

ФОРМУВАННЯ ГАРМОНІЙНИХ МІЖСОБІСТИСНИХ ВІДНОСИН

**КУРС ЛЕКЦІЙ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ
УСІХ РІВНІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УСІХ
СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

**ХАРКІВ
2022**

Міністерство освіти і науки України
Департамент науки і освіти
Харківської обласної державної адміністрації
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

ФОРМУВАННЯ ГАРМОНІЙНИХ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН

Курс лекцій
для здобувачів усіх рівнів вищої освіти усіх спеціальностей

Харків
2022

УДК 378.015.31: 316.47]-043.83(075)

Ф 79

Укладачі:

Молчанюк О., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри природничих дисциплін Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Борзик О., доктор філософії, викладач кафедри природничих дисциплін Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Рецензенти:

Упатова І., доктор педагогічних наук, професор, виконувачка обов'язків завідувачки кафедри природничих дисциплін Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

Сопівник Р., доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки Національного університету біоресурсів і природокористування України.

Ф 79 Формування гармонійних міжособистісних відносин : курс лекцій для здобувачів усіх рівнів вищої освіти усіх спеціальностей / уклад. О. Молчанюк, О. Борзик ; Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. – Харків, 2022. – 71 с.

Курс лекцій розроблено та структуровано відповідно до розділів робочої програми вибіркового освітнього компонента «Формування гармонійних міжособистісних відносин».

У виданні міститься необхідний теоретичний матеріал для організації практично-семінарських і самостійних робіт здобувачів вищої освіти. Кожна тема представлена стислим і систематизованим викладом основних теоретичних положень курсу, містить перелік запитань, що є обов'язковими для вивчення і підсумкового контролю знань. Навчальне видання рекомендоване здобувачам вищої освіти всіх рівнів вищої освіти усіх спеціальностей.

УДК 378.015.31: 316.47]-043.83(075)

*Затверджено на засіданні науково-методичної ради
Комунального закладу «Харківська гуманітарно-
педагогічна академія» Харківської обласної ради
(Протокол №2 від 09.11.2022 р.)*

© ХГПА, 2022

© Молчанюк О., Борзик О.

ЗМІСТ

| | |
|---|----|
| ПЕРЕДМОВА | 4 |
| СТРУКТУРА КУРСУ | 5 |
| Лекційні заняття № 1-2 | 6 |
| Лекційне заняття № 3 | 20 |
| Лекційне заняття № 4 | 31 |
| Лекційне заняття № 5 | 39 |
| Лекційне заняття № 6 | 46 |
| Лекційне заняття № 7 | 57 |
| Орієнтовні питання до підсумкового контролю | 67 |
| РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА | 68 |

ПЕРЕДМОВА

З початком повномасштабної війни Російської Федерації проти України особливої актуальності набуває посилення процесу формування молодого особистості, що діє на основі національних і європейських цінностей: гуманізму, демократії, поваги до оточення, толерантності, соціального добробуту тощо. З огляду на це, перед закладами освіти, зокрема вищої, постають нові виклики: пошук шляхів формування нової особистості, здатної взаємодіяти у соціумі за стратегією «відкритий діалог – взаємоповага».

Відтак упровадження вибіркового освітнього компонента циклу загальної підготовки «Формування гармонійних міжособистісних відносин» до освітньо-професійних програм підготовки здобувачів усіх рівнів вищої освіти всіх спеціальностей озброїть майбутніх фахівців теоретичними знаннями і практичними вміннями та навичками встановлювати, підтримувати та розвивати гармонійні міжособистісні відносини у рутинному житті, а також посприє вихованню світоглядної культури й активної життєвої позиції особистості у суспільстві та соціумі.

Основними завданнями курсу є:

- теоретичні: висвітлити соціальну потребу у формуванні гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців; схарактеризувати базові поняття в рамках навчальної дисципліни: «відносини», «міжособистісні», «міжособистісні відносини», «гармонійні», «гармонійні міжособистісні відносини»; розкрити сутність, зміст та структуру гармонійних міжособистісних відносин; висвітлити проблему крізь призму філософських, педагогічних, психологічних досліджень, а також, актуалізувати, розширити культурологічні, гуманітарні, історичні, естетичні знання;

- практичні: формувати вміння та навички критичного мислення; самопізнання та пізнання світу, інших людей; ціннісного, емпатійного ставлення до себе, суб'єктів взаємодії, практичної діяльності; об'єктивного оцінювання та самооцінювання; саморегуляції емоційних станів та поведінки; співробітництва, ефективного спілкування, асертивної поведінки; конструктивного розв'язання конфліктних ситуації; сприяти набуттю досвіду майбутніми фахівцями прояву високодуховних, висококультурних, високоморальних, високогуманних якостей у ситуаціях міжособистісної взаємодії.



Курс лекцій до вибіркового освітнього компонента «Формування гармонійних міжособистісних відносин» є навчальним посібником, у якому подано опис структури курсу, орієнтовну структуру лекційного заняття і розширений зміст усіх лекцій, запитання для самоконтролю та самоперевірки, а також список рекомендованої літератури до вивчення курсу з електронним режимом доступу до матеріалів.

Даний посібник покликаний допомогти здобувачам вищої освіти ефективно опанувати і засвоїти теоретичний матеріал, що передбачений змістом курсу «Формування гармонійних міжособистісних відносин».


СТРУКТУРА КУРСУ

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | |
|--|-----------------|--------------|-----------------------|-----|-----|
| | денна форма | | | | |
| | Усього | у тому числі | | | |
| | | Лекції | Практично-семинарські | СРС | ІНД |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Змістовий модуль 1. «Формування гармонійних міжособистісних відносин особистості» як освітній компонент. Гармонійні міжособистісні відносини як наукова та соціальна проблема сучасної людської цивілізації | | | | | |
| Тема 1-2. Гармонійні міжособистісні відносини як суспільно-соціальна та наукова проблема | 18 | 4 | 2 | 12 | |
| Тема 3. Процес встановлення гармонійних міжособистісних відносин. Зміст та структура гармонійних міжособистісних відносин | 14 | 2 | 2 | 10 | |
| <i>Разом за ЗМ № 1</i> | 32 | 6 | 4 | 22 | |
| Змістовий модуль 2. Теоретико-практичні основи формування компонентів гармонійних міжособистісних відносин | | | | | |
| Тема 4. Змістові складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин особистості | 15 | 2 | 2 | 11 | |
| Тема 5. Змістові складові когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин особистості | 14 | 2 | 2 | 10 | |
| Тема 6. Змістові складові афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин особистості | 15 | 2 | 2 | 11 | |
| Тема 7. Змістові складові інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин особистості | 14 | 2 | 2 | 10 | |
| <i>Разом за ЗМ № 2</i> | 58 | 8 | 8 | 42 | |
| Усього годин | 90 | 14 | 12 | 64 | |





**ГАРМОНІЙНІ МІЖСОБИСТІСНІ
ВІДНОСИНИ ЯК СУСПІЛЬНО-
СОЦАЛЬНА ТА НАУКОВА
ПРОБЛЕМА**



**Лекційні заняття
№1-2**



Мета. Формувати уявлення про гармонійні міжособистісні відносини як суспільно-соціальну проблему покоління Z; розкрити роль гармонійних міжособистісних відносин у життєдіяльності людини та професійній діяльності, зокрема; ознайомити з історією дослідження проблеми гармонійних міжособистісних відносин; конкретизувати суть понять «стосунки», «взаємини», «відносини» та розкрити їх семантичну відмінність; схарактеризувати феномен «міжособистісні відносини»; розкрити суть гармонії як базового поняття конструкту «гармонійні міжособистісні відносини» та її прояв у міжособистісних відносинах; формувати уявлення про гармонійні міжособистісні відносини як інтегральну наукову категорію; розвивати критичне мислення, навички співпраці, ефективного спілкування; виховувати толерантне ставлення до оточення.

Ключові поняття:

Стосунки, взаємини, відносини, міжособистісні відносини, гармонія, гармонійні міжособистісні відносини.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття

2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу

Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:

1. *«Формування гармонійних міжособистісних відносин» як освітній компонент.*

2. *Проблема гармонійних міжособистісних відносин у суспільно-соціальному вимірі.*

3. *Короткий екскурс в історію дослідження гармонійних міжособистісних відносин.*

4. *Конкретизація суті понять «стосунки», «взаємини», «відносини».*

5. *Характеристика феномена «міжособистісні відносини».*

6. *«Гармонія» як базове поняття конструкту «гармонійні міжособистісні відносини».*

7. *Гармонійні міжособистісні відносини як інтегральна наукова категорія.*

3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу

4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія

5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Нормативно-правова база

[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7]

Базова

[1, 3]

Допоміжна

[1, 3, 4, 5, 10, 11, 13]

Електронні інформаційні ресурси

[2, 4, 5, 6]



Зміст лекції:

1. «Формування гармонійних міжособистісних відносин» як освітній компонент

Ознайомлення здобувачів з основними положеннями з силябусом освітнього компонента щодо особливостей вивчення курсу.

2. Проблема гармонійних міжособистісних відносин у суспільно-соціальному вимірі

На межі третього тисячоліття яскраво окреслилася ситуація духовної кризи людської цивілізації та соціальної занедбаності суспільства, що призводить до знецінення людської цінності та її життя, втрати нею духовно-моральних орієнтирів, відсування на задній план потреби в живому спілкуванні, нездорової самовпевненості особистості, бажання досягти цілей будь-яким шляхом, неузгодженості відносин між людьми, відокремлення індивіда від соціуму, а відтак сходження людини зі шляху гармонії. Ця ситуація набуває значно більшої актуальності з початком військових дій країною агресоркою проти мирної України.

Насамперед, життєвий шлях людини є шляхом у пошуках гармонії. Мова йде про те, що кожна людина свідомо чи підсвідомо прагне віднайти гармонію в усіх сферах її буття – це бажання та потреба людської душі в розвитку, що несе з собою позитивні зміни людської сутності, а досягнення гармонії у міжлюдських відносинах є смислотворчим чинником існування людини як соціальної істоти, що орієнтує її на усвідомлення необхідності присутності у світі людей, утвердження людяного в її ставленні до інших, осмислення важливості вияву доброти.

Однією із рушійних цілісних платформ, що здатна посприяти налагодженню міжособистісних відносин є система освіти, яка покликана забезпечити логічну послідовність, ступеневість і безперервність утвердження загальнолюдських цінностей, диверсифікацію у формуванні потужного морального, естетичного, духовного, гуманного, соціального ядра майбутнього держави, освоєння позитивного досвіду гармонійного співіснування людської істоти у світі людей.

Як відомо, будь-який навчальний колектив володіє виховною функцією, яка проявляється в передачі особистості деяких властивих йому якостей, що мають місійний характер у житті. Дана теза підтверджує дві закономірності: негативний досвід міжособистісної взаємодії на попередніх етапах життя гальмує та ускладнює процес формування гармонійних міжособистісних відносин у закладі вищої освіти; тривалий негативний досвід міжлюдських відносин у період студентства перешкоджає молодій людині встановлювати гармонійні міжособистісні відносини в майбутньому, комфортно відчувати себе у виробничому колективі та самореалізовуватися як в особистій, так і в професійній сфері.

Отже, в умовах постійних змін, які відбуваються у суспільстві, замість накопичення теоретичних знань сучасний випускник закладу освіти, зокрема вищої, повинен набути не лише фахових компетентностей (hard skills), а й загальних особливих навичок (soft skills), які передбачають уміти самостійно здобувати інформацію, критично її осмислювати та креативно використовувати для аналізу та розв'язання проблем і виконання проєктів, адекватну самооцінку, стресостійкість, допомагатимуть у досягненні цілей.



З огляду на це, видається очевидною суспільна та соціальна потреби у формуванні високодуховної, високоморальної, високогуманної особистості, яка усвідомлює значимість свого соціального ества й озброєна знаннями, уміннями та навичками встановлення, підтримки й розвитку гармонійних міжособистісних відносин у різних сферах життєдіяльності. Це сприятиме усвідомленню того, що людина – гармонійна часточка Всесвіту, природи, суспільства, соціуму, а встановлення гармонійних міжлюдських відносин надає істинності й сенсу людському існуванню, уможливорює повноцінне функціонування, розвиток особистості та реалізацію її багатого унікального внутрішнього світу в процесі життєдіяльності.

Основні положення, що засвідчують актуальність і необхідність виховання особистості в освітньому процесі педагогічних закладів вищої освіти у дусі життєтворення, гармонійного співіснування у соціальному світі в цілому та формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців педагогічної професії зокрема висвітлено у низці державних законодавчих і нормативно-правових документах, зокрема Конституції України (1996р.), Законі України «Про освіту» (2017р.), Законі України «Про вищу освіту» (2014р.), Стандарти і рекомендаціях щодо забезпечення якості в Європейському просторі вищої освіти (ESG) (2015р.), Наказі МОН «Про деякі питання національно-патріотичного виховання в закладах освіти України» (2022р.) Постанові КМУ «Про затвердження Національної рамки кваліфікацій» (2011р.), Концепції розвитку педагогічної освіти (2018р.) та інших.

Провідні загальнодержавні ідеї відображаються у локальних нормативних документах, які затверджуються на рівні закладу освіти. Так, у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради створене міцне концептуальне й основоположне підґрунтя щодо реалізації гармонійної міжособистісної взаємодії в освітньому процесі закладу та всебічного сприяння формуванню гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців. Зокрема, цьому є підтвердженням «Статут КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР», «Положення про організацію освітнього процесу у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради та її структурних підрозділах», «Кодекс безпечного освітнього середовища КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР», «Інструкція щодо врегулювання конфліктних ситуацій в освітньому процесі», «Концепція виховної роботи академії», «Положення про організацію виховної роботи в академії», «Положення про куратора (наставника) академічної групи», «Освітня професійна програма (спеціальності)».

3. Короткий екскурс в історію дослідження гармонійних міжособистісних відносин

Вивчення міжлюдських зв'язків, пошук шляхів досягнення в них гармонії має тривалу історію.

Відповідно до специфіки певного напрямку науки проблема безпосередньо чи опосередковано розкривається крізь призму філософії, психології, етики, естетики та педагогіки. Проте, на сьогодні існують лише аспектні дослідження цілісного

конструкта «гармонійні міжособистісні відносини».

Значну увагу вивченню буття людини у світі, міжособистісних контактів, взаємозв'язку «Я-Інший», включення особистості у міжособистісні відносини приділяють філософи, для яких властивий комплексний погляд на людину, зокрема Сократ, Є. Андрос, А. Бергсон, Н. Бердяєв, М. Бубер, Л. Буєва, Х. Гадамер, М. Горлач, Л. Губерський, Е. Гуссерль, М. Каган, А. Камю, І. Кант, С. Кьєркегор, Ф. Ніцше, Т. Парсонс, П. Рікер, С. Сарновська, В. Табачковський, С. Франк, В. Хайдеггер, Н. Хамітов, К. Ясперс й інші.

Педагогічні орієнтири вбачаються у тезисах Сократа (серед життєвих цілей людини головною має бути моральне самовдосконалення задля добра й істини, що забезпечить усунення протиріч між особистісним і суспільним буттям), А. Камю (відносини між людьми припускають напруженість, конфронтацію і конфлікти, що призводять до спроб зблизитися один з одним, зберегти повагу до людини, подолання яких дозволяє глибше пізнати свого партнера і самого себе), О. Назаренко (діалогічна взаємодія, морально-етичними засадами якої є любов, співчуття, відкритість іншому, розуміння, толерантність, прощення, повага, ненасильство, призводить до встановлення міжлюдських відносин найвищого рівня), О. Бодальова (задля формування якісних міжособистісних відносин необхідно здійснювати ненав'язливий, однак посильний вплив на свідомість особистості, навчити її керувати розвитком відносин з іншими людьми і вміти їх корегувати) та інших.

Відповідно до поглядів К. Ясперса, справжня комунікація людини з іншими людьми, у якій останні привносять сенс в життя першої; світ іншої людини – єдина дійсність, з якою можна об'єднатися в розумінні і довірі, знаходячи шлях до істини. Слушною видається думка М. Кагана, який під міжособистісними відносинами розуміє не будь-які практичні зв'язки людей, а тільки ті, у яких вони виступають як повноцінні суб'єкти. Водночас, науковці вказують на те, що в міжособистісних відносинах кожен учасник «робить свій внесок активності, цілеспрямованості, свідомості й самосвідомості, вибірковості й свободи в досягненні загального результату». Філософи сучасності М. Булатов, В. Табачковський, Н. Хамітов визначають міжлюдські взаємозв'язки рушійною силою розвитку людства, наголошуючи, що людина має «стверджувати власне «Я» не за рахунок «Іншого», а, визнаючи його своєрідність, виявляючи зацікавленість у цій своєрідності, творити не тільки свій персональний Універсум, але й міжперсональний Мультиверсум, де кожний «голос» є самоцінним...»

Як бачимо, здавна людство прагне відшукати ефективні шляхи виховання молодого покоління не лише як гармонійних особистостей, а й навчити їх устанавлювати та налагоджувати міжособистісні відносини задля власного життєтворення. Таким чином, ідеї мислителів справили суттєвий вплив на становлення й розвиток психології міжособистісних відносин і гуманістичної психології.

Теоретичні засади концептуалізації феномена міжособистісних відносин як магістрального фактора формування та розвитку особистості розкриваються крізь призму психологічних досліджень (О. Бодальова, Л. Буєвої, Д. Карнегі, Я. Коломінського, В. Куніциної, В. Мясичева, Г. Саллівана, І. Сайтарлі, А. Троцко,

З. Хелуса, Т. Шибутані, П. Якобсона й інших).

Так, Л. Куликов, В. Куніцина, В. Мясичев, С. Франк досліджують суть, закономірності, механізм міжособистісних відносин. Н. Леонт'єв окреслену проблему розглядає з точки зору діяльного підходу та, більшою мірою, спирається на мотивацію поведінки, завдяки створенню емоційно-комфортної атмосфери спілкування. Г. Андреева, А. Донцов, А. Петровський вивчають міжособистісні відносини у ході спільної колективної діяльності. Вивченням міжособистісних відносин як магістрального фактора, що обумовлює формування та розвиток особистості, займаються В. Вахтеров, Б. Волков, М. Гамезо, Г. Крайка, А. Реан, Г. Роков. Загальні питання формування міжособистісних відносин висвітлені в роботах В. Бесчастного, Л. Буєвої, О. Винославської, Д. Карнегі, Я. Коменського, І. Кона, М. Ніколса, М. Обозова, К. Роджерса, І. Сайтарлі, Л. Столяренко й інших. При цьому, роль і важливість формування міжособистісних відносин в освітньому середовищі підкреслюють І. Бех, О. Григоренко, С. Духновський, О. Зотова, В. Каган, О. Киричук, І. Кон, Т. Корнілова, Н. Кузьміна, М. Савчин та інші.

Як з'ясовано, необхідність посиленого дослідження різних аспектів міжособистісних відносин пов'язують зі стрімким розвитком індустрії та утворенням підприємств (20-30 роки ХХ століття), у центрі яких опинився виробничий колектив. Це спричинило виникнення у США і Франції теорії людських відносин, засновниками якої вважають Е. Мейо, У. Мур, А. Файоля, Ж. Фрідмана. Науковці, вивчаючи вплив характеру міжособистісних відносин у виробничому колективі на продуктивність роботи організації в цілому, запропонували «гармонізувати» міжособистісні відносини, що сприяло б створенню позитивної психологічної атмосфери в колективі і, як наслідок, підвищенню й інтенсифікації продуктивності виробництва. Здійснене експериментальне дослідження підтвердило закономірність: установлення позитивного соціально-психологічного клімату в колективі сприяє досягненню максимальних результатів праці. Проте, розгорнуту інтерпретацію проблема міжособистісних відносин отримала лише в середині ХХ століття у дослідженнях В. Мясичева, на переконання якого «відносини зароджуються й існують у процесі спілкування та спільної діяльності особистостей», при цьому необхідна наявність не менше двох осіб (2-3 особи), кожна з яких обов'язково має бути суб'єктом. У таких суб'єкт-суб'єктних відносинах розкриваються не просто дії особистості стосовно іншого суб'єкта, а сам процес їхньої взаємодії, співдія (або протидія), згода (або суперечність).

Переважно в силу недостатнього зв'язку з філософією та психологією, педагогіка досліджувала міжлюдські відносини повільно, із суттєвими труднощами суб'єктивного й об'єктивного характеру, проте вагоме значення даного феномена в навчанні та вихованні визнавалося. Відомо, що у педагогіці інтерес до вивчення проблеми міжособистісних відносин з'являється наприкінці ХVІІІ століття, а в другій половині ХІХ століття чітко простежується напрям, який звертається до вивчення соціальної сторони життєдіяльності здобувачів освіти.

