

роботу. Вказані види педагогічних ситуацій спрямовані на прояв відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів як процесуального та морального характеру. Реалізація цієї педагогічної умови передбачає також включення особистості студента педагогічного університету до різних видів професійних видів навчально-виховних завдань, узгоджених зі змістом навчальних занять з певної дисципліни та виховною роботою. До таких видів навчально-виховних завдань належать: комунікативна, творча, організаційна, дослідницька діяльності; самоосвіта; методична, виховна, управлінська, діагностична, аналітична діяльності тощо.

Педагогічна ситуація щодо формування відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів – змодельована викладачем шпучно та природню ситуація, спрямована на формування значущих професійних та особистісних якостей майбутніх педагогів на засадах компетентнісного та виховного підходу.

У результаті реалізації педагогічної умови стимулювання процесу формування відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів виконано такі завдання експериментального етапу: спроектовано педагогом ситуації, що сприяють прояву відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів з позицій процесуального чи морального характеру; реалізовано ситуації, що сприяють прояву відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів у процесі навчальних занять з дисциплін «Педагогіка», «Теорія та методика виховання», «Основи педагогічної майстерності» тощо, роботи гуртків та виховних заходів у вигляді навчально-виховних завдань; проаналізовано результативність розробленого організаційного забезпечення реалізації педагогічної умови щодо організації самостійної та виховної роботи студентів педагогічного університету.

Водночас подальшого дослідження потребує визначення дидактичних умов реалізації педагогічної умови стимулювання процесу формування відповідального ставлення до майбутньої професії у студентів педагогічних університетів.

### Література

1. Бех І. Д. Справедливість – несправедливість у міжособистісних взаєминах // Світ виховання. 2006. № 3 (16). С. 8–10.
2. Власенко О. М. Формування моральних цінностей у майбутніх учителів засобами моделювання педагогічних ситуацій: дис. кандидата пед. наук : 13.00.07. Житомир, 2005. 223 с.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙНЯТТЯ ЖІНКАМИ ВЛАСНОГО ТІЛА ПІСЛЯ ФОТОТЕРАПІЇ

Ігнатюк Марина Вікторівна  
Житомирський державний університет  
імені Івана Франка, м. Житомир.  
Науковий керівник – старший викладач,  
Фальковська Людмила Миколаївна

Проблема вивчення образу тіла у психології є доволі актуальною, оскільки її розв'язання наблизить до розуміння Я-концепції, а відтак, і самосвідомості особистості. У науковій літературі накопичено теоретичний та емпіричний матеріал, необхідний для з'ясування суті цього поняття. Учені прийшли до висновку, що образ тіла людини є структурним компонентом Я-концепції, який впливає на особистість у цілому та на її життя

загалом, образ тіла слугує джерелом інформації про особливості характеру, наявні проблеми, комплекси, захисні механізми тощо (П. Бернстайн, Дж. Веккер, К. Купер, М. Мдівані, М. Фельденкрайз, П. Шильдер та інші).

Задоволеність образом фізичного Я є однією з центральних проблем у вивченні психології зовнішності. Згідно з даними зарубіжних психологів, нині «стурбованість людей своєю зовнішністю досягла розмірів епідемії» [3, 15].

У сучасних дослідженнях з цієї проблеми під незадоволенням образом фізичного Я розуміється наявність у людини негативних думок і почуттів щодо власної зовнішності. Це явище передбачає, на думку А. Гавриленко, П. Тарханової, А. Холмогорової, певну невідповідність між тим, як людина сприймає своє тіло, і її уявленнями про тіло ідеальне [1; 4].

Відповідно в нашому дослідженні ми дотримуємося аналогічної точки зору щодо визначення задоволеності образом фізичного Я. Під незадоволенням зовнішністю нами розуміється конфлікт між реальним та ідеальним фізичним Я, тобто суб'єктивною оцінкою зовнішності зараз і уявленням про ідеальний зовнішній вигляд. Чим більше розходження між цими образами, тим вищим є невдоволення зовнішністю.

Для підтвердження того, чи впливає фототерапія на самоставлення у цілому та на ставлення до зовнішності зокрема, були зіставлені результати опитувальника В. Століна та С. Панталеєва [2, 166] за критерієм «Інтегральна самооцінка» до та після фототерапії. У всіх учасників, а дослідницька вибірка складає 20 осіб, збільшилися показники інтегральної самооцінки після фототерапії.

