: «Мої думки про тренінг»: «Якою мірою тренінг задовольнив мої очікування?»; «Що найбільше сподобалось (не сподобалось) в тренінгу?» – учасники діляться враженнями про набуті знання щодо структурування та аналізу інформації.

Четверте тренінгове заняття: «Виявлення когнітивних упереджень».

Вступна частина тренінгового заняття

Мета: знаходити помилки мислення та вчитись уникати їх, стимулювати учасників групи до контрольованої обробки інформації замість автоматичного її прийняття. Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття. Тренер в міні-лекції пояснює слухачам, що когнітивні упередження (когнітивні ілюзії) – це систематичні помилки мислення, шаблонні відхилення у судженнях, коли мозок неправильно інтерпретує реальність, що може супроводжуватись невірними (можливо, нелогічними) висновками про ситуації, події або людей.

Наприклад, люди схильні шукати підтвердження своїм переконанням та ігнорувати аргументи проти них.

Кожна людина піддається когнітивним упередженням [34]. Приклади:

– ефект якоря (ефект «прив'язки» – когнітивне упередження, при якому індивід зосереджується на першій доступної інформації, робить її точкою відліку та оцінки);

– стадний ефект (індивідуальні дії осіб повторюють дії соціальної групи незалежно від власних переконань, які ігноруються, або трансформуються);

– ефект страуса (ігнорується інформація, яка здатна викликати психологічний дискомфорт);

– ефект плацебо (ефект психологічних або фізичних змін, які відбуваються з індивідом під дією препарату «плацебо» (пустушки), який людина вважає таким, що має можливість впливати на її стан;

– схильність вважати нову інформацію важливішою, ніж старі дані;

– пастка планування часу (завжди запізнюватися) і т.д.

Перша вправа: Група розбивається на підгрупи по 3 учасника. Тренер пропонує підгрупам знайти приклади до когнітивного упередження «Ілюзія правди» (часте повторення брехні робить обман правдоподібним; істина схожа на відчуття чогось знайомого; впізнаване здається правдивим).

Мета вправи: пошук прикладів до визначеного когнітивного упередження.

Друга вправа. Тренер показує групі додатковий приклад, близький по темі до когнітивних упереджень, який може мати практичну цінність для слухачів: нечіткий текст або малюнок.

Тренер пропонує проаналізувати побачене. По закінченні аналізу тренер пояснює, що когнітивне напруження мобілізує аналітичні властивості особистості, і людина скоріше почне аналізувати зображення або текст, які є нечіткими або неповними; мета вправи полягала в тому. щоб це продемонструвати.

Третя вправа. Учасники розбиваються на підгрупи по три–чотири слухача. Кожна з груп самостійно знаходить та записує свій список когнітивних упереджень (можливо користуватися інтернетом).

Потім списки зачитуються та обговорюються з метою стимулювати учасників групи до свідомої обробки інформації.

Мета вправи: розвиток вмінь знаходити когнітивні упередження.

Головне завдання основної частини тренінгу: навчитись слухачам розпізнавати помилки мислення в своїй діяльності та у спілкуванні.

Заключна частина заняття. Кожна з підгруп зачитує свій перелік когнітивних упереджень та всі разом проводять аналіз того, як можливо розпізнавати когнітивні упередження.

П’яте тренінгове заняття: «Рефлексія»

Вступна частина тренінгового заняття.

Мета: розвити здібність до аналізу власного мислення та особистих дій, самокритичності, раціональності прийняття рішень.

Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття.

 Перша вправа «Погляд назад». Тренер пропонує слухачам проаналізувати ключові події минулого тижня, їх значення для учасників. Кожен учасник може задати собі такі питання і записати свої відповіді на них: Що було зроблено мною у професійному навчанні за тиждень вірного і чому? Що я зробив невірно і чому? Що вплинуло на моє рішення? Що я буду робити, якщо подібна ситуація відбудеться ще раз?