Прогресивні ідеї щодо досягнення гармонії у міжособистісних відносинах знаходимо в теоріях навчання та виховання таких педагогів, як Й. Песталоцці (природовідповідна теорія), М. Монтесорі (естетична педагогічна система),



Р. Штайнера (вальдорфська педагогіка), А. Макаренка, В. Сухомлинського, К. Ушинського (гуманістичний підхід), Л. Виготського, Г. Костюка, О. Лазурського (особистісний підхід), М. Щетініна («Школі радості»), В. Шаталова (психолого-педагогічний підхід), Ш. Амонашвілі (гуманно-особистісна педагогіка), М. Палтишева (педагогічна гармонія) й інших.

За останнє десятиліття проблемі гармонійних міжособистісних відносин присвячено низку фахових статей і написано ряд дисертаційних праць, у яких безпосередньо чи опосередковано різною мірою висвітлено виховні аспекти проблеми дослідження. Серед таких слід виділити: Г. Бондаря (сутність та структура формування гуманістичного світогляду майбутнього учителя), В. Дуб (соціально-психологічний тренінг як засіб розвитку гармонійних міжособистісних відносин студентів-переселенців), В. Коваль (виховання культури міжособистісних відносин студентів університету у позааудиторній діяльності), Т. Коломієць (особливості емпатійної міжособистісної взаємодії), В. Кузьмича (виховання гуманного відношення до людини в студентів педагогічних університетів), В. Кушнір (виховання краси вчинку студентів в освітньому середовищі), О. Маріної (формування міжособистісних відносин студентів-першокурсників у навчально-виховному процесі педагогічного університету), Н. Мирончук (формування культури міжособистісних взаємин старших підлітків у позааудиторній діяльності), Л. Потапюк (система цінностей як найвищий регулятор соціальної поведінки людини), Н. Руденко (формування міжособистісних взаємин студентів вищих технічних навчальних закладів у позанавчальній виховній роботі на засадах гендерного підходу), Т. Пернарівської (формування в студентів готовності до гармонізації міжособистісних відносин у позааудиторній діяльності), М. Савчин (особливості міжособистісної взаємодії суб'єктів навчання), А. Харківської (педагогічні умови формування гармонійних відносин між суб'єктами освітнього процесу), О. Яструб (формування культури міжособистісної взаємодії у майбутніх учителів початкової школи в позааудиторній роботі) та інших.

Узагальнення напрацювань учених різних наукових напрямів дає змогу зробити висновок, що проблема гармонійних міжособистісних відносин у науковому дискурсі привертає увагу на рівні філософії, психології та педагогіки протягом багатьох століть, де відслідковується не прямо, а опосередковано. За різних часів формування досліджуваного явища в освітньому процесі визнавалося важливим та актуальним, інтенсивність його вивчення зростала, однак і до сьогодні залишається висвітленим досить аспектно.

Для осмислення суті поняття «гармонійні міжособистісні відносини» доцільно надати визначення відносно самобутнім поняттям «відносини», «міжособистісні відносини», «гармонія», які є базовими. Справедливість такого бачення зумовлена тим, що обґрунтування базових понять конструкта «гармонійні міжособистісні відносини» фактично створює нову платформу для пізнання закономірностей здійснення виховних впливів на особистостей з метою досягнення ними гармонії у міжособистісних відносинах і забезпечує формування порушеної проблеми.

Наголосимо, що гармонійні міжособистісні відносини розглядаються як цілісна інтегральна категорія, підґрунтям якої є поняття «відносини». Воднораз лексемою «міжособистісні» конкретизується сегмент досліджуваного феномена,



тоді як «міжособистісні відносини» як сталий термін є змістовим центром порушеної проблеми, а «гармонійні» (похідне від «гармонія») – збалансовані позитивно-емоційні, духовні, морально-естетичні та культурні виявлення в діях, учинках, поведінці особистості в ситуаціях міжособистісної взаємодії.

4. Конкретизація суті понять «стосунки», «взаємини», «відносини»

Аналіз наукової літератури з проблеми вивчення засвідчує, що, досліджуючи різні аспекти, зокрема виховання міжлюдських зв'язків, дослідники оперують поняттями дослідники оперують поняттями «відносини» (О. Агулова, М. Євтух, В. Коваль, О. Маріна, О. Молчанюк), «взаємини» (А. Бойко, О. Киричук, Т. Ковбасюк, Я. Коломинський, Н. Мирончук, Н. Руденко), «стосунки» (М. Боришевський, М. Євтух, Л. Руденко, М. Савчин), також рідко – «взаємовідносини» (В. Білоусова, О. Запорожець, Я. Коломинський). Деякі вчені (А. Бурячок, Г. Гнатюк, С. Головащук, Л. Мохнар) корелюють означеними феноменами як ідентичними.

Як бачимо, аналіз поданих дефініцій понять в Академічному словнику української мови («стосунок» – (тільки множ.) зв'язки, взаємини, які виникають між людьми у процесі спілкування; (рідко) відносини, зносини між країнами, товариствами тощо; «взаємини» – взаємні стосунки між ким-, чим-небудь; взаємозв'язок, взаємовплив між предметами, явищами; «взаємовідносини» – те саме, що взаємини; «відносини» – стосунки, зв'язки, взаємини між ким-небудь; (до когось) ставлення, прояв почуттів) не дає можливості чітко встановити ці поняття тотожні чи синонімічні.

Вочевидь, дискусійність питання зумовлена тим, що російська лексема «отношения» має кілька українських відповідників. Однак, аналіз напрацювань В. Білоусової, А. Бойка, М. Євтуха, О. Запорожець, О. Киричука, Т. Ковбасюк, М. Савчина, Т. Москвіної, О. Яструб, вказує на те, що поняття «відносини», «взаємини», «стосунки», «взаємовідносини» є синонімічними й не завжди взаємозамінні в контексті.

Тож, у контексті вивчення курсу особливо важливим є усвідомлення чіткої суті лексеми «відносини».

Грунтовне опрацювання наукової літератури уможлиблює формулювання наступних базисних положень:

1. Під стосунками розуміють встановлення спорідненого, родинного, романтичного, інтимного зв'язку між суб'єктами у процесі реального спілкування, який пов'язаний з фізіологічними (тяжіння один до одного), глибокими духовними, тонкими психологічними й особистісними потребами особистостей і виражається в емоційних реакціях та характері поведінки. Отже, лексему «стосунки» доречно використовувати, коли йдеться не про будь-які, а особисті зв'язки людей, взаємини, які обумовлені високим ступенем вибірковості суб'єкта взаємодії та виникають між людьми на ґрунті тривалої взаємодії, взаємної зацікавленості, взаємного прояву почуттів тощо.

2. Лексемою «взаємини» («взаємовідносини») підкреслюється те, що міжлюдські зв'язки є результатом взаємного сприйняття, пізнання, впливу, ставлення, оцінки суб'єктів взаємодії, тобто «певним ідеальним продуктом

взаємних зусиль». До того ж, О. Маріна стверджує, що «взаємини» відображають якісний показник відносин у площині «людина-людина», а саме їх взаємність, ступінь симетричності. Постає очевидним, що лексемою «взаємини» позначають якісний результат установлених міжлюдських зв'язків, який досягається завдяки тривалій взаємодії; обов'язково передбачають взаємну зацікавленість, спрямованість і ставлення суб'єктів один до одного й обумовлені відносно високим ступенем вибірковості партнера.

3. Конструкт «відносини» однаковою мірою вживається щодо встановлення індивідом зв'язків з предметами навколишньої дійсності, подіями, природою, групою людей, особистістю, колективом і виражає їхні емоційні реакції та характер поведінки. Слід наголосити, що в педагогічній теорії та практиці, досліджуючи зв'язки індивіда з суспільством, процеси формування особистості у колективі, взаємодію суб'єктів освітнього процесу (виховання невід'ємна його складова), налагодження відносин між ними, як правило, уживають поняття «відносини». Справедливість такого бачення пов'язана з тим, що формування зв'язків між учасниками освітнього процесу обумовлено просторовими обмеженнями, часовими рамками та відносно низьким ступенем вибірковості суб'єкта міжособистісної взаємодії.

Отже, з метою формування гармонійних міжособистісних відносин доцільно оперувати конструктом «відносини», під яким розуміють зв'язки індивіда з предметами навколишньої дійсності, подіями, природою, групою людей, особистістю, колективом, у яких виражаються емоційні реакції, учинки, дії та характер поведінки, у лексичній сполучуваності з прикметником «міжособистісні», який тлумачиться як такі, що відбуваються між людьми, з урахуванням їх особливостей та індивідуальних особистісних ознак, рис, якостей. Тим самим, підкреслюючи, що відносини розглядаються саме у площині «людина – людина». До того ж, лексема «міжособистісні» вказує не лише на те, що суб'єктом відносин виступає інша людина (люди), але й на енергетичний, духовний обмін, що відрізняє їх від таких видів відносин, як відносини з живою й неживою природою.

5. Характеристика феномена «міжособистісні відносини»

Сьогодні «міжособистісні відносини» у класичному вимірі (за В. М'ясищевим) трактують як інтегральну систему вибіркових свідомих зв'язків людини з різними сторонами об'єктивної дійсності, що виражається в діях, реакціях та відображає основні потреби, інтереси індивіда.

Звернення до етимології конструкта «міжособистісні відносини» дає підстави свідчити, що в психологічній літературі його тлумачать досить неоднозначно. Проте, незважаючи на різні підходи науковців-психологів до вивчення міжлюдських відносин, абсолютно всі опосередковано чи безпосередньо вказують на те, що формування міжособистісних відносин детерміновано процесом спілкування, спільної діяльності та міжособистісної взаємодії, а їх характер обумовлює якісний результат останніх.

На цьому тлі постає очевидним, що в контексті здійснення виховних впливів, спрямованих на вивищення міжособистісних відносин до їх гармонійного стану,

міжособистісні відносини особистості є проєкцію міжособистісної взаємодії, де остання – це процес виконання спільної діяльності відносно спільного матеріального об'єкта, що опосередкований спілкуванням взаємодіючих суб'єктів, основною метою якої є досягнення спільного результату.

З огляду на вищевикладене постає очевидним, що міжособистісні відносини зароджуються й розвиваються у ході міжособистісної взаємодії, яка включає два важливих процеси: спілкування та спільну діяльність. Слід акцентувати на тому, що, зважаючи на низку суб'єктивних й об'єктивних чинників, зокрема на характер спілкування, спільної діяльності та ставлення суб'єктів один до одного, міжособистісна взаємодія може мати полярний характер – від кооперації до конкуренції, від співробітництва до суперництва.

Особливо ціннісного значення набувають судження С. Духновського, який, говорячи про гармонійність-дисгармонійність як інтегральний показник емоційного фону міжособистісної взаємодії, під дисгармонією розуміє рух у зворотному напрямку. Принагідно зауважити, що зміна дистанції в негативну для суб'єкта сторону, а також невідповідність дистанції ситуації міжособистісної взаємодії призводить до дисгармонії міжособистісних відносин. Як з'ясовано, у словнику російської мови іншомовна частина «дис-» позначає поділ, відділення, заперечення і надає лексемі, до якої додається, негативний або протилежний зміст. Відповідно, дисгармонія визначається як неузгодженість, порушення злагоди чогось (когось) з чимось (кимось).

До характеристик дисгармонійних міжособистісних відносин автор відносить: переважання віддаляючих почуттів над зближуючими; відсутність довіри, розуміння, емоційної близькості; напруга і дискомфорт, що виникають у ході спільної діяльності й активності; відчуженість, конфліктність й агресивність у відносинах; переживання самотності суб'єктами відносин; неточність, некоректність і необ'єктивність оцінки (сприйняття, розуміння) людьми одне одного; виражена співзалежність у відносинах, яка веде до переживання суб'єктивного неблагополуччя і незадоволеності відносинами.

Вищезазначене дає підстави констатувати, що міжособистісні відносини здобувачів вищої освіти є інтегральною системою емоційно забарвлених зв'язків особистості з оточенням, які можуть виражатися в дуальному знаковому вимірі (позитивно – негативно) у діях, реакціях і переживаннях індивідів, відображають їхні основні потреби й інтереси та детерміновані просторовими, часовими обмеженнями й відносно низьким ступенем вибіркової суб'єктів міжособистісної взаємодії.

Отже, здійснення відповідних едукативних впливів на особистість має забезпечити керованість діями індивідів стосовно одне до одного, співвідношення суб'єктами цілей організації їх досягнення і як результат – досягнення нею гармонії у міжособистісних відносинах.

6. «Гармонія» як базове поняття конструкту «гармонійні міжособистісні відносини»

За логікою вивчення теми слід розкрити суть феномена «гармонія» (від якого походить прикметник «гармонійні»), (від грець. harmonia – зв'язок,

співзвучність, узгодженість, врівноваженість, співрозмірність, злагодженість), який в широкому значенні вживається для відображення різноманітних аспектів організованості цілого на противагу хаосу та безпорядку як проявів дисгармонії, що дозволить більш глибоко осягнути глибину конструкта «гармонійні міжособистісні відносини». що дозволить більш глибоко осягнути глибину конструкта «гармонійні міжособистісні відносини».

Апріорі відомо, що «гармонія» від своєї природи є філософською категорією. Власне, Античність сформувала уявлення про гармонію (ідеал для людини, ідея для суспільства, що сприймається через гармонію розуму та відчуттів на рівні особистості й суспільства) як пайдею, що відображає духовні, моральні, етичні й естетичні імплікації.

Прикметно, що наприкінці ХХ століття уявлення про гармонію піддається іронічному, деструктивному поштовху редукції, змінити яке покликане ХХІ століття шляхом відновлення втрачених духовних, моральних істин й окультурення суспільства.

У сучасному евристичному вимірі гармонія трактується як: форма співвідношення, взаємодія протилежностей; поєднаність, узгодженість, упорядкованість, злагодженість, взаємна відповідність зв'язків між складовими частинами цілого; частина прекрасного, компоненти і прояви якої внутрішньо збалансовані між собою та створюють досконалу цілісність; установка культури, що орієнтує на осмислення світобудови (як у цілому, так і її складових) і людини з позиції розуміння їх глибинної внутрішньої упорядкованості; баланс, рівновага між відчуттям власної значимості та відчуттям спільності, тобто передбачає реалізацію як зовнішніх (тілесних), так і внутрішніх (духовних) потенцій людини.

Практичне значення становить екзистенціальний підхід до розгляду поняття «гармонія», відповідно до якого гармонія в людському існуванні не може бути байдужою або неважливою, адже, гостро переживаючи суперечливість власного існування, людина цілеспрямовано, а іноді й неусвідомлено прагне до гармонії як у внутрішньому світі, так і в зовнішньому, зокрема у відносинах з іншими. Джерел протиріч на шляху до гармонії у житті людини безліч, а де є протиріччя, там можлива конфронтація. Тож, зовнішня і внутрішня енергія міжособистісних відносин можуть існувати лише взаємодіючи і врівноважуючи одна одну. Однак ця рівновага не може бути абсолютно стійкою, так як в цьому випадку виключається рух і розвиток. Водночас будь-яке протиріччя у міжособистісних відносинах потенційно містить можливість конструктивного розвитку та вирішення і веде особистість до гармонії.

У ході аналізу сучасної наукової літератури можна спостерігати, що феномен «гармонія» дослідники розкривають через такі поняття, як: «краса», «благополуччя», «духовність».

Принагідно зауважити, що прикметник «гармонійні» (а, -е, -і), який є похідним від поняття «гармонія», в Академічному словнику української мови тлумачиться як, приємний для слуху; милозвучний; який знаходиться в чіткій відповідності з чим-небудь; сповнений гармонії (див. гармонія); заснований на принципах гармонії (див. гармонія). Як слушно зазначає С. Муратов, гармонійними є узгоджені, пропорційні частки єдиного цілого, приведені у стан



гармонії, де узгодженість – внутрішній стан об'єкта (суб'єкта), а пропорційність – зовнішній прояв узгодженості, одна з кількісних оцінок гармонізації (динамічна ознака, що характеризує процес досягнення гармонії) і гармонії. З огляду на зазначене, у контексті міжособистісних відносин, під гармонійними розуміється найвища міра прояву емоційно-чуттєвого, духовного, морального, естетичного в міжособистісних відносинах, що уможливорює встановлення зв'язків між індивідуально й психологічно відмінними людьми таким чином, щоб не ліквідувати ці відмінності, а забезпечити їх об'єднання, у такий спосіб створивши умови для особистісного розвитку та зростання всіх їх учасників.

Підсумовуючи, справедливо стверджувати, що проблема гармонійних міжособистісних відносин є складною за напрямками, підходами й аспектною наукових пошуків. Так, в усі часи, досліджуючи проблему міжособистісних відносин, науковці безпосередньо чи опосередковано вказують на необхідність здійснення виховних впливів з метою формування та розвитку означеного явища в особистості.

7. Гармонійні міжособистісні відносини як інтегральна наукова категорія

Грунтовний аналіз сучасних педагогічних досліджень з порушеної проблеми засвідчує наявність незначної кількості дефініцій поняття «гармонійні міжособистісні відносини».

Із погляду О. Зотової гармонійні міжособистісні відносини – такі, що приносять задоволення їх учасникам, характеризуються захищеністю (відсутність деформацій, порушень і труднощів), а також толерантністю, даючи змогу реалізувати духовно-психічний потенціал суб'єкта в процесі життєдіяльності, зберегти його цілісність. У дисертаційному дослідженні Т. Пернарівської знаходимо наступне визначення: «гармонійні міжособистісні відносини» – це відносини, які характеризуються стабільністю, передбачають тривалу взаємодію між її учасниками, викликають позитивні почуття, є комфортними для обох сторін».

Адаптуючи судження О. Молчанюк до проблеми дослідження, можна стверджувати, що гармонійні міжособистісні відносини відображають обопільну готовність суб'єктів до конкретного типу міжособистісної взаємодії, який супроводжується емоційними переживаннями: позитивним, індіферентним або негативним. Готовність до міжособистісної взаємодії виражається в поведінці людини в ході спілкування та спільної діяльності з іншими, де саме і розкривається характер гармонійних міжособистісних відносин.

Також, ціннісним є погляд С. Духновського, який інтерпретує гармонійні міжособистісні відносини як залучення їх учасників до самоцінного контакту, що передбачає відкритість, орієнтацію одне на одного учасників взаємодії, постійний діалог, турботу про благополуччя суб'єкта взаємодії, відмову від будь-якого маніпулятивного контролю та прагнення переваги над іншими, обопільне задоволення відносинами.

Отже, для гармонійних міжособистісних відносин є характерною тривала комфортна міжособистісна взаємодія на основі самоцінного контакту, дотримання

норм і правил спілкування, прояву позитивно-емоційних ставлень її суб'єктів один до одного, де кожна усвідомлює унікальність іншого та проявляє найморальніші якості в ситуаціях міжособистісної взаємодії.

Слід наголосити на тому, що гармонійність міжособистісних відносин може проявлятися різною мірою, на що впливає світогляд людини, її цінності, переконання, особистісні якості, наявність узагальнених морально-етичних і знань у контексті дослідження, розуміння власної сутності та внутрішнього світу іншої людини, усвідомлення різноманітності емоцій і почуттів та вміння володіти ними, духовна вихованість індивіда, характер ситуації міжособистісної взаємодії тощо. Ідеться про те, що «жити серед людей» – це є мистецтво: «це все одно, що ходити в казковому саду, де навколо тебе найтонші пелюстки квітів з тремтячими краплями роси, і треба так іти й так торкатися до квітів, щоб не впала жодна крапля». Відтак виховні впливи на особистостей мають здійснюватися невимушено, поступово вибудовуючи фундамент людяності, моральності, гуманності із духовних цеглинок, розкриваючи потенціали особистості, пробуджуючи внутрішню енергію, надихаючи до активних дій, у результаті чого встановлення гармонійних міжособистісних відносин вивищиться до рівня особистісних потреб, світоглядних переконань, ідеалів і стане реальністю.

Справедливо зазначити, що міцне ядро всебічно гармонійної особистості, здатної приходити до стану гармонії в усіх сферах життєдіяльності, а отже, і встановлювати та підтримувати гармонійні міжособистісні відносини створює приведення всіх внутрішніх потенціалів людини у стан рівноваги й узгодженості.