Виявилося, що коефіцієнт кореляції між позитивною оцінкою своєї зовнішності та загальною самооцінкою до і після фототерапії у досліджуваних такий: до початку фототерапії  $r = 0,808$  та  $r = 0,914$  після її закінчення.

Збільшення позитивної кореляції свідчить про те, що формування позитивного образу своєї зовнішності за допомогою фототерапії сприяє також підвищенню рівня загальної самооцінки.

За допомогою порівняльного аналізу були зіставлені результати досліджень за методиками, що оцінюють взаємозв'язок між рівнем позитивної оцінки своєї зовнішності та самоприйняття свого тілесного «Я», з одного боку, і рівнем впливу інших суб'єктів на ставлення до свого тіла, з іншого боку, до та після фототерапії.

Було виявлено, що у більшості досліджуваних у результаті фототерапії зросли показники самоприйняття свого тілесного «Я» на 26,7% (до експерименту було 18,6%, після – 45,3%) та підвищився рівень позитивної оцінки своєї зовнішності на 19,9% (до експерименту – 15,3%, після – 35,2%). Водночас показники рівня впливу інших суб'єктів на ставлення досліджуваних до свого тіла знизилися на 16% (до експерименту – 22,4%, після – 6,4%), а показник негативної оцінки своєї зовнішності – на 30,7% (з 43,7% перед експериментом до 13% після) див. Рис. 1.

Для виявлення та встановлення рівня взаємозв'язку між отриманими даними під час проведення експерименту було застосовано коефіцієнт кореляції Пірсона між показником сприйняття тілесного «Я» та рівнем впливу інших суб'єктів на ставлення досліджуваних до свого тіла до та після фототерапії, який становив: до початку фототерапії  $r = 0,216$ ; після закінчення фототерапії  $r = -0,852$ .

Коефіцієнт кореляції між рівнем позитивної оцінки своєї зовнішності і рівнем впливу інших на ставлення до свого тіла до та після фототерапії є таким: до фототерапії  $r = 0,106$ ; після фототерапії  $r = -0,572$ .

Зіставлення отриманих коефіцієнтів кореляцій показує, що і в першому, і у другому випадку після закінчення фототерапії існує значна негативна кореляція. На підставі цього можна зробити узагальнення, що фототерапія сприяє зниженню залежності відношення до свого тіла від думок оточуючих, а також підвищує рівень сприйняття свого тілесного «Я» і позитивної оцінки своєї зовнішності, тим самим знижуючи рівень впливу думок оточуючих.

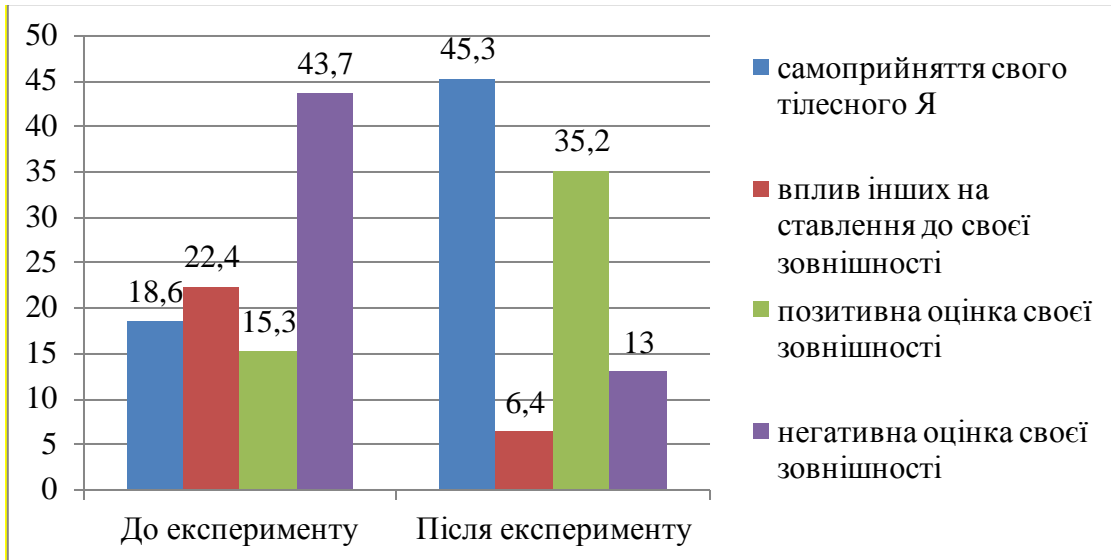


Рис. 1. Динаміка змін за показниками до та після експерименту (у %)

Інакше кажучи, чим ефективніший вплив фототерапії, тим вищий рівень сприйняття свого тілесного «Я» і тим більш самостійною, незалежною стає оцінка власної зовнішності.