Після записування відповідей, кожен з учасників ділиться своїми проблемами, проводиться групове обговорення проблем кожного учасника. Головне в завданні: привчити учасника регулярно аналізувати причини своїх вчинків, свою внутрішню аргументацію до їх виникнення, їх наслідки, корегувати свої дії, поведінку (можливо, за допомогою порад, отриманих при обговоренні).

Друга вправа «Дзеркало у дзеркалі» (самостійна розробка). Тренер пояснює, що далі по ходу заняття буде самостійна творча робота в підгрупах по чотири учасника в кожній.

Після формування підгруп тренер пропонує кожному з учасників групи записати своє бачення, хто з його підгрупи найкраще підходить для виконання функцій:

– керівника;

– генератора ідей;

– неупередженого критика-аналізатора відповідності ідей цілям майбутньої роботи;

– майстра – найкращого втілювача ідей у практику (відповідального виконавця).

Також пропонується кожній підгрупі розподілити вищезазначені функції поміж учасників інших підгруп. Після оприлюднення висновків кожного з учасників тренінгу та кожної підгрупи по тому, як вони бачать один одного з точки зору виконання професійних функцій, тренер пропонує кожному з учасників проаналізувати, як його особисте бачення самого себе та його оцінка колег по навчанню співпадає з думками інших.

Головне в завданні: навчитись аналізувати своє «відображення» в думках інших, співвідносити його с особистими уявленнями про себе та інших, реально оцінювати своє положення в малій соціальній групі.

Заключна частина заняття. Учасники групи проводять аналіз того, чому їх навчили вправи тренінгового заняття.

Шосте тренінгове заняття: «Самостійність».

 Вступна частина тренінгового заняття.

 Мета: розвити самостійність, діяльну активність слухачів, вміння аргументовано пояснювати та відстоювати свої рішення. Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття.

 Перша вправа «Робота моєї мрії». Тренер дає самостійні завдання слухачам по їх професійній діяльності: описати вироби чи послугу, які слухач вважає найкращими для тих компетенцій, яким він навчається, розробити план дій по реалізації цих найкращих професійних рішень, обґрунтувати критерії досягнення цілі і шляхи її досягнення.

Приклад вправи для групи слухачів по професії «електромонтажник»: Тренер пропонує кожному з учасників зробити ескіз (схему) будинку своєї мрії.

Після того, як схеми намальовані, тренер пропонує слухачам розробити схему електропостачання і розводки електропроводки, які б забезпечували функціонування будинку мрії.

 Описати критерії за вибором електропостачання та розводки електропроводки.

Приклади критеріїв:

- по економічності придбання (виготовлення) обладнання і монтажу; - по економічності експлуатації;

- по легкості обслуговування;

- по надійності користування;

- по автономності;

- по можливості змінювати джерело надходження енергії;

- по захищеності;

- по можливості модернізацій, збільшення потужності і т.д.

На заключному етапі тренер пропонує кожному учаснику обґрунтувати вибір розробленої схеми.

Головне в завданні: розвиток в учасника тренінгу сприйняття самостійності як цінності та як дуже корисного практичного вміння, розвиток здатності получати задоволення від самостійної розробки та практичного втілення в життя своєї професійної мрії.

Розслаблююча вправа «Жираф». Опис: закрити очі, розслабитись, повільно кілька раз повернути голову наліво–направо. Підняти і опустити кілька раз плечі. Представити себе жирафом з шиєю, яка стає довгою–довгою та при цьому дуже розслабленою.

Друга вправа на самостійність «Я – майстер». Кожному учаснику пропонується представити себе майстром виробничого навчання і розробити перевірочну практичну роботу для групи по пройденій темі виробничого навчання. Після зачитування кожної роботи учасники тренінгу обговорюють їх та вибирають ті, які з їх точки зору найбільш повно дають можливість перевірити практичні вміння по пройденій темі виробничого навчання. Головне в завданні: розвиток особистісної цінності «самостійність в поведінці».

Заключна частина заняття: Рефлексивний аналіз: «Чи получив я задоволення від свободи самостійних дій?», «Які навички я розвинув завдяки тренінговому заняттю? – учасники діляться враженнями про набуті знання і отримані враження.

Сьоме тренінгове заняття. «Шість капелюхів».