У такому контексті видаються значущими погляди В. Ананьєва, який підкреслює необхідність усесильного сприяння розкриттю та реалізації усіх потенціалів особистості, до яких відносить наступні:

- *розумовий*: здатність людини розвивати інтелект і користуватися ним; здобувати знання і втілювати їх в життя; вчитися пристосовувати цей інструмент для власного вдосконалення і вдосконалення інших;

- *вольовий*: здатність людини до самореалізації; ставити цілі і досягати їх, обираючи адекватні засоби;

- *чуттєвий*: здатність людини конгруентно виражати свої почуття, розуміти і безоціночно погоджуватися з почуттями інших; елімінувати (виключити) почуття провини, страху, жалості, невпевненості в собі;

- *тілесний*: здатність розвивати фізичне самопочуття та здоров'я, усвідомлювати власну тілесну красу; прийняти своє тіло;

- *суспільний*: здатність оптимально адаптуватися до мінливих соціальних умов; прагнути до підвищення рівня культури спілкування, соціального інтелекту, комунікативної компетентності; почувати себе приналежною до людства;

- *креативний*: здатність до творчої активності, вміння творчо самовиражатися в житті, виходити за рамки стереотипних знань; нестандартно мислити і вирішувати будь-які життєві завдання завдяки розвиненій довірі до своєї творчої сутності; генерувати оригінальні ідеї; надавати довершеного вигляду продуктам власного мислення;

- *духовний*: здатність розвивати свою духовну природу, висловлювати і втілювати вищі цінності, такі як добро, краса, ідеал, віра, співчуття,



доброзичливість, справедливість, каяття, тактовність, а не декларувати їх.

Приведення всіх внутрішніх потенціалів людини у стан рівноваги й узгодженості створює міцне ядро всебічно здорової, гармонійної особистості, здатної приходити до стану гармонії в усіх сферах життєдіяльності, а отже, і встановлювати та підтримувати гармонійні міжособистісні відносини.

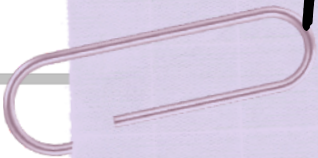
Отже, вищевикладений аналіз наукової літератури забезпечує осмислення базових понять: «відносини», «міжособистісні відносини»; «гармонія», логічне міждисциплінарне інтегральне дослідження гармонійних міжособистісних відносин як цілісного конструкта й уможлиблює формулювання авторського визначення феномена *«гармонійні міжособистісні відносини здобувачів вищої освіти»* як *інтегрованого особистісного утворення, яким відображається спроможність молодих людей до самоцінного контакту й виражається в ціннісному, емоційно-чуттєвому ставленні до іншого й самого себе, виявленні духовно-інтелектуальної сутності особистості й дотриманні нею моральних, етичних принципів, норм поведінки в ситуаціях міжособистісної взаємодії.*




Запитання для самоперевірки і самоконтролю:

1. Назвіть можливі причини, що спричиняють соціально-духовну кризу особистості покоління Z.
2. У яких державних законодавчих і нормативно-правових документи висвітлено основні положення, що засвідчують актуальність і необхідність виховання особистості в освітньому процесі закладів вищої освіти у дусі життєтворення, гармонійного співіснування у соціальному світі в цілому та формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців?
3. Назвіть по п'ять прізвищ науковців, які досліджують проблему гармонійних міжособистісних відносин у зазначених напрямках: філософія освіти, психологія, педагогіка.
4. Яку роль відіграють праці філософів у дослідженні проблеми гармонійних міжособистісних відносин?
5. Як виникла теорія міжособистісних відносин? Хто був її засновником?
6. Охарактеризуйте міжособистісні відносини крізь призму психологічної науки.
7. Дайте визначення понять: «стосунки», «взаємини», «відносини».
8. Чому у контексті формування міжлюдських зв'язків у здобувачів вищої освіти доцільно вживати поняття «відносини»?
9. Об'єктом дослідження яких наук являються гармонійні міжособистісні відносини чи певні аспекти даного поняття?
10. Дайте визначення поняття «міжособистісні відносини».
11. Що таке гармонія? Розкрийте суть дефініції зазначеного поняття.
12. У чому полягає практичне значення екзистенціального підходу до розгляду поняття «гармонія» у контексті означеної проблеми?
13. Як проявляється гармонія у міжособистісних відносинах?
14. Охарактеризуйте феномен «гармонійні міжособистісні відносини» як інтегральну наукову категорію.





**ПРОЦЕС ВСТАНОВЛЕННЯ
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН.
ЗМІСТ ТА СТРУКТУРА
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**



**Лекційне заняття
№3**



Мета. Формувати уявлення про процес встановлення гармонійних міжособистісних відносин; охарактеризувати особливості процесу спілкування, спільної діяльності, міжособистісної взаємодії суб'єктів гармонійних міжособистісних відносин та розкрити їх взаємозв'язки; формувати уявлення про структуру та ключові компоненти гармонійних міжособистісних відносин; розкрити основні аспекти, що є підставою для виділення мотиваційного, когнітивного, афективного та інтеракційного компонентів у структурі гармонійних міжособистісних відносин; схарактеризувати основні змістовні складові кожного із структурних компонентів гармонійних міжособистісних відносин; сприяти розвитку критичного мислення, навичок ефективного спілкування, співробітництва, конструктивної взаємодії; виховувати світоглядну культуру особистості, людяність, повагу до оточення.

Ключові поняття:

Спілкування, спільна діяльність, міжособистісна взаємодія, духовна міжособистісна взаємодія, практична міжособистісна взаємодія, почуття, суб'єктивне ставлення, поведінка, компоненти гармонійних міжособистісних відносин: мотиваційний, когнітивний, афективний та інтеракційний, когніція, інтеракція.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття
2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу
Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:
 1. Суть та процес встановлення гармонійних міжособистісних відносин
 2. Структура та зміст гармонійних міжособистісних відносин.
3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу
4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія
5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Базова

[1]

Допоміжна

[2, 5, 7]

Електронні інформаційні ресурси

[2, 4, 5, 6]

Зміст лекції:

1. Суть та процес встановлення гармонійних міжособистісних відносин

У контексті здійснення виховних впливів, спрямованих на вивищення міжособистісних відносин до їх гармонійного стану, міжособистісні відносини особистості є проєкцію міжособистісної взаємодії, де остання – це процес виконання спільної діяльності відносно спільного матеріального об'єкта, що опосередкований спілкуванням взаємодіючих суб'єктів, основною метою



якої є досягнення спільного результату (рис. 1).



Рис. 1. Схема встановлення міжособистісних відносин

Розглядаючи співвідношення понять «спілкування», «спільна діяльність», «міжособистісна взаємодія» і їх роль у формуванні міжособистісних відносин, видається ціннісною думка В. Білоусової, Л. Виготського, О. Ліннік, В. Лозової, Л. Орбан-Лембрика, А. Троцко, Р. Шакурова, що спілкування та діяльність особистості – це єдине ціле, адже взаємодія з предметами є одночасно взаємодією з людьми, а тому, вони існують не поза межами міжособистісної взаємодії, а являються їх духовно-практичною стороною.

Спілкування і діяльність розглядається як духовно-практичний інструментарій організації міжособистісної взаємодії, які безпосередньо визначають характер міжособистісних відносин і сприяють формуванню гармонійних міжособистісних відносин. До того ж, як слушно зауважує Л. Орбан-Лембрик, міжособистісна взаємодія може бути духовною (спілкування, «що представляє собою обмін духовними цінностями, інформацією») і практичною (спільна діяльність, у ході якої відбувається обмін фізичними діями, матеріальними цінностями, предметами тощо), що з однієї сторони обумовлена, а з іншої – впливає на загальний характер міжособистісних відносин. Слід акцентувати, що міжособистісна взаємодія розглядається у контексті здійснення виховних впливів на майбутніх фахівців у процесі їх спілкування та спільної діяльності, що забезпечить спрямованість і керованість діями індивідів стосовно одне до одного та співвідношення суб'єктами цілей й організації їх досягнення.

Прикметно, що *спілкування* як засіб установлення духовного зв'язку, обміну емоційними станами, інформування, передавання життєвого досвіду, пізнання суб'єктами міжособистісних відносин одне одного є життєвою потребою індивіда, фактором існування людини як соціальної істоти, способом самовираження людського «Я», унікальною умовою існування суспільства. Водночас, спілкування є інтегрованим процесом, який включає когнітивну (обмін інформацією, ідеями,

знаннями, судженнями), матеріальну (обмін предметами та продуктами діяльності), кондиційну (обмін психічними та фізіологічними станами), мотиваційну (обмін спонуканнями, цілями, захопленнями, бажаннями, мотивами, потребами), діяльнісну (обмін діями, уміннями та навичками) та духовну (передавання іншим своїх духовних здобутків) складові. Як бачимо, воно охоплює чималу низку елементів. Перш за все, спілкування розглядається як процес духовної взаємодії людини з іншою, де у формі діалогу відбувається обмін духовними цінностями, досвідом. Його метою є залучення суб'єктів міжособистісних відносин до сумісних дій та набуття духовної єдності.

Спільна діяльність як джерело онтогенезу міжособистісних відносин, опосередкована цілями (індивідуальні чи колективні), змістом (соціально-ціннісний чи асоціальний), цінностями, ступенем відповідальної залежності учасників, принципами, правилами, ціннісними орієнтаціями, є головним регулятором поведінки людей і впливає на міру сформованості та загальний розвиток міжособистісних відносин. При цьому, чим вищий ступінь спільності в діяльності, різноманітніші за своєю структурою кооперативні, групові форми організації навчально-пізнавальної діяльності, тим інтенсивніше відбуваються процеси створення та розвитку колективу в цілому, тим різноманітнішими та змістовнішими будуть зв'язки учасників міжособистісних відносин. А відтак різнопланова спільна діяльність забезпечить становлення морального, духовного, культурного ядра в особистостей для зародження та розвитку гармонійних міжособистісних відносин.

Тож, постає очевидним, що міжособистісні відносини зароджуються й розвиваються у ході міжособистісної взаємодії, яка включає два важливих процеси: спілкування та спільну діяльність. Слід акцентувати, що, зважаючи на низку суб'єктивних й об'єктивних чинників, зокрема на характер спілкування, спільної діяльності та ставлення суб'єктів один до одного, міжособистісна взаємодія може мати полярний характер – від кооперації до конкуренції, від співробітництва до суперництва. Тобто, міжособистісна взаємодія як діалектичний процес являє собою поєднання двох протилежних тенденцій: з однієї сторони – до співпраці та інтеграції, з іншої сторони – до боротьби та диференціації. До того ж, уміння ефективно взаємодіяти не закладено в людській істоті генетично, як у тварини, а формується в онтогенезі, у процесі її навчання та виховання. Звідси випливає, що саме педагогічний вплив покликаний створити умови для співпраці, співтворчості, кооперації, інтеграції та координації дій і поведінки учасників міжособистісних відносин, їх духовного зростання і найвищих проявів гуманності суб'єктів взаємодії один до одного.

Відповідно до поглядів Г. Андрєєвої, Р. Бака, В. Гейліна, П. Елсуорта, Дж. Зінгера, Р. Кліннерта, В. Куніциної, А. Леонтєва, М. Обозова, В. Панфьорова найважливішою специфічною рисою міжособистісних відносин є емоційна основа. Це відображає той факт, що міжлюдські зв'язки виникають і розвиваються на ґрунті різноманітних емоційних станів, переживань, почуттів учасників міжособистісних відносин стосовно одне одного. Показово, що відносини, у які включено дві і більше особи, можуть проявлятися як в позитивному, так і в байдужому чи емоційно-негативному вимірі. Насамперед, це позитивні та негативні



переживання, внутрішньоособистісна та міжособистісна емоційна чутливість, конфліктне чи узгоджене емоційне ставлення, задоволення чи незадоволення собою, партнером, спільною роботою, спілкуванням тощо.

Досліджуючи емоційний зміст міжособистісних відносин, який утворюють афекти, емоції та почуття, психологи акцентують увагу на вияві почуттів. Вони вважають, що почуття особистості трансформуються у двох протилежних траєкторіях: від кон'юнктивних (позитивних, об'єднуючих), для яких характерні близькість, послаблення напруження, схвалення, до диз'юнктивних (негативних, роз'єднуючих) – притаманно відхилення, напруження, відчуження. А. Журавльов і В. Іванов до цих груп додають індіферентні (нейтральні) почуття, які виявляються в безучастності, байдужості, та амбівалентні (суперечливі), для яких притаманна неузгодженість, двоїстість почуттів, що одночасно переживає особистість до однієї й тієї самої події, об'єкта чи суб'єкта. Тож, знакове вираження чуттєво-емоційних проявів є могутнім важелем у формуванні та розвитку міжособистісних відносин. Відтак, видається особливо важливим виховання емоційної сфери особистості, формування здатності до співпереживання, емпатії, самовиховання та саморегуляції емоційних реакцій, станів, що забезпечує стабільність її емоційних проявів у міжособистісних відносинах.

У процесі міжособистісної взаємодії на основі відчуттів та емоційної оцінки, суб'єкти міжособистісних відносин завжди виявляють своє *суб'єктивне ставлення* до навколишньої дійсності, до того, що вони пізнають, подій, відносин, до себе, й, звісно, до людей, з якими вступають у контакт. За словами С. Рубінштейна, те, чого варта людина, цілком визначається тим, до яких людських відносин вона прагне, яке ставлення до себе, іншої людини та світу в цілому вона здатна проявляти. З огляду на це, міжособистісні відносини обумовлені трьома взаємопов'язаними елементами: ставленням індивіда до іншого, до себе та предметів і явищ зовнішнього світу. Водночас, ставлення до інших людей утворює у структурі особистості «комунікативне ядро» й детермінує як характер людини, так і її відносини з іншими людьми. Ідеться про те, що на основі особистісно значущих потреб, Я-цінностей, мотивів, ідеалів, переконань і схильностей суб'єкти міжособистісних відносин можуть демонструвати егоїстичні (виявляються в ігноруванні інших, надмірності, зухвалості, самовпевненості тощо), гуманістичні (виявляються у ставленні до людини як найвищої цінності) та ділові (виявляються в захопленні діяльністю, прагненні пізнавати, взаємодіяти з іншими заради справи) ставлення.

Приділяючи увагу конфліктному підґрунтю міжособистісних відносин, А. Анцупов, Є. Донченко, Н. Заїченко, А. Ішмуратов, Л. Сохань, В. Шейнов, Т. Шибутані визначають їх як нормальний природний процес спілкування та взаємодії, базисом якого має бути взаєморозуміння, взаємодопомога, взаємодовіра, що досягається значними зусиллями, спрямованими на нівелювання конфліктів у неосяжному просторі людських емоцій, почуттів, потреб, інтересів. Конфліктною ж основою у міжособистісних відносинах можуть бути як внутрішні характеристики індивіда: комплекси, амбіції, риси характеру, потреби, самооцінка, емоційна неврівноваженість, так і зовнішні прояви поведінки (агресія, пасивність, байдужість, інтолерантність тощо). Тобто, характер міжособистісних відносин тією



чи іншою мірою залежить від індивідуальних, психологічних рис особистості, а також від обраних нею способів поведінки.

Прикметно, що *поведінка* як зовнішній прояв внутрішнього світу суб'єкта міжособистісних відносин одночасно є і стимулом, і реакцією на поведінку іншого суб'єкта, і від вибору стилю поведінки значно залежить загальний характер міжлюдських відносин. Науковці зауважують, що існують конструктивні способи поведінки, коли люди прагнуть до налагоджування міжособистісних відносин, і деструктивні – характеризуються небажанням і невмінням установлювати та гармонізувати міжособистісні відносини, ігноруванням, боязню інших людей чи зверхнім ставленням до суб'єкта взаємодії. Якщо вчинки, дії суб'єктів міжособистісних відносин співвідносяться з їхніми внутрішніми бажаннями, узгоджуються з ціннісними орієнтаціями, співпадають із суспільними цінностями та нормами, суб'єкти зацікавлені взаємодією, то поведінка буде конструктивною: відповідальною, асертивною, доброзичливою, спрямованою на підтримку, допомогу та продуктивне співробітництво. Однак, якщо вчинки та дії суб'єктів міжособистісних відносин не відповідають їхнім внутрішнім потягам, розбіжні з соціальними та ціннісними орієнтаціями, нормами, то така поведінка буде деструктивною: прояв безвідповідальності, байдужості, агресивності чи пасивності.

Безпосереднє практичне значення мають наукові висновки О. Бодальова, О. Киричука, І. Котова, М. Обозова, Г. Саллівана, які, надаючи вихованню міжособистісних відносин вирішального значення, підтверджують важливу для педагогіки закономірність: виховання міжособистісних відносин – потужний фактор, що детермінує формування різних складових у внутрішній структурі особистості й її розвиток. Як справедливо зауважує Г. Салліван, міжособистісні відносини є детермінантою психічної й особистісної еволюції людини, так як вона не може бути ізольована від соціуму і відносин з людьми. Розкриваючи механізм виховного впливу на особистість, дослідники акцентують увагу на тому, що міжособистісні відносини визначають характер її світосприйняття, емоційного стану, учинків в тих сферах буття, котрі виходять за межі безпосередньої міжлюдської взаємодії.

Як бачимо, міжособистісні відносини є інтегральною складною динамічною категорією, якою охоплюється широкий діапазон різноманітних складових, що тією чи іншою мірою впливають на їх характер.

2. Структура та зміст гармонійних міжособистісних відносин

Дослідження будь-якого об'єкта, процесу чи явища потребує обґрунтування його структури та змісту. Науковці наголошують, що структура досліджуваного об'єкта становить упорядкованість зовнішніх і внутрішніх, тривалих і стійких взаємозв'язків між його окремими компонентами, які забезпечують стійкість і цілісність розуміння об'єкта дослідження.

При визначенні структури та змісту гармонійних міжособистісних відносин нами доцільно враховано наступні положення:

1. Міжособистісні відносини, які є змістовим центром проблеми дослідження, мають суб'єкт-суб'єктний характер і розглядаються у двох аспектах: зовнішньому (об'єктивному) – реальні міжлюдські зв'язки, які об'єктивно



розкриваються у ході міжособистісної взаємодії (спілкуванні і спільній діяльності) та проявляються у різноманітних діях, учинках, поведінкових формах їх учасників; внутрішньому (суб'єктивному) – полягає у прояві зацікавленості, емоційно-особистісних ставлень людей один до одного на основі їх уявлень, думок, знань, емоцій, почуттів, оцінок.

2. Суттєвими характеристиками міжособистісних відносин, які правомірно можна назвати гармонійними, є: бажання, прагнення, інтерес, орієнтація особистості на встановлення, підтримку та розвиток міжособистісних відносин; ціннісні орієнтації особистості; виражений морально-етичний світогляд; знання норм і правил поведінки; пізнання, розуміння себе і партнера; сумірна виразність зближуючих і віддаляючих почуттів; здатність регулювати власний емоційний стан; толерантне, емпатійне ставлення індивідів один до одного; здатність адекватно оцінювати себе, свої вчинки, інших; конструктивна міжособистісна взаємодія, що ґрунтується на активності учасників у ході спільної діяльності й ефективного спілкуванні; прояв духовності, моральності, гуманності в думках, судженнях, ставленні, діях, учинках і поведінці.

3. Потужним фактором у розкритті глибинної сутності особистості, її потенціалів, пробудженні внутрішньої енергії, прояві людиною найвищих людських, моральних, духовних якостей у конкретних ситуаціях міжособистісної взаємодії, що сприятиме цілісному формуванню гармонійних міжособистісних відносин здобувачів вищої освіти є посилення едукаційних впливів на свідомість, духовність й особистісні якості здобувачів вищої освіти в освітньому процесі закладів вищої освіти.

Отже, структура гармонійних міжособистісних відносин розглядається як синергетична єдність взаємопов'язаних та взаємообумовлених компонентів: *мотиваційний, когнітивний, афективний та інтеракційний.*

Охарактеризуємо кожен із них.

Першим компонентом гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців визначено мотиваційний, що детерміновано наступними факторами:

1. Наявна мотивація може виконувати компенсаторну функцію у випадку недостатньої обізнаності особистості, сформованості умінь і навичок гармонійної міжособистісної взаємодії. Із цих міркувань, мотиваційний компонент гармонійних міжособистісних розглядається як такий, що дещо передує іншим компонентам.

2. Процес формування гармонійних міжособистісних відносин здобувачів вищої освіти ускладнюється тим, що молоді люди, будучи відносно зрілими особистостями, в умовах професійної підготовки здатні до лестощів, нещирої підтримки зв'язків з однокласниками, удавання співчуття, розуміння, зацікавленості в суб'єкті міжособистісної взаємодії, мімікрії (маскування, імітування) істинних поглядів, думок, свого єства, дій, учинків із власної користі – задля досягнення високих результатів у навчанні.

3. Мотивація, виконуючи смислоутворюючу функцію, задає вектор людському мисленню, процесу пізнання, емоціям і почуттям, ставленням, діям, учинкам, поведінці особистості та надає їм особистісного сенсу і значущості.

