



усіх суб'єктів соціальної взаємодії у фізичній і віртуальній площині. Кількість «віртуальних суб'єктів» соціальної взаємодії збільшується на фоні глобалізації взаємовідносин особистості та суспільства загалом, тому картина світу є відображенням як індивідуального перцептивного досвіду людини, так і досвіду інших, який транслюється у соціальних мережах і певним чином відображається у межах масової свідомості. За таких умов ставлення або уявлення про більшість об'єктів соціального пізнання є результатом обробки інформаційного контенту, який не опирається на факти нашого індивідуального сприйняття.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бурдые П. Структуры практики. Современная социальная теория. Новосибирск, 1995. С. 16–32.
2. Ваганова О.В. Роль засобів масової комунікації у процесі глобалізації: автореф. дис. ... канд. політ. наук: 23.00.03. К., 2003. 11 с.
3. Галус О.М. Соціалізація особистості: сутність, концептуальні підходи у наукових теоріях, напрямках, школах. Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна». 2010. № 2. С. 69–75.

4. Гузьман О.А., Ляшенко Н.О. Комп'ютерна залежність підлітків: соціологічні аспекти дослідження. Вісник ХНУВС. 2011. № 1 (52) С. 369–380.
5. Дюркгейм Э. Элементарные формы религиозной жизни. (Введение, первая глава; перевод А.Б. Гофмана). Мистика. Религия. Наука. Классики мирового религиоведения. Антология. М., Канон, 1998. 432 с.
6. Зиммель Г. Избранное. Т. 2. Созерцание жизни. М.: Юрист, 1996. 607 с.
7. Иванов М.С. Психологические аспекты негативного влияния игровой компьютерной зависимости на личность человека. URL: http://www.sanaris.com.ua/experts_and_services/info/specialist/psihoterapevt/2005/09/14/psihologicheskie_asp_2030.html.
8. Корытникова Н.В. Интернет-зависимость и депривация в результате виртуальных взаимодействий. Социологические исследования. 2010. № 6. С. 70–79.
9. Лучинкина А.И. Психологические аспекты виртуальной социализации. Проблемы современной психологии: сборник научных праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2011. Вип. 14. С. 445–454.
10. Носов Н.А. Виртуальная психология. М.: «Аграф», 2000. 432 с.
11. Пoppers К. Відкрите суспільство та його вороги. Т. II. Спалах пророцтва: Гегель, Маркс та послідовники / пер. з англ. Олександр Буценко. К.: «Основи», 1994. 494 с.

УДК 159.923; 159.923.2

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ДО РОБОТИ В ПЕНІТЕНЦІАРНІЙ СИСТЕМІ

Литвиненко І.С., к. психол. н.,
доцент кафедри психології

Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

Венгер А.С., к. психол. н.,
старший викладач кафедри психології

Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

У статті висвітлено унікальність, важливість пенітенціарної системи для суспільства. Проаналізовано першочергові, нагальні проблеми пенітенціарної політики сучасної української держави, роль практикуючого психолога-пенітенціариста в «олюдненні» установ виконання покарань. Підкреслюється виняткова важливість проблеми якісної професійної підготовки гуманістично спрямованих, компетентних психологів для вищезазначеної соціальної практики, зокрема для роботи із засудженими. Розглянуто низку недоліків у навчальному процесі студентів-психологів, які самовизначилися із майбутнім місцем роботи – пенітенціарією. Розкрито значення усунення вказаних вад для підвищення рівня якості професійної підготовки, формування успішного, компетентного професіонала. Представлено практичні кроки покращення навчання студентів-психологів, співпрацю з роботодавцями, працюючими психологами в установах виконання покарань. У роботі висвітлені поняття «компетентність», «компетенція».

Ключові слова: професійна підготовка, майбутні психологи, навчальний процес, професійна етика, гуманізм, пенітенціарна система, установи виконання покарань, засуджені, суїцид, ресоціалізація, компетентність, компетенції.

Литвиненко И.С., Венгер А.С. ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ К РАБОТЕ В ПЕНИТЕНЦИАРНОЙ СИСТЕМЕ

В статье представлена уникальность, важность пенитенциарной системы для общества. Проанализированы первоочередные, неотложные проблемы пенитенциарной политики современного украинского государства, роль практикующего психолога-пенитенциариста в «очеловечивании» учреждений исполнения наказаний. Подчеркивается исключительная важность проблемы качественной профессиональной подготовки гуманистически направленных, компетентных психологов для упомянутой социальной практики, в частности для работы с осужденными. Рассмотрен ряд недостатков в учебном процессе студентов-психологов, которые самоопределились с будущим местом работы – пенитенциарной системой. Раскрыто значение устранения указанных проблем для повышения уровня качества профессиональной подготовки, формирования успешного, компетентного профессионала. Представлены практические шаги улучшения обучения студентов-психологов, сотрудничество с работодателями, работающими психологами в учреждениях исполнения наказаний. В работе рассмотрены понятия «компетентность», «компетенция».

Ключевые слова: профессиональная подготовка, будущие психологи, учебный процесс, профессиональная этика, гуманизм, пенитенциарная система, учреждения исполнения наказаний, осужденные, суицид, ресоциализация, компетентность, компетенции.