 Вступна частина тренінгового заняття.

 Мета: розвиток навичок осмислення своїх дій, творчого мислення та самостійності дій. Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття. Тренер в міні-лекції пояснює групі що, коли людина над чимось розмірковує, вона дуже часто намагається одночасно обґрунтувати свою точку зору, висунути нову ідею та розібратися в емоціях, що при цьому виникли. Це ускладнює можливість знаходження ефективного творчого рішення проблеми.

Метод розвитку навичок осмислення своїх дій, творчого мислення «Шість капелюхів», який розробив як систему організації мислення Едвард де Боно, пропонує виконувати одну розумову дію у певний відрізок часу.

Учасникам пропонується шість капелюхів для певних типів мислення: білий відповідає за збір об’єктивної інформації; червоний – за прислуговування до внутрішнього голосу, прояв емоцій, та інтуїції; жовтий – за пошук позитивних проявлень при вирішенні проблеми; чорний – за пошук недоліків; зелений – за генерування нових ідей, за творчість; синій – за підведення підсумків, аналіз усього процесу, формулювання висновків.

Синій капелюх віддається тому учаснику, який буде керівником творчого проекту з професійного напрямку. Коли перед групою з’являється зелений капелюх, учасниками тренінгу пропонуються ідеї вирішення проблем, коли жовтий та чорний капелюхи, учасники тренінга аналізують позитивні і негативні сторони ідей.

Синій капелюх керує процесам, послідовністю вибору капелюхів та прийняттям завершального рішення.

 Вправа. Тренер ставить перед групою складне творче виробниче завдання і пропонує його вирішити за допомогою методу «Шість капелюхів», вголос пояснюючи кожний етап процесу.

Для виконання кожного етапу завдання група обирає представників зі свого складу. Головне в завданні: структурування і осмислення своїх дій, формування вмінь до генерування нових ідей, самостійного знаходження творчих рішень, відходу від стереотипних рішень і підходів до розв’язання проблем.

Заключна частина тренінгового заняття. Учасники діляться думками: в кого на якому етапі найкраще виходило виконувати розумову дію, в якому не дуже виходило, на що потрібно звернути увагу для покращення розумових дій.

Восьме тренінгове заняття: «Метод сенкана».

Вступна частина тренінгового заняття.

Мета: розвиток навичок до розуміння структури знань про явище, суті своїх дій; вмінь відібрати головне із великого обсягу інформації; розвиток критичного та творчого мислення.

Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття. Тренер в міні-лекції пояснює, що сенкан – це форма короткого неримованого вірша, чимось схожого на японське хоку. Знайшла цю поетичної форму американська поетеса Аделаїда Крепсі. Вперше дидактичний «сенкан» (синквейн) з’явився у практиці загальноосвітньої та професійної школи в американській освітній системі у другій половині ХХ столітті.

Вправа. Група розбивається на підгрупи по три учасника в кожній. Завдання для кожної групи написати три сенкана, в кожному сенкані вмістити в дуже стислу форму (вірш з п’яти строк) знання, думки, асоціації стосовно якогось предмета, події, явища.

Правила написання: перший рядок: тема, одне слово – іменник.

Другий рядок: два прикметника, що описують тему.

Третій рядок: три дієслова, що описують дії, пов’язані з темою.

 Четвертий рядок: чотири слова (це може бути ціле речення), що розкриють розуміння слухачем сутності теми, відношення до теми.

П’ятий рядок: одне слово – підсумок, резюме.

Для наочності наводиться приклад: Сенкан про сутність самостійної дослідницької роботи: Дослідження. Теоретичне, емпіричне. Розробити, визначити, проаналізувати. Нові зв’язки характеристик явища.

Другий приклад складання сенкану для учасників групи, що навчаються по спеціальності електромонтажника, прив’язаний до теми уроку виробничого навчання «Захист мережі від короткого замикання та перегріву встановленням однофазного автоматичного вимикача»: Вимикач. Автоматичний, однофазний. Розмикає, відключає, захищає. Вимикач при короткому замиканні, перегріві. Безпека.