Отже, мотиваційний компонент у структурі гармонійних міжособистісних відносин є імперативом прояву непідробної духовності, моральності, гуманності



в думках, словах і діях особистості, що забезпечує її зацікавленість, активність, бажання встановлювати, підтримувати та розвивати гармонійні міжособистісні відносини, прагнення до духовного саморозвитку; спрямовує й організовує погляди, судження людини, надихає на людські вчинки та дії, а також надає осмисленості, цілеспрямованості, особистісного смислу та значущості її поведінці і діяльності.

Основними змістовими складовими мотиваційного компонент гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців є наступні: *інтеріоризовані цінності, мотиви, мотиваційні орієнтації особистості, потреби, спрямованість особистості.*

Другим компонентом гармонійних міжособистісних відносин є когнітивний (від поняття «когніція» – пізнавальний процес; процес оволодіння знаннями та його результат), що детерміновано наступними чинниками:

1. Будь-які окремі знання чи уявлення, які засвоює людина в процесі своєї життєдіяльності, трансформуються в теоретично цілісну систематизовану загальнозначущу форму, яка здатна або стимулювати її мисленеву діяльність, забезпечуючи таким чином позитивний вплив на емоційну та поведінкову сферу особистості, або, певною мірою, гальмувати цей процес.

2. Когнітивний компонент відповідає за збагачення духовного досвіду особистості завдяки пізнанню навколишнього світу, себе самого та суб'єкта взаємодії, засвоєнню всезагальних, загальнокультурних, морально-етичних знань, присвоєнню моральних, гуманних цінностей.

3. Знання, які є результатом активної пізнавальної діяльності, наскрізно пронизують кожен етап процесу формування гармонійних міжособистісних відносин, починаючи від формування світогляду особистості, усвідомлення власного «Я», сприйняття іншого суб'єкта міжособистісної взаємодії, уявлення про досліджуване явище до моделювання власної поведінки.

Отже, когнітивний компонент передбачає самостійну пізнавальну діяльність, стимуляцію мислинневих процесів вищого рівня щодо пізнання об'єктивного світу, самого себе та суб'єкта міжособистісної взаємодії, набуття духовного досвіду, накопичення, усвідомлення й осмислення різноаспектних теоретико-практичних уявлень і понять про базові категорії культури, етики, моралі, про біологічні, психологічні, індивідуальні особливості індивіда, а також зміст, структуру гармонійних міжособистісних відносин та їх роль у життєдіяльності людини.

Основними змістовими складовими когнітивного компонент гармонійних міжособистісних відносин є такі: *інтелектуальні здібності, пізнання особистістю самої себе (самопізнання), пізнання особистістю суб'єкта міжособистісної взаємодії, загальна ерудиція особистості, світоглядна культура, ґрунтовні знання про гармонійні міжособистісні відносини.*

При виділенні афективного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин слід враховувати наступне:

1. Умовою перетворення духовно-пізнавального потенціалу особистості на духовно-особистісний є процес трансформації засвоєних різнопланових знань на рівні уявлень і понять в особистісні смисли на емоційному рівні.

2. Адекватність емоційних реакцій особистості в рамках гармонійних

міжособистісних відносин залежить від обізнаності про почуття й емоції, вміння виражати емоційно-чуттєві стани, усвідомлення їх ролі у життєдіяльності людини. Отже, у структурі досліджуваного явища афективний компонент розглядається як такий, що слідує за когнітивним.

3. Афективний компонент гармонійних міжособистісних відносин відображає той факт, що вони наскрізно пронизані афектами, емоціями та почуттями, які суб'єктивно переживаються суб'єктами міжособистісної взаємодії та об'єктивно виражаються у ставленнях до себе, інших, конкретної ситуації міжособистісної взаємодії, діях, учинках і поведінці. Зміст і ступінь вираженості емоційних процесів особистості надзвичайно різноманітний: ті, що можуть забарвити міжособистісну взаємодію яскравими кольорами, направити думки індивіда на творчість та ті, що здатні затьмарити сприйняття людиною навколишнього світу, завдати руйнівної дії міжособистісним відносинам, знижувати ефективність міжособистісної взаємодії чи взагалі нейтралізувати активність людини, а отже, і її діяльність.

4. Особливо принциповими видаються судження науковців, що у ранньому юнацькому віці, який припадає на період студентства, за сприятливих умов інтенсивно розвивається та реалізується емоційний потенціал людини. Це вказує на те, що студентський вік є сенситивним періодом для формування, корекції, розвитку та вдосконалення емоційної сфери молодих людей.

Отже, афективний компонент гармонійних міжособистісних особистості відповідає за прояв надзвичайно різноманітного спектра емоційних процесів (афектів, емоцій, почуттів) та відображає багатий емоційно-чуттєвий світ молодих людей; розвинені вищі почуття, досвід позитивного емоційного ставлення до себе та інших; емоційна чутливість, емпатійність, толерантність; адекватна оцінка та самооцінка; здатність мобілізувати вольові зусилля задля здійснення емоційно-вольової саморегуляції.

Змістовими складовими афективного компонент гармонійних міжособистісних відносин здобувачів вищої освіти є: *емоції, вищі почуття, здатність особистості до емпатії, позитивно-емоційне суб'єктивне ставлення до себе і суб'єкта взаємодії, адекватна оцінка суб'єкта взаємодії та самооцінка, високорозвинені вольові якості особистості, здатність особистості до емоційно-вольової саморегуляції.*

Наступним структурним компонентом гармонійних міжособистісних відносин визначено інтеракційний, де *інтерація* (з англ. «inter» – між-, серед-, взаємо- і «act» – діяти) трактується як безпосередня міжособистісна взаємодія.

Об'єктивність виділення інтеракційного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин підтверджується наступними положеннями:

1. Конструкти «міжособистісна взаємодія» (інтерація) та «гармонійні міжособистісні відносини» є взаємозалежними: зародження, підтримка та розвиток гармонійних міжособистісних відносин відбувається в процесі міжособистісної взаємодії; характер інтерації впливає на якість сформованості гармонійних міжособистісних відносин.

2. У контексті здійснення виховних впливів, спрямованих на вивіщення міжособистісних відносин майбутніх фахівців до їх гармонійного стану, доцільно



зважаючи на погляди сучасних науковців-педагогів Г. Васяновича, М. Євтуха, А. Турубарової, О. Цокур, Т. Черкашиної, які, досліджуючи міжособистісні відносини, схилиються до виокремлення інтеракційного компонента.

3. Інтеракційний компонент становить видиму частину конструкта «гармонійні міжособистісні відносини», тобто виступає їх об'єктивною стороною, є реальним проявом мотиваційного, когнітивного й афективного компонентів у діях, учинках і поведінці майбутніх фахівців у ситуаціях міжособистісної взаємодії.

4. Виховання майбутніх фахівців у процесі інтеракції є тою рушійною силою, що здатна забезпечити вироблення умінь і навичок гармонійної міжособистісної взаємодії, зміцнення духовного, морально-етичного, культурного ядра молодих людей задля встановлення, підтримки та розвитку ними гармонійних міжособистісних відносин як у професійній діяльності, так і в інших сферах їх життєдіяльності.

На підставі узагальнення вищезазначених положень, можна констатувати, що інтеракційний компонент правомірно займає особливе місце у структурі гармонійних міжособистісних відносин, який проявляється у найлюдяніших, найморальніших, найдуховніших якостях особистості, а також учинках і діях майбутніх фахівців у конкретних ситуаціях міжособистісної взаємодії, які підпорядковуються законам Істини, Добра, Краси й інтегруються у гідну, упевнену, безконфліктну поведінку особистостей у цілому.

Отже, інтеракційний компонент гармонійних міжособистісних відносин майбутніх відображає діяльну природу людини і виявляється у спроможності майбутніх фахівців до співпраці й ефективного спілкування; безкорисливих, моральних, гуманних вчинках та діях; уміння обирати асертивну модель поведінки та конструктивно розв'язувати конфліктні ситуації; активності індивідів у встановленні гармонійних міжособистісних відносин.

Серед змістових складових афективного компонент гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців слід наголосити на таких: *здатність до ефективного спілкування, здатність до співробітництва, безкорисливі учинки, асертивна поведінка.*

На підставі аналізу структурних компонентів досліджуваного явища, структура гармонійних міжособистісних відносин здобувачів вищої освіти розглядається як комплексне утворення, де кожен компонент є відносно самостійним, виконує свою функцію, однак існує не окремо, а, навпаки, перебуває у взаємозалежній, взаємообумовленій і взаємодоповнювальній єдності з іншими компонентами, цим самим, рівною мірою, забезпечуючи структурну цілісність феномена.

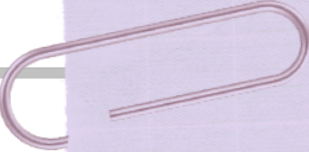


Запитання для самоперевірки і самоконтролю:


1. Чим детермінований процес формування міжособистісних відносин?
2. Дайте визначення поняттям: «спілкування», «спільна діяльність», «міжособистісна взаємодія».
3. Розкрийте співвідношення понять «спілкування», «спільна діяльність», «міжособистісна взаємодія».



4. У чому полягає конфліктне підґрунтя міжособистісних відносин?
5. Схарактеризуйте поведінку як зовнішній прояв внутрішнього світу суб'єкта міжособистісних відносин.
6. Що таке структура та зміст поняття?
7. Які компоненти входять до структури гармонійних міжособистісних відносин?
8. Чим детерміновано виділення мотиваційного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин?
9. Чим детерміновано виділення когнітивного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин?
10. Чим детерміновано виділення афективного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин?
11. Чим детерміновано виділення інтеракційного компонента у структурі гармонійних міжособистісних відносин?
12. Дайте визначення поняттям: «когніція» та «інтеракція».



**ЗМІСТОВІ СКЛАДОВІ
МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТА
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**



**Лекційне заняття
№4**



Мета. Формувати уявлення про змістові складові мотиваційного компонента та особливості їх прояву у гармонійних міжособистісних відносинах; розкрити суть життєвих цінностей та ціннісних орієнтацій особистості; формувати уявлення про ієрархічну систему потреб людини та їх роль у життєдіяльності; розкрити зміст потреб, задоволення яких сприятиме успішному встановленню, підтримці та розвитку гармонійних міжособистісних відносин; забезпечити розуміння наявних особистісних потреб у здобувачів вищої освіти; розкрити суть мотивації як одного зі шляхів досягнення успіху у встановленні, підтримці та розвитку гармонійних міжособистісних відносин; сприяти усвідомленню, що у своїй сукупності мотиваційні складові визначають спрямованість особистості, яка є визначальним мотиваційним орієнтиром досягнення гармонії у міжособистісних відносинах; розвивати навички ефективного спілкування; мотивувати молодих людей до міжособистісної взаємодії на духовних, моральних, етичних засадах; виховувати самоповагу та повагу до інших; виховувати духовність, моральність, гуманність.

Ключові поняття:

Змістові складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин, цінності, ієрархічна система цінностей, інтеріоризація, потреби, соціогенні потреби, афектація, мотив, мотиваційні орієнтації особистості, спрямованість особистості.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття
2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу
Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:
 1. Основні змістові складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 2. Цінності та ціннісні орієнтації особистості як складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 3. Потреби та мотиви – складова мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 4. Спрямованість особистості як характеристика гармонійних міжособистісних відносин.
3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу
4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія
5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Базова

[1, 2, 3]

Допоміжна

[5, 9, 14, 15, 16]

Електронні інформаційні ресурси

[1, 2, 3, 4, 5, 6]



Зміст лекції:

1. Основні змістові складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Основними змістовими складовими мотиваційного компонент гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців є наступні:

– *цінності*: трансформація в особистісно значущі смисли (інтеріоризація) таких цінностей, як духовних, моральних, етичних, гуманних, культурологічних, соціальних, інтелектуальних, емоційних, педагогічних й інших;

– *потреби*: соціогенні (потреба включення, потреба контролю, афектація, потреба у спілкуванні, потреба у повазі та визнанні, потреба в набутті соціального статусу, потреба в персоналізації, потреба у психологічній безпеці), духовні, моральні, естетичні, інтелектуальні й інші;

– *мотив*: причини, що надихають на встановлення контакту, стимулюють, спонукають людину до дій, спрямовують потік її думок, емоцій та почуттів, задіяних у процесі життєдіяльності;

– *мотиваційні орієнтації особистості*: орієнтація на взаємодію та співпрацю; орієнтація на отримання задоволення від процесу спілкування; орієнтація на об'єктивність та адекватність сприйняття, прийняття, розуміння та толерантне ставлення до суб'єкта взаємодії та орієнтація на успіх; спрямованість особистості: спрямованість особистості на встановлення, підтримку та розвиток гармонійних міжособистісних відносин; спрямованість особистості на діалогічне, рівноправне спілкування співробітництво.

2. Цінності та ціннісні орієнтації особистості як складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Відповідно до поглядів М. Бауера, С. Махновського, О. Мірошніченко, О. Молчанюк, А. Степанюк, О. Соколенко, О. Столяренко, Н. Ткачової, А. Чумакової у структурі мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин, першочергово, розглядаються *цінності та ціннісні орієнтації особистості*. Справедливість такого бачення зумовлена тим, що на етапі мотивації цінності трансформуються в об'єкт духовних потреб молодих людей, визначають зміст мотивів і, перетворюючи їх у переконання та установки, сприяють установленню життєвої позиції особистості, спрямовують її діяльність, спілкування, вчинки та поведінку до найвищих проявів духовності, моральності, гуманності.

У сучасних наукових джерелах цінності розуміється досить неоднозначно. Очевидно, що у контексті гармонійних міжособистісних відносин ціннісним є погляд В. Бобрицької, яка виокремила суттєві характеристики феномену «цінності» як складника мотиваційної сфери. Під цінностями авторка розуміє: те, що задовольняє інтереси й потреби особистості; особлива індивідуальна реальність, що набуває позитивної значущості; «маркер» особливої значущості будь-чого для життєдіяльності особистості; те, що детермінує мотивацію суб'єкта й його вибір способів поведінки. Варто акцентувати на поглядах Ш. Шварца, який наголошує, що цінності відображають три сфери найважливіших потреб у житті людини: природні потреби, потреби в соціальній взаємодії та потребу у виживанні. Отже, це підтверджує правомірність розгляду цінностей у складі мотиваційного компонента.



Множинність поглядів авторів на розуміння сутності та природи феномену «цінності» зумовлює наявність чисельних класифікацій у науковій літературі, зокрема.

Серед цінностей науковці виділяють наступні групи: інтелектуальні, естетичні, соціальні, аллоцентричні, матеріальні, гедоністичні, суспільні, моральні, релігійні, пізнавальні, емоційні, національні, культурологічні, педагогічні цінності вдосконалення та цінності престижу, цінності соціального, матеріального та духовного життя; людина й людство як найвищі цінності та інші.

Особливу ланку ієрархічної системи цінностей гідної людини життя становлять духовні, моральні цінності вищого порядку, які ще називають загальнолюдськими, універсальними або справжніми цінностями. Вони є вищим початком в людині, орієнтованого на визнання цінності іншої людини, цінності людського буття та прагнення до духовного ідеалу. У цих умовах стверджується цінність іншої людини та самоцінність, що є найважливішою передумовою для встановлення, підтримки та розвитку гармонійних міжособистісних відносин.

Очевидно, що абсолютно усі види цінностей мають місце у житті людини, адже вона є носієм не конкретно одної цінності, а цілісного досконалого набору цінностей, що є ієрархічним, упорядкованим, суто індивідуальним, унікальним та невідтворним.

Саме ієрархічна система цінностей особистості виступає сполучною ланкою між культурою суспільства і її духовним світом та визначає життєву позицію людини у світі. Інтеріоризація цінностей забезпечує установаження ціннісних орієнтацій особистості, що безпосередньо визначають усі сфери її життєдіяльності. Вона формується у процесі всієї життєдіяльності людини, піддаючись трансформаціям у динамічно мінливих умовах швидкоплинного світу.

Під впливом різноманітних суб'єктивних та об'єктивних чинників (національна приналежність, духовні надбання нації, культурні тенденції, віросповідання, суспільний ідеал, соціум, презумпція освіти тощо), ієрархія цінностей людини на її певних життєвих відрізках може видозмінюватися, при цьому одні будуть набувати сильнішого прояву, інші слабшого, і навпаки.

У контексті гармонійних міжособистісних відносин видається принциповим судження Л. Помиткіної, що засвоєні в студентські роки особистістю цінності, норми, моделі поведінки трансформуються у ціннісні орієнтації людини, набуваючи достатньо стійкого характеру і в подальшому житті, як правило, уже не піддаються кардинальним змінам. Навіть суттєво важливі події в соціальній, професійній чи індивідуальній чи інших сферах життєдіяльності молоді, уставлений «ціннісний хребет особистості» істотно не трансформують.

Отже, з метою формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців процес виховання, навчання та розвитку має бути спрямований на трансформацію у особистісно значущі смисли людини (інтеріоризацію) таких цінностей як духовні (віра, любов, надія, ідеал, каяття, сповідання, благо, істина, миролюбність тощо), моральні (краса вчинку, чесність, справедливість, вдячність, повага тощо), етичні (краса, насолода, добро, прекрасне тощо), гуманні (людина як найвища цінність, турбота, взаємодопомога, співпереживання тощо), культурологічні (надбання нації, традиції, історія народу тощо),



соціальні (сім'я, колектив, згуртованість, дружба обов'язок, відповідальність тощо), інтелектуальні (духовні знання, досвід, інтуїція, пізнання світу, самопізнання, освіченість тощо), емоційні (оптимізм, чуйність, співчуття, позитивне ставлення, емпатія тощо), педагогічні (професійні знання, загальна ерудиція, честь, гідність, повага, толерантне ставлення, доброзичливість, саморефлексія, автономія тощо) й інші.

3. Потреби та мотиви – складова мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Потреби – внутрішні стани, що виражають залежність живого організму від необхідності у чомусь, і які, потребуючи задоволення, являються основним джерелом енергії, внутрішнім поштовхом людини до активності.

Потреби відображають своєрідність інтересів людини, її фізичні та психологічні особливості, уподобання.

Американським ученим-психологом А. Маслоу життєві потреби людини було розподілено у групи та презентовано у формі ієрархічної піраміди.

Найнижче місце серед потреб людини займають фізіологічні, до яких належать найбільш насущні природні потреби людини, задоволення яких пов'язане із виживанням та підтримкою життєдіяльності організму (їжа, вода, житло). Якщо вони не задоволені, то легко беруть гору над усіма іншими потребами і відсувають їх на задній план, таким чином підпорядковуючи поведінку людини.

Наступні потреби – це потреби безпеки пов'язані із прагненням і бажанням особистості до стабільності та безпеки (захист від страху, болю, хвороб та інших страждань).

Потреби приналежності й любові відображають прагнення людини до участі у спільних діях, вона хоче спілкуватися, установлювати та розбудовувати міжлюдські контакти, бути членом соціуму тощо. Ці потреби схиляють людину до встановлення та підтримки гармонійних міжособистісних відносин, дружніх та інтимних стосунків з людьми.

Такі потреби, як необхідність у визнанні (повазі) виявляються у прагненні до звершень, досягнення чогось, незалежності, престижу, соціального статусу, значущості. Людині важливе самовизнання та те, що її визнають інші.

Задоволення вищезазначених потреб викликає віру в свої сили, відчуття своєї необхідності й корисності для інших. Натомість, не задоволення – призводить до безпорадності, слабкості та приниженості.

Найвищий щабель ієрархічної піраміди потреб за А. Маслоу займають потреби самореалізації та самопрезентації: полягають у прагненні людини робити те, до чого її спонукають здібності й нахили, до чого вона від чуває покликання, що є сенсом її життя і сприяє розвитку можливостей і здібностей».

Серед найбільш значущих потреб особистості, відповідно до контексту дослідження, слід віднести *соціогенні потреби*, задоволення яких забезпечує комфортну в духовному й емоційному планах життєдіяльність молодих людей як соціальних істот, суб'єктів соціуму. Викликає цікавість думка У. Шутца, який вважає, що більшість ситуацій міжособистісної взаємодії можна пояснити трьома чинниками, які відповідають трьом соціогенним потребам кожної людини:

включення, контроль і афектація. Потреба включення детермінується прагненням особистості до комфортної міжособистісної взаємодії, спільної діяльності, що базується на співпраці, правомірної рівності, відкритості, порозумінні тощо. Потреба контролю варіює від прагнення особистості влади та контролю над іншими людьми до необхідності бути контрольованим з боку інших. Особливо цінною у встановленні, підтримці та розвитку гармонійних міжособистісних відносин особистості є афектація як одна із потреб, що полягає у прагненні особистості проявляти та відчувати співпереживання, підтримку, цікавість, обмінюватися емоційним теплом у процесі міжособистісної взаємодії. Це суттєво пов'язано зі специфікою професійної діяльності: педагог має справу з чистими, щирими душами школярів і любов до дітей має стати його невід'ємною особистісною якістю, тією іскрою істинності, добра і краси, що забезпечить ефективність виховання, навчання та розвитку здобувачів початкової освіти.