За допомогою обраних методів нами виділялися наступні показники: відношення до свого тіла, категорій, пов'язані з особливостями структури особистості.

Аналіз поведінкових і вербальних реакцій досліджуваних жінок дозволив виділити такі феномени, що вказують на особливості емоційного ставлення до свого зовнішнього вигляду:

1. Неприйняття свого вигляду на фото. При цьому спостерігалися висловлювання досліджуваних жінок, що відображали їх негативне ставлення до свого зовнішнього вигляду на фотографіях, а також характерні особливості поведінки під час фотографування й оцінки одержаних фотографій (кривляння, зайве нервування, збентеження, зміна настрою, почервоніння обличчя та шиї тощо). Також власне неприйняття простежувалося і в репліках досліджуваних жінок: «Це просто жах!», «Я тут така страшна, потрібно видалити це фото», «О, Господи, Ви ж ці фото нікому не покажете?», «Можна зніматись без гриму у фільмі жахів».

2. Небажання бачити себе на фотографіях. Учасниці закривали обличчя руками, хоча й не ставили негативних оцінок своїм фотографіям, при аналізі висловлювались наступним чином: «Краще б я себе на бачила. Не можу звикнути. Колись я важила на 10 кг менше. Не можу на себе дивитись таку товсту».

3. Усвідомлюване переживання відсутності контакту зі своїм тілом. Учасниці дослідження зазначали наступне: «Я не розумію як поставити ноги, куди діти руки»; «Я, коли хвилююсь, не можу зорієнтуватись і плугаю де ліва, а де права нога»; «При фотографуванні не розумію, який у мене вираз обличчя»; «Ну, я не дуже добре розуміюсь на позуванні».

4. Переживання невідповідності свого зовнішнього вигляду «в житті» та на фотографіях: «Взагалі я не люблю фотографуватись, бо, коли бачу себе на фотографіях, кожен раз лякаюся»; «Таке враження, що на фотографіях у мене обличчя якесь недалеко. Я сподіваюся, що в житті я виглядаю краще»; «Тільки на фото у мене ця дурнувата посмішка, яка все псує»; «Я взагалі себе уявляла інакше».

У ході нашого дослідження були виділені причини негативних оцінок фотографій досліджуваних жінок, які вони повідомляли вербально в ході інтерв'ю. Їх можна розділити на постійні та ситуативні.

До постійних причин належать:

- 1) невідповідність уявлень про хороший / ідеальний зовнішній вигляд («занадто повні стегна», «диспропорція тіла», «занадто великий живіт» тощо).
- 2) характер загальної самопрезентації («завжди невдало посміхаюся», «невдалий вираз обличчя» тощо).

Ситуативні причини:

- 1) ситуативні недоліки зовнішності («розпатлана зачіска», «невдало підібраний одяг», «занадто яскравий макіяж» тощо);
- 2) ситуативна експресія («вся зсугулилася», «широко відкритий рот, коли сміюсь»);
- 3) композиційні недоліки («я не вписуюсь в цей інтер'єр»).

Згідно з отриманими даними, ситуативні недоліки зовнішнього вигляду учасниці дослідження називали причинами невдалих фотографій частіше, аніж постійні, що вказує на можливий спосіб пояснення собі недоліків зовнішності за допомогою актуалізації захисних або компенсаторних механізмів.

Аналіз результатів дослідження дозволив сформулювати список категорій, що відображають психологічні характеристики, які відповідають за позитивний або негативний вплив зі своїм зовнішнім фотообразом, а також виділити групи за критеріями їх емоційного прийняття чи неприйняття:

- перша група характеризується збігом прямих і непрямих показників ставлення до свого фізичного вигляду, емоційним сприйняттям (6 осіб);
- друга – сприйняттям свого фізичного вигляду на усвідомлюваному рівні та несприйняттям на несвідомому рівні (3 особи);
- третя – несприйняттям свого фізичного вигляду на обох рівнях (4 особи);
- четверта – характеризується перфекціонізмом у сприйнятті зовнішнього вигляду, сприйняттям свого фізичного вигляду на свідомому рівні і несприйняттям – на неусвідомлюваному рівні (7 осіб).