Тренер дає кожній підгрупі індивідуальні завдання і визначає час для написання сенканів. Завдання вправи: вмістити в стислу форму знання, думки, асоціації стосовно предмета, події, явища, що стосуються теми виробничого навчання.

Заключна частина тренінгового заняття. Учасники зачитують свої вірші та обговорюють: наскільки досконало кожен з учасників тренінгової групи втілив в сенкан розуміння структури знань про описуване явище, суть своїх дій, можливо доповнюють їх.

Приклади написання сенкану для учасників, що навчаються професії «кухар» (тема: «Вироби з прісного тіста») та «швачка» (тема: «Оформлення входу у кишеню»).

Дев’яте тренінгове заняття: «Метод структурного аналізу причинно-наслідкових зв'язків «фішбоун» (риб’яча кістка)».

Вступна частина тренінгового заняття.

 Мета: розвиток критичного мислення учасників у наочно-змістовній формі. Актуалізація отриманого на попередньому занятті тренінгу досвіду: «Які знання та уміння я виніс із попередньої зустрічі?».

Основна частина тренінгового заняття. Тренер у міні-лекції пояснює учасникам значення схеми «фішбоун», яку ще називають діаграмою Ісікави на честь японського дослідника критичного мислення, який розробив цей метод структурного аналізу причиннонаслідкових зв’язків [40]. В схемі голова риби – виявлена проблема, нижні реберця – факти, що підтверджують проблему, верхні реберця – причини виникнення фактів, хвіст – рішення проблеми (висновки з аналізу ситуації).

Вправа. Група розбивається на підгрупи по 3-4 учасника. Кожній підгрупі дається завдання використати структурний аналіз причинно-наслідкових зв'язків у наочно-змістовній формі «фішбоун» для вирішення запропонованої виробничої проблеми по спеціальності.

Наведемо приклад цієї вправи для учасників, що навчаються професії електромонтажника.

 Учасникам в підгрупі дається наступний перелік «неприємностей» з єлектропроводкою:

– вимикається джерело струму в будівлі,

– вибиває автоматичний вимикач мережі,

– перегрівається робочий провід електромережі.

Шляхом критичного мислення учасника пропонується визначити проблему, вказати факти, що підтверджують проблему, знайти причини виникнення проблеми, розробити програму вирішення проблеми, зробити висновки.

Вірне рішення буде таким: проблема – вимикається джерело струму в будівлі, факт, що це підтверджує – вибиває автоматичний вимикач мережі, причина – перегрівається робочий провід електромережі (це вихідна причина, а першопричина – це перевантаження потужності підключених до мережі електроприборів, що і викликає перегрів проводів).

Висновок: для усунення проблеми необхідно:

а) поміняти проводку на іншу – з більшою площею перерізу та поміняти автомат на інший – з більш високим показником струму відключення,

б) зменшити потужність одночасно підключених до мережі електроприборів або домогтись рівномірного підключення приборів до різних ліній мережі, щоби вирівняти навантаження на кожну з них.

Головне в цьому занятті – сформувати в учасника здатність за допомогою критичного мислення визначити проблему, проаналізувати факти, які підтверджують її наявність, визначити причини проблемного явища, знайти рішення проблеми.

Приклади використання структурного аналізу причинно-наслідкових зв'язків у наочно-змістовні формі «фішбоун» для учасників, що навчаються професії «кухар» (проблема: «Підгоріла смажена риба») та «швачка» (проблема: «Неякісна стрічка човникового стібка»).

Дев’яте тренінгове заняття є останнім в програмі тренінгів.

Мета заключної частини тренінгового заняття: визначитись з методиками, які на індивідуальному рівні найбільше підходять кожному з учасників тренінгу для розвитку його адаптивності.

Ця частина заняття присвячена відбору індивідуальних способів підвищення критичного, творчого мислення. самостійності для успішного поліпшення особистих адаптаційних можливостей при зміні соціальних обставин життя, зміні професійної діяльності.

Вправа: «Вільний мікрофон». Учасники проводять рефлексійний аналіз: «Чому я навчився на тренінгу?», «Які вправи з тренінгової програми найбільше підходять мені?» та дають оцінку ефективності тренінгу.