На основі аналізу наукової літератури, до інших значущих соціогенних потреб, що забезпечують якісне формування гармонійних міжособистісних відносин, належать наступні: потреба у спілкуванні (є соціально обумовленою і пов'язана з обміном інформацією, розширенням кругозору, пізнанням людиною партнера, самопізнанням та уточнення відомостей про себе, опануванням досвіду соціального життя); потреба у повазі та визнанні (проявляється у відчутті власної цінності, значущості, поваги інших до тебе); потреба у набутті соціального статусу (пов'язана зі статусно-рольовим самовизначенням особистості та самоствердження у міжособистісних відносинах); потребу в персоналізації (або потребу «бути особистістю»), (необхідність ідеальної представленості себе в Іншому); потреба у психологічній безпеці (проявляється у комфортному позитивному спілкуванні, що нівелює відчуття напруги, тривоги, страху) та інші.

Окрім соціогенних потреб, процес формування та розвитку гармонійних міжособистісних відносин обумовлений й іншими, не менше значимими потребами, що сприяють її внутрішньому зростанню відповідно до законів Істини, Добра і Краси, усвідомленню сенсу життя, саморозкриттю та самореалізації. Серед таких потреб доцільно виділити такі як: *духовні* (вищі потреби особистості, що передбачають творінні людиною своєї внутрішньої сутності, яка і є початком, що пов'язує людське «Я» зі світом); *моральні* (характеризують стійкі психічні стани людини, що знаходять своє відображення у безкорисливому прагненні діяти на благо, проявляти щиросердність, порядність, любов, повагу, а також, у бажанні викорінювати зло, заздрість, самолюбство, корисливість, лицемірство, високомірність тощо); *естетичні* (полягають у милуванні, насолоді прекрасним, відчутті задоволення, необхідності досягнення ладу та гармонії тощо); *інтелектуальні* (полягають у потребі пізнавати світ, суспільство та самопізнанні) й інші. Уважаємо, що задоволення зазначених потреб є одним із «каталізаторів» процесу формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.

На основі потреб виникають *мотиви* особистості, тобто причина, що надихнула їх на встановлення контакту.

Б. Ломов зазначає, що навіть у самому примітивному варіанті міжособистісної взаємодії кожен із її суб'єктів має певний мотив, тобто причину, що надихнула їх на встановлення контакту.

У загальному вимірі мотив – це те, що визначає, стимулює, спонукає людину до дій, спрямовує потік її думок, емоції та почуття задіяні у процесі її життєдіяльності. Вони являють собою спрямовуючий і формоутворюючий чинник, представлений у свідомості людини у вигляді образу об'єкта як мети, на яку власне і спрямована активність особистості.

До встановлення, підтримки та розвитку гармонійних міжособистісних відносин їх суб'єктів можуть спонукати чисельні мотиви, які, перебуваючи в органічній інтегративній єдності являють собою мотиваційні орієнтації особистості.

Ураховуючи досвід Л. Божович, Є. Ільїна, С. Занюк, Т. Коломієць, Н. Мирончук, можна стверджувати, що мотиваційні орієнтації особистості потенційно обумовлюють характер діяльності та поведінки особистості як свідомого суб'єкта міжособистісних відносин та забезпечують досягнення гармонії у них. До них належать наступні: *орієнтація на отримання задоволення від процесу спілкування; орієнтація на адекватність сприймання, прийняття, розуміння та толерантне ставлення до суб'єкта взаємодії; орієнтація на успіх, визнання та інші.*

4. Спрямованість особистості як характеристика гармонійних міжособистісних відносин

У своїй сукупності мотиваційні складові визначають *спрямованість особистості*, яка є визначальним мотиваційним орієнтиром, що надає процесу пізнання, ставленням, діяльності і поведінці цілеспрямованості, структурованості, впорядкованості й осмислення. Варто зазначити, що під *спрямованістю особистості* розуміється макрохарактеристика особистості, утворену системою стійких найбільш важливих і впливових внутрішніх спонук, які зумовлюють специфіку її світобачення, діяльності, поведінки, спілкування, ставлень до себе, оточуючих, світу, визначаючи її соціальну і моральну.

У формуванні гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців визначальною є спрямованість особистості на встановлення, підтримку та розвиток гармонійних міжособистісних відносин, а також спрямованість особистості, безпосередньо у процесі спілкування та спільної діяльності. Йде мова про те, що у процесі міжособистісної взаємодії молодь має орієнтуватися на діалогічне, рівноправне спілкування, що ґрунтується на об'єктивному сприйнятті, розумінні та оцінці суб'єкта взаємодії, толерантності, емпатійності, повазі, відкритості, ширості, довірі особистості як до самої себе, так і до суб'єкта взаємодії, конгруентності (відповідності, подібності), дотриманні моральних норм і принципів, співробітництві, співпраці, досягнення компромісу, прагненні до самовияву, самовдосконаленні. Такі умови максимально сприятимуть прояву людяності, духовності, моральності у словах, думках, діях і поведінці індивіда.

Отже, мотиваційний компонент досліджуваного явища є імперативом прояву непідробної духовності, моральності, гуманності в думках, словах і діях особистості, що забезпечує її зацікавленість, активність, бажання встановлювати, підтримувати та розвивати гармонійні міжособистісні відносини, прагнення до духовного саморозвитку; спрямовує й організовує погляди, судження людини,

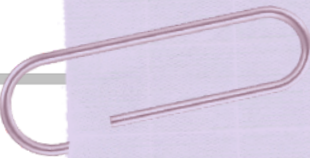
надихає на людяні вчинки та дії, а також надає осмисленості, цілеспрямованості, особистісного смислу та значущості її поведінці і діяльності.




Запитання для самоперевірки і самоконтролю:

1. Розкрийте суть цінностей та ціннісних орієнтацій особистості.
2. Як Ви розумієте поняття «ієрархічна система цінностей»?
3. Що розуміють під потребами особистості?
4. Схарактеризуйте піраміду потреб А. Маслоу.
5. Яка роль соціогенних потреб у встановленні гармонійних міжособистісних відносин? Які потреби серед них виділяють?
6. Що таке мотив? Яка його роль у встановленні гармонійних міжособистісних відносин?
7. Які мотиваційні орієнтації особистості потенційно обумовлюють характер діяльності та поведінки особистості як свідомого суб'єкта міжособистісних відносин та забезпечують досягнення гармонії?
8. Розкрийте суть спрямованості особистості.
9. Назвіть змістові складові мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.





**ЗМІСТОВІ СКЛАДОВІ
КОГНІТИВНОГО КОМПОНЕНТА
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**



**Лекційне заняття
№5**



Мета. Формувати уявлення про змістові складові когнітивного компонента та особливості їх прояву у гармонійних міжособистісних відносинах; розкрити роль інтелектуальної діяльності та загальної ерудиції особистості в процесі встановлення, підтримки та розвитку гармонійних міжособистісних відносин; формувати уявлення про важливість проблеми пізнання себе та значення самодіагностики як цінного джерела самопізнання у налагодженні міжособистісних відносин; актуалізувати поняття «духовність», «моральність», «людяність»; розкрити сутність краси людської душі; сприяти усвідомленню пріоритету прояву загальнолюдських якостей у діях, учинках, поведінці; сприяти усвідомленню необхідності розширювати знання про гармонію у міжособистісних відносинах; розвивати навички критичного мислення, ефективного спілкування; виховувати гідність, порядність, самоповагу, ціннісне ставлення до людей; мотивувати до встановлення, підтримки та розвитку гармонійних міжособистісних відносин.

Ключові поняття:

Інтелектуальна діяльність особистості, самопізнання, пізнання суб'єкта міжособистісної взаємодії, загальна ерудиція, світогляд, світоглядна культура, спеціальні знання про гармонійні міжособистісні відносини.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття
2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу
Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:
 1. Основні змістові складові когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 2. Інтелектуальна діяльність особистості як складова когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 3. Місце процесу пізнання людиною самої себе (самопізнанням) і суб'єкта міжособистісної взаємодії в структурі гармонійних міжособистісних відносин.
 4. Загальна ерудиція та світоглядна культура особистості в контексті гармонійних міжособистісних відносин.
 5. Необхідність оволодіння спеціальними знаннями задля досягнення гармонії у міжособистісних відносинах.
3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу
4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія
5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Базова

[1, 2]

Допоміжна

[5, 6, 12, 13]

Електронні інформаційні ресурси

[1, 2, 3, 4, 5, 6]



Зміст лекції:

1. Основні змістові складові когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Основними змістовими складовими когнітивного компонент гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців є наступні:

– *інтелектуальні здібності*: розвинені розумові здібності людини, психічніпізнавальні процеси (сприйняття, мислення, відчуття, уява, увага, пам'ять), адаптивна система;

– *пізнання особистістю самої себе (самопізнання)*: пошук особистістю істинного «Я», свого духовного ества та психічної природи, що більшою мірою відбувається опосередковано у процесі життєдіяльності людини;

– *пізнання особистістю суб'єкта міжособистісної взаємодії*: пізнання суб'єктами одне одного зближує їх, сприяє виявленню спільних інтересів, тем для обговорення, уподобань, поглядів, особистісних якостей, порозумінню, ідентифікації, щозабезпечує гармонію міжособистісних відносин, при цьому, пізнаючи іншу людину, індивід уточнює відомості про себе самого;

– *загальна ерудиція особистості*: обізнаність здобувачів вищої освіти у різних сферах;

– *світоглядна культура*: включає сформовані уявлення про базові категорії етики та моралі, духовність, моральність, гармонію, загальнолюдські чесноти та є духовно-практичною основою, джерелом розуму, почуттів, волі, учинків, дій, поведінки;

– *грунтовні знання про гармонійні міжособистісні відносини*.

2. Інтелектуальна діяльність особистості як складова когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Вагомою передумовою раціональності процесу пізнання, формування образних уявлень про людську істоту як втілення духовності, моральності, гуманності, самопізнання та пізнання суб'єкта міжособистісної взаємодії, засвоєння та збагачення власної системи знань є активізація інтелектуальної діяльності особистості, оскільки пізнання, що постає у вигляді образу (знань), є невіддільним від інтелектуальної діяльності, а корекція образів (знань) людини можлива лише за умови їхнього включення у процес інтелектуальної діяльності. Як відомо, *інтелектуальна діяльність* включає цілісну низку складових, зокрема, розумові здібності людини; психічні пізнавальні процеси (сприйняття, мислення, відчуття, уява, увага, пам'ять), адаптивну систему, що забезпечує ефективну взаємодію особистості як у природному, так і в соціальному середовищі.

Включення молодих людей у процес активної інтелектуальної діяльності, забезпечить успішне засвоєння різнопланової інформації, її аналіз, оцінку, узагальнення та свідоме засвоєння знань; духовну рефлексію, саморефлексію діяльності, учинків, поведінки; відповідність знань людини її думкам, учинкам і поведінці; вивільнення глибинної духовної сутності молодих людей, що забезпечить оволодіння ними такими знаннями, які житимуть у відносинах між людьми, у тому живому та безперервному процесі обміну духовними багатствами, без якого не можна уявити повноцінного інтелектуального, морального,



емоційного, культурного, духовного розвитку особистості.

3. Місце процесу пізнання людиною самої себе (самопізнанням) і суб'єкта міжособистісної взаємодії в структурі гармонійних міжособистісних відносин

Для гармонійних міжособистісних відносин є важливими, насамперед, самі суб'єкти, що вступають в контакт, зі своїм унікальним, неповторним внутрішнім світом. Справедливість такого бачення підтверджують судження В. Винниченка, який особливою силою наголошує, що звернення до свого внутрішнього світу, самопізнання своєї глибинної сутності та пізнання сутності іншого, виводять людину на шлях до щастя (гармонії) як у її внутрішньому світі, так і за його межами.

Девіз «Пізнай самого себе» був накреслений на арці Дельфійського храму в V ст. до нашої ери в Греції. Він означав: пізнай волю богів у своїй долі, підкорись їй. Давньогрецькі мислителі часів Платона трактували цей девіз зовсім по-іншому: пізнай своє призначення, відкрий свої можливості, передбач свою поведінку. Основною місією людського шляху є самопізнання, тобто пошук в собі істинного «Я», яке приведе її до гармонії.

Із погляду В. Винниченка самопізнання – це звернення особистості до свого внутрішнього світу, самоусвідомлення, саморозуміння своєї людської природи та сутності виводять її на шлях до щастя (гармонії) як у внутрішньому світі людини, так і за його межами.

Самопізнання є невід'ємною складовою гармонійного буття людини у Всесвіті і сприяє її повноцінному «функціонуванню». Очевидно, що самопізнання є необхідним не лише задля усвідомлення своєї людської сутності, а й задля можливості людини самовдосконалюватися.

Апріорі зрозуміло, що не можна пізнати себе сповна, утім кожен індивід має докладати чималих зусиль для пізнання своєї духовної сутності та психічної природи, зокрема мати уявлення про власні мотиви, потреби, інтереси, ідеали, переконання, цінності, риси характеру, темперамент, здібності, пізнавальні, емоційно-вольові процеси, психофізіологічного стану організму і особисті якості, свою індивідуальність тощо. Водночас, пізнаючи себе, особистість осягатиме Вселюдське, що розкриватиме перед нею універсальні принципи її існування у Всесвіті в цілому й у міжлюдських відносинах зокрема, і, на основі чого, відбувається саморозуміння, самоусвідомлення та самовідображення світу.

Самопізнання дає можливість усвідомлювати свою людську сутність і природу, власні переваги і недоліки, та пробуджує бажання працювати над собою, самозмінюватися на благо, і як результат – це забезпечить досягнення гармонії її тілесності та духовного начала, відкриваючи перед нею можливості втілювати гармонію у відносинах й з іншими людьми. Усвідомлення власного «Я» допомагає людині досягти гармонії й у міжособистісних відносинах.

Вивчаючи себе людина потрапляє в незвичне і складне для неї, як дослідника, становище. Адже не дарма кажуть: «Щоб пізнати власну суть треба навчитися дивитися на себе очима інших». Порівняння себе з іншими людьми є загальною і необхідною передумовою пізнання власної людської природи. Таким чином,



людина відкриває в собі властивості, які вона спочатку бачить в інших, що допомагає їй переборювати ті труднощі в пізнанні себе, які у неї завжди виникають, оскільки вона є тут і суб'єктом і об'єктом пізнання.

Основні знання про себе людина отримує як в результаті самопостереження, самоаналізу власної поведінки й діяльності, порівняння їх із поведінкою й діяльністю інших людей, так і в результаті усвідомлення оцінних суджень суб'єктів взаємодії у процесі спілкування.

Тобто, самопізнання, саморозуміння, самоусвідомлення людиною відбувається, шляхом самопостереження, однак дана інформація не виступає при цьому в «чистому» вигляді, а опосередковуються суспільним досвідом особистості, її знаннями про себе, що отримані з інших джерел.

Апріорі зрозуміло, що не можна пізнати себе з повна, утім кожен індивід має докладати чималих зусиль для пізнання свого духовного ества та психічної природи, у тому числі мати уявлення про власні мотиви, потреби, інтереси, ідеали, переконання, цінності, риси характеру, темперамент, здібності, пізнавальні, емоційно-вольові процеси, психофізіологічного стану організму і особисті якості, свою індивідуальність тощо.

Людина може пізнавати себе шляхом самодіагностики, виконання психологічних тестів, самопостереження, а також, у процесі спілкування, діяльної діяльності з іншими людьми.

Відтак, пізнаючи себе особистість досягатиме Вселюдське, що розкриватиме перед нею універсальні принципи її існування у Всесвіті в цілому й у міжлюдських відносинах, зокрема, та, на основі чого, відбувається саморозуміння, самоусвідомлення та самовідображення світу.

Перш ніж включитися в акт спілкування, виявити своє ставлення до іншої особистості, людина свідомо чи підсвідомо пізнає свого партнера. Пізнання та розуміння людиною іншої особи відбувається шляхом включення процесів сприйняття, мислення, відчуття, на основі чого, узагальнені результати пізнання трансформуються в цілісне уявлення-образ про іншу особистість. Із цих міркувань постає очевидною прямопропорційна залежність якості сприйняття, інтерпретації уявлень-образів суб'єктів міжособистісних відносин та характеру їх ставлень, почуттів, поведінки у процесі міжособистісної взаємодії.

Пізнання суб'єктами одне одного зближує їх, сприяє виявленню спільних інтересів, тем для обговорення, вподобань, поглядів, особистісних якостей, порозумінню, ідентифікації, що забезпечує гармонію міжособистісних відносин. До того ж, як зазначають науковці, пізнаючи іншу людину, індивід уточнює відомості про себе самого.

4. Загальна ерудиція та світоглядна культура особистості в контексті гармонійних міжособистісних відносин

Принагідно підкреслити належну роль у структурі гармонійних міжособистісних відносин загальної ерудиції особистості, адже процес спілкування безпосередньо пов'язаний з обміном інформацією. Справедливість такого бачення зумовлена тим, що обізнаність здобувачів вищої освіти у різних галузях сприятиме швидшому встановленню контактів, їх систематичній підтримці та розвитку,

усвідомленню суб'єктами взаємодії, що кожен із них є самоцінною особистістю.

Слід зазначити, що життєво-важливі знання людина, першочергово, пропускає крізь призму власних поглядів, переконань, ідеалів, вірувань, принципів, цінностей, що позначається на її теоретичному та практичному сприйнятті світу, ставленні до того, що відбувається у її житті, усвідомленні своєї духовної, соціальної сутності. З огляду на це, так званим духовним базисом молоді людини та її орієнтиром у встановленні, підтримці, розвитку гармонійних міжособистісних відносин є світогляд – вищі, найбільш цінні знання, які роблять людину мудрою, через те, що не тільки озброюють її розумінням світу, інших людей і самого себе, але і вчать як гідно жити, погоджувати свої дії з діями загальних силабо з усталеними пануючими законами в світі і над самим індивідом.

Л. Божович, Е. Еріксон, І. Кон, О. Леонт'єв, А. Петровський, С. Рубінштейн, М. Роганова, О. Молчанюк єдині у своїх твердженнях, що у студентському віці відбувається трансформація світобачення особистості та утвердження її світогляду як системи переконань, що виявляється в стійкій системі відносин людини до світу, праці, до інших людей і самого себе, значно впливає на активність її життєвої позиції. Із цих міркувань, вкрай важливим завданням, що постає перед системою освіти є формування світоглядної культури здобувачів вищої освіти, яка включає сформовані уявлення про базові категорії етики та моралі, духовність, моральність, гармонію, загальнолюдські чесноти, такі як благо, добро, істина, творчість, віра, любов, краса та є духовно-практичною основою, джерелом розуму, почуттів, волі, вчинків, дій, поведінки майбутніх фахівців.

У даному контексті переконливим судження М. Роганової, яка визначає світоглядну культуру як інтегративну рису духовності особистості, що утворює «силове поле» її діяльності, не завдяки подоланню «знання» бездуховності, а через утвердження практичної діяльності в якості дійсної основи буття.

Відтак сформована світоглядна культура сприяє глибокому усвідомленню особистістю власного значення, утвердженню в особистості пріоритету «серця», тобто синтезу інтелекту та емоційно-чуттєвих станів в осягненні прекрасної сутності духовного, морального, гуманного світу та відповідних проявів у вчинках, діях, поведінці та забезпечує інтелектуалізацію, розуміння, усвідомлення і піднесення знань до вищого рівня – рівня принциповості, що продукує відповідність внутрішнього світу людини із зовнішніми проявами, тим самим, уможливорюючи досягнення гармонії у міжособистісних відносинах.

5. Необхідність оволодіння спеціальними знаннями задля досягнення гармонії у міжособистісних відносинах

Услід за думкою О. Падалки й О. Столяренко справедливо стверджувати, що, перш ніж здійснювати виховний вплив з метою формування гармонійних міжособистісних відносин, необхідно забезпечити засвоєння особистостями цілісної системи знань про конкретне явище, його суть, істотні ознаки, структуру, зміст внутрішні та зовнішні взаємозв'язки, на основі чого індивід сформує власне уявлення про дане явище. У даному ключі є очевидним, що когнітивний компонент гармонійних міжособистісних відносин включає ґрунтовні знання про гармонійні міжособистісні відносини, зокрема про суть, механізм, структуру, зміст, способи



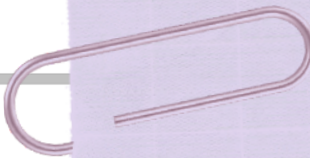
міжособистісної взаємодії, моделі поведінки, шляхи конструктивного вирішення конфліктних ситуацій, основи саморегуляції емоційного стану та поведінки, місце та значення гармонійних міжособистісних відносин у життєдіяльності індивіда тощо.