На підставі вище зазначених фактів можна зробити узагальнення, що фототерапія сприяє підвищенню самооцінки. Ми вважаємо, що це пов'язано з тим, що люди, які схильні приписувати результати своєї діяльності внутрішнім причинам, з одного боку, в більшій мірі готові взяти на себе відповідальність за результати роботи над собою, з іншого боку, краще розуміють можливу трансформацію ставлення до своєї зовнішності за рахунок зміни внутрішніх оцінок.

### Література

1. Гавриленко А. А. Образ физического Я как структурная составляющая Я-концепции: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Анастасия Александрона Гавриленко. – Москва, 2009. – 23 с.
2. Пантелеев С. Р. Методика исследования самоотношения: практикум по психодиагностике / С. Р. Пантелеев, В. В. Столин // Конкретные психодиагностические методики: сборник. – М.: МГУ, 1989. – С. 166-172.
3. Рамси Н. Психология внешности / Н. Рамси, Д. Харкорт. – СПб: Питер, 2009. – 256 с.
4. Тарханова П. М. Социальные и психологические факторы физического перфекционизма и неудовлетворенности своим телом / П. М. Тарханова, А. Б. Холмогорова // Психологическая наука и образование. – 2011. – №5. – С. 52–60.

## МІЖПРЕДМЕТНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ НА УРОКАХ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ: ЇХ ВИКОРИСТАННЯ

Котловий Олександр Анатолійович  
вчитель англійської мови  
Житомирської загальноосвітньої школи № 14,  
м.Житомир.

Забезпечення підготовки учня до життя у глобальному світі вимагає міжпредметної компетентності, яка у новому Державному стандарті сформульована як здатність учня застосовувати щодо міжпредметного кола проблем знання, уміння, навички, способи діяльності та ставлення, які належать до певного кола навчальних предметів і освітніх галузей.

Тому іноземна мова, як кожен інший навчальний предмет, є відкритою для використання змісту з різних галузей знань, інших навчальних предметів. Навчання іноземної мови у старшій школі вивчається в нерозривному зв'язку з іншими предметами, без заперечення існуючої педагогічної системи та педагогічного процесу.

Об'єктом дослідження є цілісний педагогічний процес. Але, попри це, питання міжпредметних зв'язків слабо відпрацьовані у комунікативній методиці навчання цього предмета (почасти досліджувалися зв'язки із рідною мовою).

Предметом дослідження – безпосередньо існуючі міжпредметні зв'язки. Тим часом значення вищезгаданого підходу зростає при сучасній тенденції до синтезу і інтеграції наукових знань – це зі шляхів інтегрування шкільної освіти, що є основою відновлення і вдосконалення її змісту в принциповому плані.

Розробка практичних методів та прийомів, ефективних шляхів формування міжпредметних компетентностей учнів на уроках іноземної мови, які сприятимуть підвищенню ефективності навчання іноземної мови, розвитку й удосконаленню комунікативної та соціокультурної компетенції учнів, розширенню змістовної основи навчання іноземної мови.

Перед вчителем стоїть завдання: утворення єдиної системи процесу творення, побудованої на інтегрованій основі, де мають бути розроблені як принципи цілісного підходу до змісту освіти, так й особистісно-орієнтовані організації процесу творення, спрямованих на розвиток дитини. Звідси виникає пошук шляхів створення моделі освітнього закладу нового типу на принциповій основі, яка передбачає: створення умов розвитку та самореалізації дитини; оптимальне функціонування механізму розвитку освітньої системи, і навіть – вивчити оптимальні умови реалізації міжпредметних зв'язків іноземних мов з іншими предметами; розглянути найефективніші шляхи передачі учням чужомовної культури; розвинути у школярів комунікативні навички шляхом упровадження в цілісний педагогічний процес міжпредметних зв'язків; підвищити загальноосвітній, загальнокультурний потенціал школи.

Компетентнісний підхід на сьогодні є об'єктом наукових дискусій у різних країнах, тому сучасному вчителю потрібно орієнтуватися на ті ознаки компетентнісного підходу, які задекларовані у державних освітніх стандартах.

У сучасних українських державних освітніх стандартах **компетентність** – це інтегрована здатність особистості, набута у процесі навчання, що охоплює знання, уміння, навички, досвід, цінності та ставлення, які можуть цілісно реалізуватися на практиці.

Компетентність не може бути зведена лише до фактичних знань.

Компетенція розуміється як коло питань, щодо яких особистість має бути обзнана або певна сфера діяльності, в якій людина повинна володіти компетентністю.