Учасники діляться своїми наборами вправ для підвищення критичного, творчого мислення, самостійності у діях і думках для підвищення адаптивності.

Завдання заключного етапу: визначитись з методиками, що на індивідуальному рівні найбільше підходять кожному з учасників тренінгу для поліпшення його адаптивності при короткостроковому професійному перенавчанні та обмінятися думками щодо ефективності тренінгу, своїми емоціями наприкінці тренінгу.

Оцінка ефективності розробленої комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні.

Проведене порівнювання характеристик адаптивності та її когнітивних чинників у контрольній і експериментальній групах до початку формувального етапу КПРАВ та після його проходження учасниками експериментальної групи для оцінки ефективності комплексної програми розвитку адаптивності військовослужбовців до умов цивільного життя при короткостроковому професійному перенавчанні.

До контрольної групи ввійшло 59 респондентів, до експериментальної групи 58 респондентів.

За час проведення групового розвивального тренінгу у контрольній групі при повторному тестуванні всі показники адаптивності та її когнітивних чинників за час проведення тренінгу майже не змінились.

Статистично значущих відмінностей у значениях показників ОАП, інтегрального показника адаптації, критичного, творчого мислення, особистісних цінностей «самостійність» та «самостійність в поведінці» за критерієм Манна-Уітні в контрольній групі не виявлено.

Згідно з показниками в експериментальній групі показники середніх значень особистого адаптивного потенціалу (ОАП), креативного мислення та особистої цінності «самостійність в поведінці» значно збільшилися та зазнали достовірних змін за критерієм Манна-Уітні.

Інтегральний показник адаптації, особистісна цінність «самостійність», творче мислення також збільшились, але за критерієм Манна-Уітні статистично значущі відмінності для цих показників відсутні.

Рівні змін до і після тренінгу показника адаптації ОАП, який зазнав достовірних змін за критерієм Манна-Уітні до і після тренінгу можливо визначити значне зменшення кількості осіб із низьким рівнем ОАП.

Низький рівень показника зменшився з 52,5% до 27,1%. Відповідно кількісно збільшилась група учасників з середнім рівнем ОАП з 33,9% до 50,3%, та група з високим показником ОАП з 13,5 % до 22 %.

Підсумовуючи результати аналізу ефективності КПРАВ, можливо визначити наступне.

Встановлено, що в контрольній групі рівні ОАП та інтегрального показника адаптації до формувального експерименту і після формувального експерименту не мають статистично значущої різниці.

Встановлено, що в експериментальній групі після формувального експерименту рівень особистого адаптивного потенціалу має статистично значущу різницю показників до проведення тренінгу та після нього. Ця різниця рівнів обумовлена впливом, що здійснив на особистий адаптивний потенціал формувальний експеримент (розвивальний тренінг з підвищення адаптивності військовослужбовців при короткостроковому професійному перенавчанні).

Розподіл учасників після проведення тренінгу показав, що переважна більшість військовослужбовців мають середній рівень особистого адаптивного потенціалу, а групи з високим і низькими його рівнями є значно меншими.

Кількість учасників з низькими значеннями показників адаптивності зменшилася після походження тренінгу, а кількість осіб із високим і середнім рівнем показників адаптивності збільшилась.

Інтегральний показник адаптації учасників КПРАВ по закінченню формувального експерименту і після тренінгу збільшився на 9,65 %, хоча і не показав статистично значущої різниці з початковим рівнем за критерієм Манна-Уітні.

Вважаємо що незначне зростання пояснюється тим, що військовослужбовці, які вирішили пройти короткострокове професійне перенавчання, ще на констатувальному етапі за результатами діагностування мали високий рівень інтегрального показника адаптації, який в більші мірі відображає психологічні складові адаптивності, а показники особистого адаптивного потенціалу, складові якого в значній мірі відображають соціально-психологічні властивості особистості, були доволі невисокі.