Отже, у цілому когнітивний компонент передбачає самостійну пізнавальну діяльність, стимуляцію мислинневих процесів вищого рівня щодо пізнання об'єктивного світу, самого себе та суб'єкта міжособистісної взаємодії, набуття духовного досвіду, накопичення, усвідомлення й осмислення різноаспектних теоретичних і практичних знань, уявлень і понять про базові категорії культури, етики, моралі, про біологічні, психологічні, індивідуальні особливості людини та, зокрема, зміст, структуру гармонійних міжособистісних відносин, їх роль у життєдіяльності майбутніх фахівців.




Запитання для самоперевірки і самоконтролю:

1. Як інтелектуальна діяльність пов'язана зі встановленням гармонійних міжособистісних відносин?
2. Що передбачає пізнання людиною самої себе (самопізнання) та суб'єкта міжособистісної взаємодії?
3. Охарактеризуйте значення загальної ерудиції особистості у контексті гармонійних міжособистісних відносин.
4. Що таке світогляд особистості?
5. Дайте визначення поняття «світоглядна культура».
6. Розкрийте суть світоглядної культури майбутнього фахівця.
7. Що включають знання майбутнього фахівця про гармонійні міжособистісні відносини?
8. Назвіть змістові складові когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин.



**ЗМІСТОВІ СКЛАДОВІ
АФЕКТИВНОГО КОМПОНЕНТА
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**



**Лекційне заняття
№6**



Мета. Формувати уявлення про змістові складові афективного компонента та особливості їх прояву у гармонійних міжособистісних відносинах; актуалізувати та розширити знання про різнобарвний світ емоцій і почуттів людини; сприяти усвідомленню впливу емоцій та почуттів на життєдіяльність людини у світі людей; поглибити знання здобувачів вищої освіти про емпатію, її прояви; актуалізувати дефініції понять «емоції», «почуття», «воля», «самооцінка», «емоційно-вольова саморегуляція»; розкрити значення адекватного самосприйняття, самооцінки, емоційно-вольової саморегуляції як факторів, що сприяють досягненню гармонії у міжособистісних відносинах; налаштовувати учасників на підвищення власної емоційної компетентності; розвивати рефлексивні навички, навички ефективного спілкування; виховувати духовність, моральність, гуманність, емпатійність.

Ключові поняття:

Емоції, почуття, вищі почуття, емпатія, позитивно-емоційне суб'єктивне ставлення до себе і суб'єкта взаємодії, воля, вольові якості, адекватне самосприйняття, адекватна самооцінка, емоційно-вольова саморегуляція, емоційна компетентність.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття
2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу
Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:
 1. Основні змістові складові афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 2. Особливості прояву емоцій і почуттів у гармонійних міжособистісних відносинах.
 3. Здатність особистості до емпатії як невід'ємна складова гармонійних міжособистісних відносин.
 4. Суб'єктивне ставлення індивіда до себе й оточення у контексті гармонійних міжособистісних відносин.
 5. Адекватна оцінка та самооцінка, здатність особистості до емоційно-вольової саморегуляції.
3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу
4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія
5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Базова

[1, 2]

Допоміжна

[5, 7, 8]

Електронні інформаційні ресурси

[1, 2, 3, 4, 5, 6]



Зміст лекції:

1. Основні змістові складові афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Змістовими складовими афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців є:

– *емоції*: альтруїстичні, комунікативні, глоричні, праксичні, романтичні, гностичні, естетичні, гедоністичні й інші;

– *вищі почуття*: інтелектуальні, моральні, естетичні, гуманні почуття;

– *здатність особистості до емпатії*: здатність людини адекватно сприйняти, глибоко зрозуміти емоційний внутрішній світ іншого, проникнутися емоційним станом суб'єкта взаємодії, відчувати такі ж емоції, почуття та відгукнутися на нього, проявити співпереживання, підтримку, занепокоєння, співчуття;

– *позитивно-емоційне суб'єктивне ставлення до себе і суб'єкта взаємодії*: прагнення і спроможності індивідів почути та зрозуміти одне одного, співпереживати радості й горю, прийти на допомогу;

– *адекватна оцінка суб'єкта взаємодії та самооцінка*: забезпечує істинне ставлення особистості до себе, інших людей, ситуації міжособистісної взаємодії;

– *високорозвинені вольові якості особистості*: терплячість, витримка, самовладання, самоконтроль, цілеспрямованість, організованість, дисциплінованість, наполегливість, рішучість, підприємованість тощо;

– *здатність особистості до емоційно-вольової саморегуляції*: об'єктивний, адекватний прояв емоційних реакцій ситуаціям міжособистісної взаємодії; спроможність зберігати оптимальний емоційний тон в умовах напруженої діяльності, підтримувати високопродуктивний рівень психічної діяльності й активності; готовність своєчасно попереджати конфліктні ситуації, а при виникненні – конструктивно їх вирішувати.

2. Особливості прояву емоцій і почуттів у гармонійних міжособистісних відносинах

Як відомо, прояв людських емоцій і почуттів безмежний, адже існують сотні їх різновидів і ще більше відтінків. Емоційні процеси особистості, що можуть проявлятися в діапазоні від позитивних до негативних, є внутрішніми регуляторами її вчинків, поведінки та діяльності. Будучи невід'ємною частиною структури особистості в цілому та гармонійних міжособистісних відносин зокрема, емоційні процеси мають пробуджувати і повсякчас підживлювати «життя серця», тобто одухотворювати особистість, розкривати потенціал її емоційної сфери, що забезпечить адекватне ставлення до усього, що відбувається в об'єктивній дійсності.

Емоція (з лат. *emovere* – хвилювати, збуджувати) – це психічне відображення навколишнього світу у формі короткочасних переживань людини, що виражають її ставлення до дійсності, власних дій та дій інших, реакцію на вплив внутрішніх і зовнішніх подразників. Завдяки емоціям людина відчуває, сприймає, уявляє чи розуміє навколишню дійсність. Будь-які прояви активності супроводжуються емоційними переживаннями, які завжди суб'єктивні і не існують поза психікою.



Емоційна реакція є показником ставлення людини до того, що відбувається. Чим більше значення мають для людини життєві зміни, тим більш глибокими є переживання емоцій та почуттів. Емоції завжди пов'язані із задоволенням чи незадоволенням важливих потреб людини. Вони можуть як затьмарити сприйняття навколишнього світу, так і розмалювати його яскравими фарбами; повернути хід думок до творчості або меланхолії; врятувати життя або завдати серйозної шкоди; сприяти позитивним життєвим змінам або провокувати на такі вчинки, про які згодом жалкуємо; наснажити й додати здоров'я або навпаки; зробити тілесні рухи легкими і плавними або незграбними й скутими.

Дуже часто емоції та почуття ототожнюють, однак їхні значення різні. На відміну від емоцій, які мають короткотривалий характер реагування на ситуацію, почуття є відображенням довготривалого, стійкого та узагальненого емоційного ставлення людини до конкретних об'єктів.

Лише маючи розвинений багатий емоційний світ, людина спроможна зрозуміти емоційний стан іншої, уявити себе на її місці, не дати негативним емоціям затьмарити розум, а також стримати злість, гнів чи проявити, ніжність, співчуття турботу відповідно до тієї чи іншої ситуації.

До емоцій, що безпосередньо сприятимуть формуванню гармонійних міжособистісних відносин відносять наступні (за В. Додоновим):

– *альтруїстичні*: виникають на основі потреби в підтримці, допомозі, піклуванні про когось, жага приносити людям радість, співпереживанні радості й успіхів суб'єкта міжособистісних відносин, відчуття занепокоєння його долею;

– *комунікативні*: детерміновані потребою особистості у спілкуванні, бажанням висловлювати власні думки, ідеї, переживання, а також, дізнаватися те саме від суб'єкта спілкування, відчуття задоволення від спілкування;

– *глоричні*: виникають за потреби відчуття самоповаги і здорової слави, гордості, пошани, задоволення собою, власними успіхами та прагнення отримати визнання від оточення;

– *практичні*: провоковані рішучістю отримати бажаний результат, захопленістю, отриманням задоволення та відчуття приємної втоми від виконання певної роботи, здобутими досягненнями та успішністю діяльності особистості;

– *романтичні*: породжені прагненням особистості до незвіданого, незвичайного, таємничого, очікуванням чогось світлого, приємного, доброго;

– *гностичні*: пов'язані з потребою в отриманні нової інформації, прагненням зрозуміти те, що відбувається, радістю знаходження істини, пізнавальною гармонією, яка виявляється в тому, щоб у чомусь новому відшукати знайоме та зрозуміле;

– *естетичні*: виникають унаслідок сприйняття та насолоди прекрасним, витонченим, зворушливим, ліричним, драматичним, гармонійним, граціозним; гедоністичні: детерміновані потребою у вітальному та душевному комфорті, ейфорії, приємними тілесними відчуттями, відчуттям безтурботності, блаженства та насолоди.

– *гедоністичні*: детерміновані потребою у вітальному та душевному комфорті, ейфорії, приємними тілесними відчуттями, відчуттям безтурботності, блаженства та насолоди.



Досліджуючи афективний компонент міжособистісних відносин, відзначають особливу роль почуттів. Дану тезу підтверджує судження К. Ушинського: «ніщо – ні слова, ні думки, ні, навіть учинки наші, не виражають так ясно та правдиво нас самих і ставлення до навколишнього світу, як власні почуття; у них відчутний характер не окремої думки, рішення, а зміст душі нашої, її настрою». І залежно від змісту, характеру та зовнішнього прояву почуттів, вони можуть сприяти утвердженню як гармонії, так і дисгармонії в життєдіяльності людини, зокрема у міжособистісних відносинах.

Установлення, підтримка та розвиток гармонійних міжособистісних відносин уможлиблюється за відповідного рівня розвитку почуттів особистості. І в цьому плані особливої уваги заслуговують розвинені вищі почуття, що здатні пробуджувати людяне в людині, наповнювати її світ різноманітними фарбами та збагачувати внутрішньо; виражають суб'єктивне ставлення індивіда до об'єктивної дійсності, себе й інших людей; відображають моральну позицію особистості; сприяють засвоєнню нею моральних норм поведінки, формуванню морально-етичних поглядів і переконань, що в цілому забезпечує розуміння глибинної сутності як самого себе, так і суб'єкта взаємодії та стає поживним ґрунтом для високодуховних, високоморальних, високогуманних учинків і дій особистості.

Залежно від предметної сфери, яка детермінує виникнення *вищих почуттів*, до них відносять наступні:

1. *Інтелектуальні почуття*, що пов'язані з пізнавальною діяльністю людини і визначають її ставлення як до об'єкта пізнання, так і до самого процесу пізнання. Завдяки виникненню таких почуттів особистість розвивається інтелектуально: виявляє інтерес до оволодіння інформацією і більш якісно засвоює її, здатна утверджуватися в соціальному плані, досягати успіху, засвоювати культурні суспільні норми життя, що безумовно впливає на ефективність формування гармонійних міжособистісних відносин.

2. *Моральні почуття*: відображають духовний розвиток особистості, що зовні проявляється у стійкому позитивному ставленні до тієї чи іншої події, інших людей та самої себе. Вони формуються у процесі життєдіяльності людини і є вагомим фактором її суб'єктивної оцінки дій, учинків, поведінки, діяльності, що значною мірою впливає на регулювання міжособистісних відносин особистості.

3. *Естетичні почуття*: рефлексивні переживання особистості, що виникають завдяки спогляданню прекрасного в об'єктивній дійсності. Глибоке переживання прекрасного зворушує, зачаровує, забезпечує духовну насолоду людини, відкриває нові грані розвитку особистості в напрямі краси, витонченості, гармонії. Високорозвинене осмислене естетичне почуття спонукає особистість до переосмислення власного життя, сприяє утвердженню краси, учинків і дій у міжособистісних відносинах, таким чином, уможливорюючи формування гармонійних міжособистісних відносин.

4. *Гуманні почуття*: виражають усвідомлене ставлення особистості до іншої людини як найвищої цінності, визначають її вчинки, дії, поведінку та діяльність у різноманітних ситуаціях міжособистісної взаємодії. У міжособистісних відносинах гуманні почуття проявляються у повазі, доброзичливості, чуйності, співчутті, непримиренності з жорстокістю та грубістю тощо.

3. Здатність особистості до емпатії як невід’ємна складова гармонійних міжособистісних відносин

Як справедливо зауважує В. Сухомлинський, «там, де відсутня емоційна чуйність, тонкощі сприйняття навколишнього середовища, виростають бездушні, безсердечні люди». Дана теза вказує на те, що у гармонійних міжособистісних відносинах є важливою здатність особистості адекватно сприйняти, зрозуміти та проникнути в емоційний стан суб’єкта взаємодії. Із цих міркувань, вагому роль у формуванні досліджуваного явища відіграє здатність особистості до емпатії, яка є різновидом соціальних, моральних емоцій. А. Битько, Л. Бутузова, Т. Гаврилова, К. Кінан, І. Лебедева особливою силою наголошують на тому, що емпатія сприяє розвитку міжособистісних відносин, які можна справедливо назвати гармонійними.

У широкому сенсі під *емпатією* розуміють здатність людини зрозуміти, проникнутися емоційним станом іншого та відгукнутися на нього, проявити співпереживання, підтримку, співчуття. При цьому К. Роджерс підкреслює, що це спроможність особистості точно сприймати внутрішній світ суб’єкта взаємодії, ідентично відтворювати його емоційні та змістові відтінки. Як складова гармонійних міжособистісних відносин емпатія проявляється у здатності особистості глибоко зрозуміти емоційний внутрішній світ іншого та відчувати такі ж емоції та почуття, готовності перейняти стан суб’єкта міжособистісної взаємодії та адаптувати своє сприйняття, вияві співпереживання, занепокоєння, співчуття, що сприяє благому та утвердженню людської цінності.

4. Суб’єктивне ставлення індивіда до себе й оточення у контексті гармонійних міжособистісних відносин

Емоції та почуття, які переживає особистість у процесі діяльності, пізнання об’єктивної дійсності, інших людей, стають головними детермінантами суб’єктивного ставлення індивіда до себе й усього, що його оточує і що з ним відбувається.

Феномен «*ставлення*» у науковій літературі трактують як активний, свідомий, інтегральний, вибірковий зв’язок особистості з різними сторонами дійсності, що заснований на певному досвіді, існує у вигляді цілісної системи та є «тканиною діяльності, формою її буття». Відповідно до думки І. Беха, всебічне сприяння позитивно-емоційному ставленню молодих людей забезпечить формування прагнення і спроможності індивідів почути та зрозуміти одне одного, співпереживати радості й горю, прийти на допомогу. З огляду на це, позитивно-емоційне ставлення суб’єктів міжособистісної взаємодії один до одного має «обезброїти негативні наміри, деморалізувати їх, поставити її у такі моральні умови, за яких утрачають підставу й мотиви її негативного ставлення». Наслідком цього стає детермінація поведінки інших людей, зміна моральних умов їхньої поведінки на основі активного ставлення до них.

5. Адекватна оцінка та самооцінка, здатність особистості до емоційно-вольової саморегуляції

Усі емоції та почуття є дуже важливими у життєдіяльності кожної людини. Досягти душевного комфорту можна лише за гармонійного співвідношення

емоційної, інтелектуальної та духовної сфер. Такий стан називають психологічною рівновагою, або психологічним благополуччям. Позитивно-емоційне ставлення особистості як до себе, так й інших базується на здатності людини адекватно оцінити суб'єкта взаємодії та самого себе.

Як відомо, оцінювання здійснюється на двох рівнях: чуттєвому та раціональному. Усе, що відбувається в житті, індивід оцінює спочатку емоційно, а лише потім раціонально.

Оцінювання на чуттєвому рівні – це власне первинне враження людини, що здійснюється через емоційні переживання, наявну систему ціннісних особистісних орієнтацій і життєвого досвіду особистості. Часто, чуттєве оцінювання здійснюється у стані афекту і може виявитися хибним. Відтак чуттєва оцінка на раціональному рівні значно поглиблюється, конкретизується та набуває істинності шляхом розширення і поглиблення знань, усебічного аналізу об'єкта чи суб'єкта, що оцінюється. Саме раціональне оцінювання забезпечує істинне ставлення особистості до себе, інших людей, ситуації міжособистісної взаємодії чи світу в цілому.

Отже, адекватна самооцінка й оцінка суб'єкта міжособистісної взаємодії, яка базується на раціональному оцінюванні, забезпечує емоційно-позитивне ставлення людини до себе, іншого, діяльності, спілкування, тим самим, сприяючи формуванню гармонійних міжособистісних відносин.

Із самооцінкою пов'язані такі риси характеру, як упевненість і самовпевненість. Дехто вважає ці риси характеру тотожними, однак вони абсолютно різні. Впевнена в собі особистість має адекватну самооцінку, усвідомлює свої переваги та недоліки і з гумором ставиться до невдач. А ось самовпевнена – часто мають завищену, а іноді й занижену самооцінку. Вони демонструють показні хизування сміливістю і впевненість у власній правоті, що породжує суперечки і конфлікти.

Самооцінка – це ставлення людини до себе, оцінка людиною себе, своїх якостей у різних ситуаціях, оцінка рівня своєї успішності на основі власного досвіду; це здатність людини чесно, з-із любов'ю і по гідності оцінювати себе.

Здорова самооцінка – адекватна самооцінка – позитивне ставлення до себе й адекватна оцінка своїх переваг і недоліків.

Цілком очевидно, що задля досягнення гармонії у міжособистісних відносинах мають переважати позитивно заряджені емоції, почуття, ставлення один до одного суб'єктів міжособистісної взаємодії. Однак це не виключає можливого прояву негативних емоцій і почуттів, їх необ'єктивності та неадекватності конкретній ситуації, адже, як відомо, висока емоційність закладена в людині від природи, і водночас від природи в людині не закладено «спеціальної кнопки», яка б дозволяла відключати небажані емоції. І в цьому є певний сенс. Адже саме різнобарвність людських емоцій і почуттів наповнює кожен мить життя і робить його справжнім, «живим».

На основі вищезазначеного справедливо стверджувати, що одним із значимих аспектів є високорозвинені вольові якості особистості, які уможливають свідому й цілеспрямовану саморегуляцію власних емоційних станів і, відповідно, учинків, діяльності й поведінки. Таким чином, провідним завданням постає розкрити



вольовий потенціал майбутніх фахівців, сприяти формуванню вольових якостей (таких як терплячість, витримка, самовладання, самоконтроль, цілеспрямованість, організованість, дисциплінованість, наполегливість, рішучість, підприємливість тощо), вияву вольових зусиль (пов'язаних з постановкою мети, початком самостійних дій, послабленням чи посиленням прояву емоційних реакцій тощо), виробленню навичок здійснювати емоційну саморегуляцію, що забезпечить усвідомлене здійснення вчинків, дій особистості завдяки «праці душі», а не піддаючись стихійним необґрунтованим почуттям.

Особливого значення у структурі гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців набуває здатність особистості до *емоційно-вольової саморегуляції*, що забезпечить об'єктивний, адекватний прояв емоційних реакцій ситуаціям міжособистісної взаємодії; формування стабільності вираження емоцій та їх стійкості, особистісних якостей, таких як емпатія, співпереживання, розуміння, турбота, піклування тощо; спроможність студентської молоді зберігати оптимальний емоційний тон в умовах напруженої діяльності, підтримувати високопродуктивний рівень психічної діяльності й активності; готовність своєчасно попереджати конфліктні ситуації, а при виникненні – конструктивно їх вирішувати. Раніше у країнах Заходу було прийнято на найпрестижніші посади брати фахівців, які мали найвищий показник за так званим IQ тестом (від англ. Intelligence Quotient – коефіцієнт інтелекту). Та згодом з'ясувалося, що цей метод неефективний, оскільки особистий, зокрема і професійний, успіх потребує більшого, ніж те, що вимірюється тестом на IQ. Крім лінгвістичних і математичних здібностей, важливе значення мають інші особистісні якості кандидатів.

У професійно успішних людей здебільшого середній IQ. Та вони різняться від колег тим, що впевнені у собі, адекватно оцінюють себе й оточення, активні й творчі, позитивно налаштовані, менш консервативні.