Розвиток навичок критичного мислення, підвищення особистої цінності «самостійність в поведінці» дозволи військовослужбовцям більш досконало та ефективно проводити аналіз свого місця в соціальному середовищі, знаходити найкращі диспозиції та стратегії в міжособистісному спілкуванні, що сприяло розвитку адаптивного потенціалу.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Андрос Є. Інтелект. Філософський енциклопедичний словник. Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України. Київ: Абрис, 2002. 742 с.
2. Артемова О.І. Вплив рівня розвитку креативності на адаптацію. Збірник наукових праць РДГУ. 2017, випуск № 8. С.10-14.
3. Бегеза Л. Є. Соціально-психологічні чинники адаптації практичних психологів: автореф. дис. … канд. психол. наук. 19.00.05. Київ, 2014. 21 с.
4. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: науково-метод. посібник. К.: ІЗМН, 1998. 204 с.
5. Біла І. М. Творчість: стратегії та тенденції мислиннєвої діяльності. Педагогічний процес: теорія і практика. 2016. №3. С. 41-47.
6. Біла І. М. Формування адаптивних здібностей. Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2017, вип. 15. С. 17-29.
7. Білослудцев. C. О. Дискримінація за віком на ринку праці України, 2013. URL: http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3318/sbdiploma-mag.pdf?sequence=1&isAllowed=y
8. Блажівський М. І. Поняття адаптації у сучасній науковій літературі. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. Львів, 2014. №1. С. 233-242.
9. Булах І. С. Специфіка соціальної адаптації та самоздійснення особистості. Зб. наук. стат. НПУ ім. М.П. Драгоманова. Київ, 1998. С. 5-11.
10. Ворожбит С. А. Вплив особливостей інтелекту на процес успішної адаптації. Проблеми загальної та педагогічної психології. Київ, 2006. Т. 8. Вип. 7. С. 74-79.
11. Ворожбит С. А. Особливості стратегій соціально-психологічної адаптації під впливом почуття довіри. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Психологічні науки. 2013. Вип. 114. С. 30-35.
12. Галецька І. Cамоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. Вісник Львівського університету. Сер. філос.науки. Т.5. С. 433- 442.
13. Галецька І. Психологічні чинники соціальної адаптації. Соціогуманітарні проблеми людини. 2005, №1. С. 91-100. URL: http://znc.com.ua/ukr/publ/periodic/shpp/2005/1/p001.php
14. Гончарук Н. М. Методика проведення соціально-психологічного тренінгу. Проблеми сучасної психології. 2010. Вип. 7. С. 140-159.
15. Грись А. М. Особливості роботи психолога із механізмами психологічного захисту клієнтів. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. 2014, вип. 45. С. 74-80.
16. Десятов Т.М. Адаптивні системи освіти дорослих. Освіта дорослих: теорія, досвід, перспективи. 2015. Вип. 1 (10). С. 88-95.
17. Дорожкін В. Р. Методична система роботи з формування та розвитку конкурентоспроможності безробітних з різними рівнями самооцінки. Психологічний інструментарій для фахівців служби зайнятості: методичні рекомендації / за заг. ред. Г. А. Пріба; автори-упорядники: В. Р. Дорожкін, Я. Ц. Зелінська, Є. М. Калюжна, Л. І. Матвієнко, Г. А. Пріб, Г. В. Циганенко. Київ : ІПК ДСЗУ, 2019. С. 85-96.
18. Дорожкін В. Р., Борець О. С. На шляху побудови концепції психологічних особливостей мотивації особистості в процесі пошуку роботи. Психологія особистості на сучасному ринку праці : монографія // за заг. ред. Г. А. Пріба, Є. М. Калюжної; колектив авторів. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2020. С. 24-38.
19. Йолон П. Ф. Системний підхід. Філософський енциклопедичний словник. НАН України, Ін-т філософії ім. Г. С. Сковороди / редкол.: В. І. Шинкарук (голова) та ін. Київ : Абрис, 2002. С. 584.
20. Каплуненко Я. Ю. Особистісні чинники розвитку соціального інтелекту фахівців соціономічних професій: автореф. дис… канд. психол. наук. 19.00.01. Київ, 2016. 20 с.
21. Єфіменко С. Визначення поняття інтелекту у різних концепціях психолого-педагогічних досліджень. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки, 2013. Випуск 121(ІІ). С. 91-94.
22. Євдокимова Н. О. Соціально-психологічний тренінг як технологія розвитку особистості. Вісник Національного університету оборони України. 2014. Вип. 4. С. 211–217. URL: <http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2014_4_38>
23. Кокун О. М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. К.: Міленіум, 2004. 265 с.
24. Корчевна О. В. Психологічні чинники формування активності безробітних на ринку праці: дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Інститут підготовки кадрів Державної служби зайнятості України. Київ, 2006. 233 с.
25. Кулик С. М. Психологічні особливості управління професійною адаптацією: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. К., 2004. 140 с.
26. Лазуренко С. І. Розвиток психомоторних якостей студентів: (монографія). К.: ДП Інформаційно-аналітичне агентство, 2010. 195 с.
27. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ: ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
28. Максименко С. Д., Соловiєнко В. О. Загальна психологiя : Навч. посібник. Київ : МАУП, 2000. 256 с.
29. Максимова Н. Ю., Грись А. М., Манілов І.Ф. та ін. Психологічні механізми адаптації девіантів до сучасного соціокультурного середовища: монографія / за ред. Н. Ю. Максимової. . К.: Педагогічна думка, 2015. 254 с.
30. Мельник О. В. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя: дис. … канд. псих. наук: 19.00.07. Київ, 2019. 258 с.
31. Мілютіна К.Л. Особливості життєвої стратегії особистості у сфері зайнятості в умовах соціальної нестабільності. Ринок праці та зайнятість населення. 2015 № 2. С.54-57. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/rpzn\_2015\_2\_14
32. Мойсеєнко І. П. Управління інтелектуальним потенціалом: монографія. Львів : Аверс, 2007. 304 с.
33. Моляко В.А. Стратегии решения новых задач в процессе творческой деятельности. Обдарована дитина. 2002. № 4. С. 33–43.
34. Нежданова Н. В., Псядло Є. М. Психологічні чинники формування професійно важливих якостей майбутнього фахівця. Вісник Національного університету оборони України. №3 (46). 2015. С. 203-208.
35. Нежинська О. О., Паньковець В. Л. Внутрішні ресурси особистості як умова її професійного самовизначення. Психологія особистості на сучасному ринку праці: монографія / За заг. ред. Г.А. Пріба, Є.М. Калюжної; колектив авторів. Київ: ІПК ДСЗУ, 2020. С. 112-121.
36. Новікова Ж. М. Психологічна адаптатація та предадаптація в умовах нестабільного світу. Молодий вчений: Психологічні науки. Київ, 2018. №2(54). С. 80–84.
37. Павлюк Т. І. Стан та проблеми працевлаштування молоді в Україні, 2020. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/pdf/12\_2020/99.pdf
38. Пасічна В. Г. Організаційно-психологічні детермінанти адаптації на етапі професійної перепідготовки: дис. … канд. псих. наук: 19.00.10. Київ, 2018. 249 с.
39. Пометун О. І. Компетентнісний підхід у сучасній історичній освіті. 2007. № 6. С. 6–12.
40. Пометун О. І. Методика розвитку критичного мислення: теорія та методика навчання. 2012. № 1. С. 3–7.
41. Пріб Г. А. Бегеза Л. Є. Професіогенез особистості: соціально-психологічні аспекти. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Запоріжжя: ЗНУ, 2019. № 2 (16). С. 102-107.
42. Пріб Г. А., Бондаренко І. І. Методичні рекомендації щодо ефективного пошуку роботи. Психологічний інструментарій для фахівців служби зайнятості : методичні рекомендації / за заг. ред. Г. А. Пріба; автори-упорядники: В. Р. Дорожкін, Я. Ц. Зелінська, Є. М. Калюжна, Л. І. Матвієнко, Г. А. Пріб, Г. В. Циганенко. Київ : ІПК ДСЗУ, 2019. С. 64-68.