На зміну поглядам про цінність холодного інтелекту прийшло усвідомлення необхідності поєднання розуму і серця. На сучасному ринку праці емоційна компетентність цінується навіть більше, ніж інтелектуальна, оскільки емоційно компетентна людина: здорова, а значить – високопродуктивна; психологічно врівноважена і здатна зберігати спокій у складних обставинах; організована, вміє уникати емоційного вигорання навіть за напруженого робочого графіка; позитивна, успішна, цікава; розуміє почуття інших людей, ефективно працює в команді; здатна до самомотивації; може бути лідером, надихати і заохочувати. Саме тому, важливою життєвою навичкою є емоційно-вольова саморегуляція.

Розкриваючи взаємозв'язок емоційної та вольової сфер особистості, В. Калін та О. Огородніков наголошують на тому, що емоції забезпечують загальну мобілізацію всіх систем організму, а воля – виборчу мобілізацію психофізичних можливостей людини. Водночас, дослідники зазначають, що дане питання можна розглядати у двох напрямках: участь емоційних процесів у вольовій регуляції особистості чи участь вольових процесів в емоційній регуляції. Однак саморегуляція емоційних станів, діяльності та поведінки особистості буде успішною за умови функціонування емоційної та вольової сфер як цілісного синергетичного механізму.

Насправді, *управління собою* – це уміння людини вибрати серед широкого

спектру можливих у конкретний момент емоцій ту, яка допоможе їй ефективно працювати і взаємодіяти з людьми. Оцінити ситуацію з різних позицій, побачити варіанти реакцій на неї, обрати найкращий – це основа ефективної саморегуляції емоційних станів.

Ефективна емоційно-вольова саморегуляція емоційних станів не означає «гасити» їх або «тримати під контролем». Вона полягає у наступному: зафіксувати емоцію: подумки назвати точний емоційний стан, який ви відчуваєте; взяти відповідальність за свою емоційну реакцію: переживати ту чи іншу емоцію – це вибір кожного. Ми не можемо контролювати реакції інших людей, і так само інші не можуть примусити нас переживати емоції. Лише власні реакції нам підвладні; зрозуміти причину виникнення емоції: здійснення емоційного самоаналізу та усвідомлення проблеми зменшують інтенсивність емоції; обрати емоційну реакцію адекватну ситуації: уміння гнучко реагувати в процесі спілкування; за необхідності – стримати «емоційну бурю».

Для того, щоб керувати власними емоціями, необхідно вміти робити наступне:

- усвідомлювати – це перший і найбільш важливий крок в управлінні емоціями – навчитися їх усвідомлювати та подумки називати.

- управляти інтенсивністю емоцій – передусім, полягає в уміння приглушувати досить сильні емоції. Кожна з емоцій має спектр інтенсивності. Наприклад, низький рівень інтенсивності страху – передчуття, неспокій, тривога, а високий – паніка і жах.

- викликати ту або іншу емоцію – передбачає уміння наснажувати себе, мотивувати.

- виражати – полягає у зовнішньому вираженні емоцій: вербальне (вербалізація емоцій) і невербальне (експресія). Емоції несуть у собі енергію, яка вимагає прояву на вербальному і невербальному рівнях.

- емоційно реагувати – перш ніж емоційно реагувати на щось, варто зупинитися і зрозуміти, що відбувається. Як бурхливе висловлення емоцій, так і їх пригнічення або уникнення через прагнення виглядати соціально схвалюваним (робити вигляд, що «усе гаразд») є малоефективними.

Отже, управління емоціями – це вміння людини вибрати серед широкого спектру можливих у конкретний момент емоційних реакцій таку, яка допоможе ефективно працювати і взаємодіяти з людьми. Емоційно компетентна людина є господарем власних емоцій: може оцінити ситуацію з різних позицій, спрогнозувати варіанти емоційних реакцій і обрати найкращий. Емоційна поведінка вдосконалюється упродовж усього життя. Проте труднощі у тому, що багатьом людям важко чітко й адекватно передати іншим те, що вони переживають. А навчитися керувати емоціями вам допоможе знання конкретних прийомів емоційно-вольової саморегуляції, яких існує дуже багато.

При конкретній ситуації слід застосовувати адекватні техніки самоконтролю. Стратегії саморегуляції емоційного стану прості та ефективні у використанні. Головне вміти ними користуватися. І в цьому значно допомагають методи гармонізації психофізичного стану.

Як відомо, людина є цілісною біоенергоінформаційною системою, тому вплив на будь-яку з цих складових позначається і на інших.

Умовно всі методи гармонізації психофізичного стану людини об'єднують у 3 групи:

Фізіологічний рівень регуляції психофізичного стану:

– достатньо тривалий і якісний сон (важливо провітрювати приміщення перед сном, дотримуватися режиму сну: засипати і прокидатись в один і той самий час);

– забезпечення необхідного відпочинку;

– перебування на свіжому повітрі;

– збалансоване, насичене вітамінами і мінералами харчування (особливо антистресовими вважаються мінерал магній і вітамін Е, який міститься у кукурудзі, моркві, ожині, горіхах, зернах соняшника, сої (до речі, плитка темного шоколаду швидко покращить ваш настрій));

– достатнє фізичне навантаження, заняття спортом, ранкова гімнастика, танці (танцювальні рухи під ритмічну музику сприяють звільненню від негативних емоцій, так само, як і будь-яка хатня робота);

– дихальні вправи (заспокійливе з подовженим видихом дихання зменшує надлишкове збудження і нервові напруження; мобілізуюче дихання з збільшеним вдихом допомагає подолати в'ялість, сонливість);

– масаж (допоможе як класичний масаж, так і масаж біологічно активних точок на руках і ногах людини; корисно просто походити босоніж по землі, або по насипаним у коробку камінчикам);

– фітотерапія, гомеопатія (сприяє заспокоєнню, підвищує життєвий тонус);

– терапія кольором (допомагає заспокоїтись чи навпаки надають енергію та бадьорість);

– ароматерапія (запахи апельсину, бергамоту діють на нервову систему збуджуючи, з'являється відчуття приливу сил; запахи лаванди, анісу, шавлії діють заспокійливо, допомагають зняти нервові напруження);

– водні процедури (контрастний душ зранку додасть бадьорості, а перед сном допоможе зняти втоми; у цілому, вода чудово змиває будь-який негатив).

Емоційно-вольова регуляція психофізичного стану:

– гумор (сміх позитивно впливає на імунну систему, активізуючи Т-лімфоцити крові; у відповідь на вашу усмішку організм продукуватиме бажані гормони радості; гумор чудово «перезаряджає» негатив);

– музика (найкраще сприяє гармонізації психоемоційного стану прослуховування класичної музики, хоча у малих дозах рок теж буває корисним, він допомагає вивільнитись від негативних емоцій);

– творчість;

– спілкування з сім'єю, друзями;

– заняття улюбленою справою, хобі;

– спілкування з природою (природа завжди дає людині відчуття приливу сил, відновлення енергії), тваринами;

– візуалізації (існують цілеспрямовані, задані на певну тему візуалізації – уявно побувати у квітучому саду, відвідати улюблений куточок природи тощо);

– аутотренінги (емоційне напруження безпосередньо пов'язане з напруженням м'язів – у стані стресу організм входить у стан «бойової готовності» до активних дій; знімаючи напруження певної групи м'язів, можна впливати



на негативні емоції, позбавитись від них);

– релаксація, медитація тощо.

Ціннісно-смысловий рівень регуляції психофізичного стану

Наш мозок викидає гормони стресу на будь-які подразники, що загрожують нашому спокою. При цьому йому зовсім байдуже, реальні вони чи вигадані. Тому і на надуману проблему організм відреагує, як на справжню. Отже, важливо навчитись контролювати свої думки і емоції.

Відома притча про двох мандрівників, яких мучила спрага і, нарешті, діставшись до поселення, вони отримали по півсклянки води. Один з подорожніх сприйняв склянку напівповною, з вдячністю прийняв ці півсклянки води і був задоволений. Інший же сприйняв склянку напівпорожньою і лишився невдоволеним, щойому не налили повну склянку.

Отже, важливо навчитись звертати увагу на позитивні моменти життя і вміти бути вдячними за них. Негативне запитання «За що?» бажано перетворювати на позитивне «Для чого?», «Для чого у моєму житті з'явилась та чи інша неприємна ситуація?», «Які висновки я маю з неї зробити?», «Чого я маю в цій ситуації навчитись?»

Якщо з таких позицій підходити до життєвих ситуацій, то вони перестають сприйматися як проблеми, і життя починає сприйматися як школа, де події і ситуації складаються таким чином, щоб ми могли навчитись саме тому, що нам потрібно.

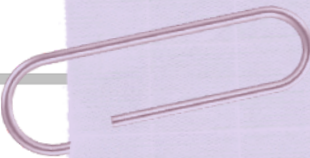
Слід пам'ятати, що подібне притягує подібне: чим ми цей світ наповнюємо через думки, емоції, учинки, те до нас і повертається.



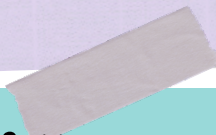
Запитання для самоперевірки і самоконтролю:

1. Що таке емоції? Які емоції сприятимуть формуванню гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців?
2. Яка роль прояву почуттів у гармонійних міжособистісних відносинах?
3. Які почуття називають вищими? Які до них належать?
4. Що передбачає здатність особистості до емпатії?
5. Розкрийте суть суб'єктивного ставлення індивіда до суб'єкта міжособистісної взаємодії.
6. У чому полягає спроможності людини адекватно оцінити суб'єкта взаємодії та самого себе? Що таке адекватна самооцінка?
7. Що таке воля? Які вольові якості особистості уможливають свідому й цілеспрямовану саморегуляцію власних емоційних станів, учинків, діяльності й поведінки?
8. У чому полягає здатність особистості до емоційно-вольової саморегуляції?
9. Що розуміють під емоційною компетентністю?
10. Назвіть змістові складові афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин.





**ЗМІСТОВІ СКЛАДОВІ
ІНТЕРАКЦІЙНОГО КОМПОНЕНТА
ГАРМОНІЙНИХ
МІЖСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**



**Лекційне заняття
№7**



Мета. Формувати уявлення про змістові складові інтеракційного компонента та особливості їх прояву у гармонійних міжособистісних відносинах; формувати у здобувачів вищої освіти знання про функції спілкування, ефективне спілкування, співробітництво, спільну діяльність, асертивну поведінку, толерантність, безкорисливі вчинки, способи конструктивного розв'язання конфліктних ситуацій та їх роль у встановленні, підтримці та розвитку гармонійних міжособистісних відносин; формувати навички ефективного спілкування, асертивної поведінки; розвивати аналітичні здібності, рефлексію; налаштовувати студентів на успіх, щастя і добро; виховувати повагу, гідність, впевненість.

Ключові поняття:

Співробітництво, спілкування, ефективне спілкування, бар'єри ефективного спілкування, учинок, дія, безкорисливі учинки, поведінка, асертивність, асертивна поведінка, конфлікт, конфліктологія, міжособистісний конфлікт, конфліктогени, стратегії вирішення конфліктних ситуацій.

Орієнтовна структура лекційного заняття:

1. Організаційно-мотиваційна частина заняття
2. Сприйняття та усвідомлення нового матеріалу
Алгоритм розкриття лекційного матеріалу:
 1. Основні змістові складові інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 2. Організація спільної діяльності на основі співробітництва
 3. Здатність особистості до ефективного спілкування як складова інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.
 4. Учинки, дії та поведінка особистості в конкретних ситуаціях міжособистісної взаємодії як показник гармонійних міжособистісних відносин.
 5. Конфлікт – мистецтво міжособистісної взаємодії.
3. Узагальнення та систематизація вивченого матеріалу
4. Підбиття підсумків заняття. Рефлексія
5. Інструктаж щодо виконання завдань для самостійної підготовки.

Рекомендована література:

Базова

[1, 2]

Допоміжна

[5, 12]

Електронні інформаційні ресурси

[1, 2, 3, 4, 5, 6]



Зміст лекції:

1. Основні змістові складові інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин

У контексті гармонійних міжособистісних відносин здобувачів вищої освіти суттєве значення відіграє:

– *здатність до співробітництва*: комфортна психологічна атмосфера взаємодії; інтеграція учасників задля досягнення поставленої мети; розподіл ролей між учасниками, де кожен несе як індивідуальну, так і групову відповідальність; знаходження консенсусу спільними зусиллями; здійснення самоаналізу та самооцінки діяльності; навички міжособистісної взаємодії на гуманістичних, демократичних засадах;

– *здатність до ефективного спілкування*: приязне, відкрите спілкування, яке є рівноправним комунікативним актом; уміння особистості висловити власну думку; володіння мовою жестів, емоційність; намагання зрозуміти співрозмовника; прийняття індивідуальної особистості іншого; прояв поваги, зацікавленості, чуйності; можливість саморозкриття, самовираження та інші;

– *безкорисливі учинки*: такі, що є обопільно корисними й орієнтують особистість на доброзичливе ставлення, щиросердність, взаємодопомогу, благо інших людей, тим самим, забезпечуючи благополуччя кожного із суб'єктів міжособистісної взаємодії;

– *асертивна поведінка*: гідна, упевнена, дипломатична поведінка, що заперечує будь-які прояви агресивності, пасивності, маніпуляцій у вчинках і діях людини; уміння людини впевнено і гідно поводитись, наполегливо відстоювати свої права чи точку зору;

– *здатність конструктивно вирішувати конфліктні ситуації*.

2. Організація спільної діяльності на основі співробітництва

За Н. Чорноус, *співробітництво здобувачів вищої освіти* – спільна діяльність, взаємодія суб'єктів освітнього процесу спрямована на досягнення певної дидактичної мети, що передбачає розвиток творчості особистості майбутнього фахівця в даному процесі.

Ураховуючи погляди авторки, до провідних характеристик, що розкривають значимість організації навчального співробітництва задля формування гармонійних міжособистісних відносин, можна віднести такі:

- комфортна психологічна атмосфера;
- спільна творча діяльність колективу;
- інтеграція учасників задля досягнення поставленої мети;
- розподіл ролей між учасниками, де кожен несе як індивідуальну, так і групову відповідальність;
- важливість суджень кожного;
- знаходження консенсусу спільними зусиллями;
- здійснення самоаналізу та самооцінки діяльності;
- формування навичок міжособистісної взаємодії на гуманістичних, демократичних засадах.



3. Здатність особистості до ефективного спілкування як складова інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин

Спілкування як невід'ємна складова гармонійних міжособистісних відносин виконує низку рольових функцій. Узагальнюючи наукові положення Ю. Бохонкова, В. Кручека, М. Роганової, доцільно виділити наступні: обмін інформацією, думками, ідеями; обмін знаннями, досвідом, уміннями та навичками, духовними надбаннями; розширення інформації про суб'єкта спілкування; уточнення відомостей про себе; спосіб самовираження людського «Я»; обмін цілями, інтересами, захопленнями, потребами, емоціями. При цьому, успішна практична реалізація зазначених функцій передбачає здатність особистості до ефективного спілкування, що підтверджує вислів британського енциклопедиста та політика Дж. Леббока: «Для успіху в житті вміння спілкуватися з людьми набагато важливіше за наявність таланту».

Також, спілкування виконує такі функції, як-от:

1. Задоволення потреби в спілкуванні. Всі люди – соціальні істоти, тому мають потребу в інших людях так само, як в їжі, воді, стрісі над головою. Двоє людей можуть годинами обговорювати різні дрібниці, про які з часом навіть не згадають. Вони просто задовольняли базову потребу в людському спілкуванні.

2. Уточнення уявлення про себе. За допомогою спілкування людина дізнається, якою вона є та як люди реагують на її поведінку.

3. Розбудова відносин. Через спілкування люди не тільки знайомляться з іншими людьми, але і, що ще більш важливо, встановлюють відносини, які можуть розвиватися і поглиблюватися.

4. Обмін інформацією. Частину інформації людина отримує шляхом спостереження, читання, перегляду телевізора. Іншу частину – через пряме спілкування з людьми. У таких випадках відбувається обмін повідомленнями, що включає передання і отримання інформації.

5. Обмін духовними надбаннями. Передавання іншим своїх духовних здобутків.

6. Вплив на інших. Навряд чи знайдеться хоч один день, коли б людина не спробувала вплинути на чийсь поведінку – переконати друзів сходити на конкретний фільм, або умовити викладача поставити кращу оцінку.

Спілкування як засіб встановлення духовного зв'язку, обмін емоційними станами, інформування, передавання життєвого досвіду, пізнання суб'єктами міжособистісних відносин один одного є життєвою потребою індивіда, фактором існування людини як соціальної істоти, способом самовираження людського «Я», унікальною умовою існування суспільства. Уміння слухати і говорити, розуміти і використовувати «мову жестів», інші методи ефективного спілкування допоможуть людям краще зрозуміти думки, почуття і очікування один одного і полегшать процес взаєморозуміння.

Під *ефективним спілкуванням* у сучасній науковій літературі розуміють процес обміну повідомленнями, де інформація учасниками процесу спілкування сприймається у її первісному вигляді.

Основними характеристиками ефективного спілкування є: уміння висловити власну думку так, щоб бути почутим; володіння мовою жестів, емоційність;

намагання зрозуміти співрозмовника; прийняття індивідуальної особистості іншого; прояв поваги, зацікавленості, чуйності; можливість саморозкриття, самовираження та інші.

Т. Воронцова та В. Пономаренко умовно виокремлюють п'ять базових кроків ефективного спілкування «STEPS»:

1. S (space) – простір: означає, що кожна людина має свій особистий простір, у якому вона почувається комфортно при взаємодії з іншими і в ході спілкування важливо намагатися не порушувати дозволені межі.

2. T (take turns) – говорити по черзі: розкриває суть феномена «спілкування» як рівноправного комунікативного акту, де кожен суб'єкт має право та можливість висловитися, бути почутим, зрозумілим. Даний принцип має дуальне значення: з одного боку реалізується в умінні говорити, а з іншого – у вмінні слухати, бо коли один говорить, інший – слухає.

3. E (eye contact) – зоровий контакт: по-перше, установлення зорового контакту свідчить про зацікавленість, уважність, важливість суб'єктів спілкування один для одного; по-друге, так людина виявляє повагу до співрозмовника і, по-третє, має змогу спостерігати за мімікою, жестами, емоційними реакціями суб'єкта спілкування, що сприяє обміну інформацією на більш глибокому рівні – духовно-енергетичному, тобто відбувається установлення духовного контакту.

4. P (polite) – ввічливість: приязне, відкрите спілкування, що базується на довірі, толерантності, взаємоповазі, взаємопідтримці, емпатійності тощо.

5. S (stay on topic) – залишатися в темі: передбачає, що в ході спілкування є неприйнятним раптове переключення на тему, яка більш цікава тому, хто перебуває; слід вислухати співрозмовника, підтримувати розмову, запитувати чи обговорювати певні аспекти, висловлювати власну думку з приводу сказаного доти, доки триває обговорення.

Здається, що може бути простіше спілкування: один говорить, інший слухає. Але цей процес не такий простий, адже нерідко трапляється, що зміст відправленого нами повідомлення не збігається з тим, яке отримує співрозмовник. Це відбувається тому, що існують бар'єри (рис. 2).



Рис. 2. Схема «Бар'єри ефективного спілкування»

4. Учинки, дії та поведінка особистості в конкретних ситуаціях міжособистісної взаємодії як показник гармонійних міжособистісних відносин

Об'єктивно удити про гармонійність міжособистісних відносин можна з учинків, дій та поведінки особистості в конкретних ситуаціях міжособистісної взаємодії. Звернення до словника української мови з метою з'ясування семантики понять «учинок», «дія», «поведінка» дає змогу трактувати означені феномени наступним чином: «*учинок*» – окрема дія людини; те, що здійснене, учинене нею; «*дія*» – здійснення чого-небудь; (тільки множ.) сукупність учинків людини; «*поведінка*» – сукупність дій і вчинків людини; спосіб життя; якісь дії, вчинки взагалі. Як бачимо, конструкт «учинок» є більш вузьким (конкретним, одиничним) поняттям, «дії» – займає проміжне положення, а «поведінка» – більш широким (узагальненим, інтегративним).

Розглядаючи поведінку особистості як сукупність її певних дій і вчинків у контексті дослідження, справедливо стверджувати, що для гармонійних міжособистісних відносин характерний прояв вихованості, духовності, людяності, безкорисливості, відповідальності та культури особистості загалом у реальних умовах міжособистісної взаємодії.

Цікавою є думка І. Беґа, який зазначає, що головним мірилом моральності людини у її відносинах з іншими людьми є безкорисливий учинок. Під такими вчинками науковець розуміє такі, що є обопільно корисними й орієнтують особистість на доброзичливе ставлення, щиросердність, взаємодопомогу, благо інших людей, тим самим, забезпечуючи благополуччя кожного із суб'єктів міжособистісної взаємодії.

У залежності від моделі поведінки людини в різних ситуаціях розрізняють – *пасивну, агресивну або асертивну* поведінку.