43. Психологу для роботи. Діагностичні методики / уклад.: Лемак М. В., Петрище В. Ю. Ужгород : Вид-во Олександри Гаркуші, 2012. 615 с.
44. Радул І. Теоретичні засади дослідження проблеми самоставлення в психології. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет конференції «Психологічні умові становлення особистості у сучасномусуспільстві». 2017 р. С. 173-178. URL: https: // [www.cuspu.edu.ua/ua/konferentsii-2016-2017-n-r/](http://www.cuspu.edu.ua/ua/konferentsii-2016-2017-n-r/)
45. Сабліна Н. В. Особистісні чинники адаптації до навчання: дис. … канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2019. 219 с.
46. Семиченко В. А. Проблема особистісного розвитку й саморозвитку в контексті неперервної професійної освіти. Педагогіка і психологія. 2010. № 2. С. 46-57.
47. Смульсон М. Л. Інтелект дорослої людини: структура та саморозвиток. 2015. URL: www.irbis-nbuv.gov.ua › cgiir
48. Смульсон М. Л. Інтелект і ментальні моделі світу. Наукові записки. Серія “Психологія і педагогіка”. Тематичний випуск. Сучасні дослідження когнітивної психології. Острог: Вид-во Національного університету. Острог, 2009. Вип. 12. С. 38 – 49.
49. Смульсон М. Л., Лотоцька Ю. М., Назар М. М. та ін. Концепція інтелектуального розвитку дорослих у віртуальному освітньому просторі. Технології розвитку інтелекту. К., 2012, № 3. URL: http://psytir.org.ua/index.php/technology\_intellect\_develop/article/view/54
50. Смульсон М.Л. Психологія розвитку інтелекту: монографія. К.: Нора-Друк, 2003. 298 с.
51. Сняданко І. І., Грищенко О. В. Теоретико-психологічній аналіз поняття «когнітивна установка». Вісник Національного університету оборони України. К.НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С. 175-183.
52. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки. Навчальний посібник. Видання 3-тє, виправлене, доповнене. Київ: Академвидав. 2012. 528 с.
53. Суботін А. А. Біхевіоризм. Українська дипломатична енциклопедія: у 2-х т. Редкол.: Л. В. Губерський та ін. К: Знання України, 2004. 760 с.
54. Терно С. Світ критичного мислення: образ та мімікрія. Історія в сучасній школі. 2012. № 7-8. С. 27-39.
55. Тимоха С. Теоретичні основи розвитку критичного мислення. Гуманізація навчально-виховного процесу. Вип. LV. Слов'янськ. 2011. URL: http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc\_gum/gnvp/2011\_55\_2/8.pdf
56. Ткалич М. Г., Якупова О. Ю. Позитивна ціннісна пропозиція роботодавця (EVP) в програмах балансу – робота-життя для персоналу організацій. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Н. Ф. Шевченко, М. Г. Ткалич. Запоріжжя: ЗНУ, 2019. № 1(15). С. 136-141.
57. Ткалич М. Г. Гендерно-орієнтований підхід у психолого-організаційному супроводі персоналу організацій. Психологія особистості на сучасному ринку праці : монографія / за заг. ред. Г. А. Пріба, Є. М. Калюжної; колектив авторів. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2020. С. 39-45.
58. Ткаченко О. М. Принципи і категорії психології. Київ : Вища школа, 1979. 199 c.
59. Харченко H. В. Критичне мислення як характеристика сучасної особистості. Теоретико-методичні проблеми виховання молоді. 2016. Вип. 20(2). С. 276–286.
60. Хубетов О. В. Уточнення структури та механізмів процесу творчого мислення. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць ДВНЗ «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя : ЗНУ, 2018. № 2 (14). С.150-157.
61. Шейко В. М. Біхевіоризм як психологічний напрям культурології. Вісник Харківської державної академії культури : зб. наук. пр. Харків : ХДАК, 2009. С. 29-42.
62. Яковенко О. В. Системне мислення як творчий підхід до вирішення проблем. Наук. зап. НаУКМА. Сер. пед., психол. науки та соц. робота. 2008. Т. 84. С. 55–57.