Асертивну модель поведінки розглядають як певну альтернативу під час взаємодії – стратегію компромісу чи співробітництва, що передбачає чітке формулювання власних думок і пропозицій щодо певної ситуації, прийняття до уваги думки інших (Н. Ю. Ражина).

Відповідно до поглядів Е. Солтера базовими і вкрай необхідними навичками у площині міжособистісних відносин є відкрите вираження почуттів і бажань, уміння слухати й розуміти суб'єкта міжособистісної взаємодії, упевнено висловлювати власну думку і прислухатися до думки іншого, діяти безконфліктно, вагомого значення, асертивній поведінці особистості як складовій гармонійних міжособистісних відносин.

Саме поняття «асертивність», «асертивна поведінка» відносно нові в науковій літературі і походять з англійської, де *assertion* – ствердження, заява), *assert* – стверджувати, заявляти, доводити, відстоювати свої права, *assertive* – догматичний, наполегливий, напористий, самовпевнений. Таку поведінку ще називають гідною, упевненою, дипломатичною, «на рівних».

Дослідження асертивної стратегії поведінки з'являються в середині ХХ століття у психологічному тезаурусі, де її характеризують як найбільш оптимальний і конструктивний спосіб міжособистісної взаємодії, що заперечує будь-які прояви агресивності, пасивності, маніпуляцій у вчинках і діях людини.



У спеціальній довідковій літературі фіксуємо, що термін «асертивність» трактується «як уміння людини впевнено і гідно поводитись, наполегливо відстоювати свої права чи точку зору, не зневажаючи прав інших». При цьому, О. Біда, Л. Журавльова та В. Лучків наголошують на тому, що асертивність є інтегративною якістю особистості, яка уможливорює швидко адаптацію людини до нових, нестандартних умов, забезпечує гнучкість індивіда в діях, учинках та поведінці в цілому, тим самим, сприяючи налагодженню міжособистісних відносин у різних сферах життєдіяльності. Останнє цілком підтверджує, що асертивна поведінка є невід'ємною складовою гармонійних міжособистісних відносин молодих людей.

Асертивна поведінка – це вміння домовлятися, враховуючи інтереси усіх сторін, уміння ввічливо відмовитися від того, що не підходить, і рішуче – від того, що може бути небезпечним. Розуміння асертивної поведінки пов'язано із добросовісною, людяною, моральною, наполегливою поведінкою, а основними її критеріями є вчинки, які характеризуються людяністю (гуманізмом), повагою до інших, гідністю, добросовістю, моральністю, впевненістю. Асертивну поведінку ще називають гідною, дипломатичною, впевненою, на рівних.

Особливо цінною є теорія І. Козич, про те, що асертивна поведінка являє собою новоутворення конфліктологічної компетентності майбутніх фахівців. Відповідно до поглядів дослідниці вона проявляється у здатності особистості мінімізувати конфлікт чи конфліктну ситуацію конструктивним шляхом, завдяки застосуванню найбільш адекватних поведінкових стратегій до конкретних умов. Водночас асертивна поведінка особистості покликана нівелювати виникнення конфліктів, однак не передбачає повного виключення ситуацій напруження чи конфліктних ситуацій із життя людини. Адже, як доречно зауважує Ф. Енгельс, взаємодія людських істот завжди тою чи іншою мірою містить свідому колізію та підсвідому боротьбу. Із цих міркувань, асертивна поведінка особистості забезпечує впевнене, гідне поводження у конфліктних ситуаціях та співробітництво (стиль поведінки у конфлікті) із суб'єктом міжособистісної взаємодії задля пошуку взаємовигідних умов і конструктивних шляхів вирішення протиріччя за мінімальний час.

5. Конфлікт – мистецтво міжособистісної взаємодії

Переважно конфлікт – викликає дискомфорт, дисгармонію, тривожність якщо наша реакція на конфлікт пригнічує вас, сковує, віддаляє від друзів, рідних, колег – необхідно змінити нашу внутрішню установку стосовно конфлікту. Насправді ж, конфлікт – це діалог, взаємодія, джерело розвитку нових відносин, їх бачення, гармонії.

Є природним, що у взаємодії, де стикається два потоки емоційної енергії – конфлікти є нормою життя, бо як запевняє Ч. Ліксон: «Конфлікти – це норма життя. Якщо у вашому житті немає конфліктів, перевірте, чи є у вас пульс».

Тому, щоб конфлікти несли в собі позитивний вплив на формування гармонійних міжособистісних відносин, необхідно бути обізнаним.

Конфлікт у перекладі з латини – зіткнення різноспрямованих сил (цінностей, інтересів, поглядів, позицій) суб'єктів – сторін взаємодії. Це так зване,

протистояння, яке сприймається людиною як значима для неї психологічна проблема, яка потребує свого вирішення і викликає активність, направлену на його вирішення.

Наука, яка вивчає причини виникнення, особливості перебігу, запобігання та вирішення конфлікту називається *конфліктологією*.

Найпоширенішим типом конфліктів є *міжособистісний конфлікт*. Вони охоплюють практично всі сфери людських відносин. Будь-який конфлікт зрештою зводиться до міжособистісного. Описуючи конфліктну ситуацію у міжособистісних відносинах. Грішина зазначає: «це ситуація, в якій має місце протиріччя між її учасниками, що проявляються в їх протидії один одному (протистоянні, протиборстві) і супроводжується афективними проявами».

Учасники міжособистісного конфлікту переживають його як значущу психологічну проблему, що вимагає вирішення. Таке протистояння викликає активність сторін, спрямовану на подолання виниклого протиріччя і вирішення ситуації в інтересах обох чи однієї із сторін.

Класифікація причин може бути представлена таким чином:

– *ресурсні* – причини, пов'язані з обмеженнями або недостатністю матеріальних, людських ресурсів, їх кількісними та якісними показниками;

– *взаємозалежності* – виступають у якості причин конфліктів в ході реалізації відносин, пов'язаних з владою, повноваженнями, виконанням спільних завдань, емоційною прихильністю, в тому числі, спорідненої, сексуальної;

– *цільові відмінності* як причини конфліктів проявляються в реальних або уявних відмінності в цілях учасників конфлікту, які розглядаються як загроза для реалізації власних результатів і очікувань в тій чи іншій ситуації;

– *ціннісно-мотиваційні відмінності* в якості причини конфлікту мають місце при несумісності підходів до оцінки ситуації, учинків інших людей і своїх власних, а також мотивів дій;

– *поведінкові* – сутність цих причин проявляється у відмінності життєвого досвіду учасників конфлікту, а також манері поводитися в певній ситуації;

– *комунікаційні* – виникають у ході неналежного спілкування;

– *особистісні* – ці причини з'являються в процесі зіткнення учасників конфлікту, коли вони виявляють свої індивідуальні і персональні (особисті) особливості.

Однією з причин виникнення конфлікту є *конфліктогени* поведінки. Це слова або дії, які породжують конфлікт.

До ознак конфліктогенів поведінки можна віднести: відкрити недовіру; перебивання іншої людини; неадекватне оцінювання людей; підкреслювання розбіжностей між собою та суб'єктом взаємодії; стійке небажання визнавати свої помилки або правоту іншого; применшення вкладу інших людей або перебільшення власного вкладу в загальну справу; постійне нав'язування своєї точки зору іншим; невідповідність суджень та дій; невміння вислухати і зрозуміти точку зору іншої сторони.

До *негативних сторін конфлікту* можна віднести: порушує здоров'я; викликає стрес, психотравми; порушує гармонію міжособистісних відносин, якщо не вирішений; формується негативна установка, негативний життєвий сценарій.



До позитивних рис належать: дає можливість сформулювати й усвідомити проблему, виявити труднощі; звертають увагу на те, що треба змінюватися; розкривають наші прагнення і бажання; дають змогу з'ясувати, хто ми є, якими є наші цінності, а також допомагають нам зрозуміти іншу людину; вчить формам спілкування, вмінню налагоджувати міжособистісні відносини; сприяє особистісному, професійному зростанню; розвиває волюву саморегуляцію; розвиває критичність мислення тощо. Головне – знати стилі поведінки особистості в конфлікті та вміти їх використовувати.

Учені К. Томас і Р. Кілмен вказують, що існує 5 основних стилів поведінки в конфлікті:

1. Пристосування – людина не відстоює своїх інтересів нехтує ними, заради задоволення інтересів іншого.

2. Уникання – людина намагається відстрочити конфліктну ситуацію, сподіваючись, що все вирішиться само собою. Часто при цьому послуговуються тезою, що «поганий мир кращий за добру сварку». Така стратегія не завжди свідчить про намір ухилитися від вирішення проблеми. Вона може бути й конструктивною реакцією на конфліктну ситуацію, коли вирішення її доцільніше відкласти на пізніше. Проте захоплення стратегією уникнення може призвести до втрати особистісних позицій.

3. Суперництво (конкуренція) – людина прагнення стати центром ситуації і задовольнити виключно свої інтереси за рахунок іншого. За цієї позиції погляди, потреби інших учасників ситуації не сприймаються як значущі. Суперництво може означати «стати на захист своїх прав», якщо людина переконана, що вона права. Це активний, майже агресивний наступ, намагання вирішити конфлікт, ігноруючи інтереси інших осіб.

4. Компроміс – це часткове задоволення обох конфлікуючих сторін. Виявляється у намаганні не загострювати ситуації у конфлікті за рахунок взаємних поступок інтересами. Він схожий на співробітництво, але його досягнення відбувається на поверхневому рівні відносин. Партнери не враховують глибинних потреб, інтересів, а задовольняються зовнішньою стороною поведінки.

5. Співпраця (співробітництво) – прагнення разом підійти до ефективного вирішення ситуації, конфлікту з урахуванням інтересів, потреб обох сторін, пошук взаємовигідних умов і шляхів досягнення порозуміння. Це спільна спроба знайти таке рішення, яке цілком задовольняло б вимоги обох сторін. Ця стратегія вимагає більше часу, ніж інші. Крім того, обидві сторони повинні вміти пояснити свої бажання, висловити свої потреби, вислухати одне одного, виробити альтернативні варіанти дій.

Отже, вибір стилю вирішення конфліктної ситуації здійснюється на основі врахування конкретних обставин: вміти поступатися, йти на розумний компроміс, встановлювати партнерські стосунки й водночас обстоювати власну позицію, розширюючи арсенал стилів, а не діяти за єдиним стандартом.

Найбільшою наполегливістю задля задоволення власних інтересів характеризується конкуренція. Співпраця поєднує максимальну наполегливість щодо задоволення як власних інтересів, так і інтересів іншої людини.

Запитання для самоперевірки і самоконтролю:

1. Розкрийте дефініцію поняття «співробітництво здобувачів вищої освіти».
2. Які функції виконує спілкування?
3. Що таке ефективне спілкування? Назвіть п'ять базових кроків ефективного спілкування.
4. Схарактеризуйте семантичну відмінність понять «вчинок», «дія», «поведінка».
5. Що таке безкорисливий учинок?
6. Розкрийте суть асертивної поведінки особистості та її значення у формуванні гармонійних міжособистісних відносин.
7. Що розуміють під асертивністю?
8. Що таке конфлікт?
9. Що таке конфліктогени?
10. Які існують стилі поведінки особистості у конфлікті?
11. Який стиль поведінки у конфлікті характерний для особистості здатної встановлювати та розвивати гармонійні міжособистісні відносини?
12. Назвіть змістові складові інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин.



ОРІЄНТОВНІ ПИТАННЯ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Мета, завдання та очікувані результати курсу.
2. Гармонійні міжособистісні відносини у сучасному суспільному вимірі.
3. Нормативні документи, що засвідчують актуальність і необхідність гармонійного співіснування у соціальному світі в цілому та формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців педагогічної професії.
4. Теоретична база дослідження проблеми гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
5. Семантичний аналіз конструктів «стосунки», «взаємини», «взаємовідносини», «відносини» в українській мові та науковій літературі.
6. Спільні та відмінні характеристики понять «стосунки», «взаємини», «взаємовідносини», «відносини».
7. Міжособистісні відносини як об'єкт вивчення психологічних наук.
8. Етимології конструкта «міжособистісні відносини».
9. Узагальнена класифікація міжособистісних відносин.
10. Механізм установаження міжособистісних відносин.
11. Гармонія як філософська категорія.
12. Контент-аналіз феномена «гармонія»
13. Поняття гармонії крізь призму екзистенціального підходу.
14. Погляд педагогів на проблему формування гармонійних міжособистісних відносин.
15. Гармонійні міжособистісні відносини як сталий термін.
16. Структура духовної культури та морально-естетичної культури здобувачів вищої освіти.
17. Структура емоційної культури.
18. Структура ціннісного ставлення до людини.
19. Структура міжособистісної взаємодії.
20. Структура міжособистісних відносин.
21. Структура міжособистісних відносин студентів-першокурсників.
22. Структура культури міжособистісних взаємин старших підлітків.
23. Структура гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
24. Зміст компонентів гармонійних міжособистісних відносин особистості.
25. Характеристика мотиваційного компонента гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
26. Зміст когнітивного компонента гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
27. Характеристика афективного компонента гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
28. Змістові складові інтеракційного компонента гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців.
29. Перешкоди на шляху встановлення гармонійних міжособистісних відносин.
30. Шляхи формування гармонійних міжособистісних відносин.



РЕКОМЕНДОВА ЛІТЕРАТУРА

Нормативно-правова база

1. Інструкція щодо врегулювання конфліктних ситуацій в освітньому процесі. Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2020. URL : <https://cutt.ly/BOkPrp>
2. Кодекс безпечного освітнього середовища Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. 2018. URL : <https://cutt.ly/FOkFX7>
3. Положення про організацію виховної роботи в академії. Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2016. URL : <https://cutt.ly/DOkMxt>
4. Положення про організацію освітнього процесу у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради та її структурних підрозділах. 2020. URL : <https://cutt.ly/tOKyqxD>
5. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 р. № 1556-VII. URL : <https://cutt.ly/TOkYoWz>
6. Про затвердження Концепції розвитку педагогічної освіти : Наказ Міністерства освіти і науки України від 16 липня 2018 р. № 776. URL : <https://cutt.ly/rOKy19j>
7. Про деякі питання національно-патріотичного виховання в закладах освіти України та визнання таким, що втратив чинність, наказу МОН України від 16.06.2015 № 641 : Наказ МОН від 06.06.2022 № 527. URL : <https://cutt.ly/VN8I8eB>

Базова

1. Борзик О. Б. Формування гармонійних міжособистісних відносин особистості : спец. курс / Комунальний заклад «Харків. гуманітар.-пед. акад.» Харків. облради. Харків, 2018. 56 с. URL : <https://cutt.ly/DOkOuDN>
2. Борзик О. Б. Буктренинг з формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх фахівців : практич. посіб. / Комунальний заклад «Харків. гуманітар.-пед. акад.» Харків. облради. Харків, 2021. 204 с. URL : <https://cutt.ly/9OKojKT>
3. Сайтарлі І. А. Культура міжособистісних стосунків : навч. посібник. Київ : Академвидав, 2007. 240 с. URL : <https://cutt.ly/rOKdQ2F>

Допоміжна

1. Борзик О. Б. Аспектний аналіз генези категорії «гармонія». *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*: зб. наук. праць / гол. ред. Г. П. Шевченко. Луганськ : Східноукр. нац. ун-ту ім. В. Даля, 2020. Вип. 4 (97). С. 25–37. URL : <https://cutt.ly/mOKoTPg>
2. Борзик О. Б. Причини виникнення та шляхи попередження міжособистісних конфліктів учасників освітнього процесу закладів вищої освіти. *Педагогіка здоров'я* : зб. наук. праць VIII Всеукр. наук-практич. конф. (м. Харків, 18–19 трав. 2018 р.). Харків, 2018. С. 71–74. URL : <https://cutt.ly/7OKoGqE>
3. Борзик О. Міжособистісні відносини як наукова проблема: філософський аспект. *Проблеми та перспективи розвитку сучасної науки в країнах Європи та*



Азії : матеріали XXVII Міжнар. наук.-практ. інтерн.-конф. (м. Переяслав-Хмельницький, 31 трав. 2020 р.). Переяслав-Хмельницький, 2020. С. 91–93. URL : <http://conferences.neasmo.org.ua/uk/art/5756>

4. Борзик О. Семантичний аналіз конструкту «міжособистісні відносини». Пріоритетні напрями розвитку науки : зб. наук. матеріалів XXVIII Міжнар. наук.-практ. інтерн.-конф. (м. Вінниця, 18 берез. 2019 р.). Вінниця, 2019. Ч. 3. С. 35–39. URL : <https://cutt.ly/4OKpQgt>

5. Борзик О. Б. Формування гармонійних міжособистісних відносин майбутніх учителів початкових класів : дис. ... докт. філософ. : 13.00.07 / Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків, 2021. 382 с. URL : <https://cutt.ly/7OKpBbY>

6. Крилова С. А. Краса людини в життєвих практиках культури. Досвід соціальної та культурної метаантропології і андрогін-аналізу : монографія. Видання 2-е, перероблене і доповнене. Київ : КНТ, 2019. 563 с. URL : <https://cutt.ly/iOKawUL>

7. Кручек В. А. Психолого-педагогічні основи міжособистісного спілкування. Київ : НАКККіМ, 2011. 302 с. URL : <https://cutt.ly/tOKaj8z>

8. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності : навч.-метод. посібник. Київ : Педагогічна думка, 2012. 112 с. URL : <https://lib.iitta.gov.ua/6191/1/12-41.pdf>

9. Молчанюк О. В. Аспектний аналіз генези походження категорії «цінність». *Теорія і методика професійної освіти* : електрон. наук. фахов. журнал. / Ін-т проф.-техн. освіти НАПН України. 2017. Вип. 12. URL : <https://cutt.ly/WOKuCu3>

10. Молчанюк О. В., Борзик О. Б. Психолого-педагогічний аналіз дефініції «міжособистісні відносини». *Теорія та методика навчання та виховання* : зб. наук. праць / Харків. нац. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; за заг. ред. член-кор. НАПН України А. В. Троцько. Харків, 2017. Вип. 42. С. 125–134. URL : <https://cutt.ly/hOKaICq>

11. Нагіленко І. А. Гармонія у філософських дослідженнях Середньовіччя. *Вісник Житомирського державного університету імені І. Франка* : зб. наук. праць. 2007. Вип. 32. С. 13–15. URL : <http://studentam.net.ua/content/view/7431/97/>

12. Основи культурології : навч. посібник / за ред. Л. О. Сандюк та Н. В. Щубелки. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 400 с. URL : <https://cutt.ly/ТОКа8j7>

13. Шевченко Г. П. Одухотворений образ Людини Культури XXI століття : процес його виховання у вищій школі. *Духовність особистості : методологія, теорія і практика* : зб. наук. праць. Луганськ, 2015. Вип. 5 (68). С. 213–224. URL : <https://cutt.ly/mOKseDO>

14. Borzyk O. The influence of motivational and value sphere of personality on the process of formation future primary class teachers' harmonious interpersonal relationships. *Danish Scientific Journal*. Denmark. 2021. № 44. Vol. 2. P. 51–55. URL :

15. Chagovets A., Chychuk A., Bida O., Kuchai O., Salnyk I., Poliakova I. Formation of Motivation for Professional Communication among Future Specialists of Pedagogical Education. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*. 2020. Vol. 12. Iss. 1. P. 20–38. ISSN: 2066-7329. e-ISSN: 2067-9270 (Indexed in Web of Science). URL : <https://cutt.ly/tOKic1n>



16. Roganova M. Axiological bases of the educational process in higher pedagogical institutions of education. *Духовний розвиток особистості : методологія, теорія і практика* : зб. наук. праць. Северодонецьк : Східноукр. нац. ун-ту ім. В. Даля, 2020. Вип. 1 (94). С. 202–214. URL : <https://cutt.ly/hOKsDRO>

Електронні інформаційні ресурси

1. Наукова періодика України : сайт. URL : <http://journals.uran.ua/>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського : сайт. URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>
3. Портал превентивної освіти : сайт. URL : <https://cutt.ly/sOKs5aS>
4. Пошукова система наукових публікацій всіх форматів і дисциплін Google Scholar : сайт. URL : <https://scholar.google.com.ua/schhp?hl=uk>
5. Сайт бібліотеки КЗ «ХГПА» ХОР. URL : <https://cutt.ly/oWnt171>
6. Цифровий репозиторій КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР. URL : <http://repository.khpa.edu.ua:8080/jspui/>



Навчальне видання

**ФОРМУВАННЯ ГАРМОНІЙНИХ
МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН**

Курс лекцій
для здобувачів усіх рівнів вищої освіти усіх спеціальностей

Укладачі:

Молчанюк Ольга Василівна

Борзик Олена Богданівна