Lytvynenko I.S., Venher A.S. FEATURES OF THE PROFESSIONAL TRAINING OF PSYCHOLOGY STUDENTS TO WORK IN THE PENITENTIARY SYSTEM

The article considers the exceptional importance of the high-quality professional training of humanistically-oriented competent psychologists for the penitentiary system, in particular to work with convicts.

A number of disadvantages in the educational process of psychology students who have decided to work in the penitentiary system in the future is considered; the significance of their elimination in order to improve the quality of professional training and development of a successful, competent professional is explained. Practical ways to optimize the training of psychology students, cooperation with employers, psychologists in penitentiary institutions are presented. The concepts “competence”, “competency” are considered in the article.

The article analyzes and summarizes the views of scientists on the work of a practicing psychologist in penitentiary institutions. The article analyzes the main requirements for a modern graduate of the psychology department. The necessity of mastering certain disciplines, such as professional deontology, individual counseling, age psychology, bases of pathopsychology, psychodiagnosis of mental disorders, is shown. An indicative set of techniques for stress reduction and improvement of emotional condition is presented. The influence of personal qualities on the chosen profession in the penitentiary area is determined. The theoretical aspects of the use of concepts “professional training”, “resocialization” are considered. The importance of professional training of psychologists to work in the penitentiary system is emphasized. Special attention is paid to the issues of the professional competence of a future specialist.

Our future research should be aimed at a seamless combination of classroom studies and out-of-class activities, since the last ones are an additional powerful resource in the training of future psychologists to work in correctional facilities. The next steps in the training of future psychologists for the penitentiary system are training sessions, familiarization with the experience of employees of this system, considering the new policy of modern Ukraine.

Key words: professional training, future psychologists, educational process, professional ethics, humanism, penitentiary system, criminal correctional facilities, convicts, suicide, resocialization, competence, competency.

Потрібно констатувати той факт, що для нашої держави питання якості професійної підготовки майбутніх спеціалістів завжди було пріоритетним. Враховуючи, що характерною ознакою сучасного суспільства є його психологізація, ми бачимо підвищену увагу суспільства, держави до професійної підготовки майбутніх психологів. Сьогодні ми всі спостерігаємо включення психологічної науки у вирішення величезного кола практичних завдань, які виникають у різних соціальних практиках. Такий розвиток психологічної науки, її роль, місце в суспільстві, житті кожної людини передбачав Л.С. Виготський. Він писав, що психологія, «зіткнувшись із високоорганізованою практикою – промисловою, військовою, полі-

тичною, виховною, – буде змушена перебувати свої принципи так, щоб вони витримали найвище випробування практикою» [4, с. 387], і його слова виявилися пророчими.

Сьогодні практикуючий психолог стає затребуваним соціальною практикою і, як зазначає О.Г. Асмолов, професія практикуючого психолога перетворилася на самостійну професію. Дійсно, сьогодні навіть важко уявити будь-яку галузь або сферу діяльності, яка «не включала б, як активного її учасника, практикуючого психолога з його знаннями, технологіями» [13, с. 21]. Це ще раз підкреслює, що сучасна психологічна наука стає більш практико-орієнтовною, а тому і вимоги до сучасного випускника студента-психолога висуюються відповідні.



Одну з головних вимог висловив В.В. Рубцов: «Сучасний випускник факультету психології повинен робити і діяти, а не тільки розповідати про психологію, тобто бути прикладним психологом» [13, с. 21], а ми доповнимо: бути людиною з високими моральними якостями, яка якісно, чесно виконує свій професійний обов'язок. Слова В.В. Рубцова красномовно вказують на те, що практикуючи психологи покликані допомагати суспільству, кожному громадянину знайти відповіді на нагальні, «пекучі», кардинальні питання сьогодення, пов'язані з економічними, політичними, державними і національними перетвореннями, що відбуваються в нашій країні, здійснювати психологічну підтримку тим, хто опинився в складних життєвих ситуаціях за різних обставин, надавати дієву, своєчасну, ефективну психологічну допомогу різним категоріям людей (різним за віком, соціальним статусом, інтелектом).

Ми вважаємо, що практикуючий психолог повинен стати «правою рукою» держави і дати відповіді на низку найважливіших питань сьогодення, від яких значною мірою залежатиме подальше просування нашої держави вперед: який сьогодні реальний стан психології людей, рівень їхньої життєстійкості, впевненості в собі, у своєму майбутньому, яким життям живе один із найважливіших соціальних інститутів – сім'я. Сьогодні вже не виникає жодних сумнівів, що саме практикуючи психологи можуть серйозно допомогти кожному у вирішенні як особистісних, так і професійних проблем, досягти успіхів у різних сферах діяльності.

Роботу практикуючого психолога в установах виконання покарань важко переоцінити, оскільки він – один із тих фахівців, які знаходяться поруч із людиною у важкі часи її життя, він допомагає повернутися в суспільство з новою системою цінностей, спрямованою на добро, творення, зрозуміти, чим насправді є свобода (свобода «для чого» і свобода «від чого» (Е. Фромм)), самореалізація – як творчий життєвий процес (Л.І. Анциферова), зрозуміти, перш за все, своє «Я», сенс свого життя тощо. Іншими словами, психолог, який працює із засудженими в місцях позбавлення волі, допомагає людині ресоціалізуватися. Ресоціалізація (ре – префікс, означає повторну, відновлювану дію, протилежну, зворотну) – підготовка до повернення індивіда у звичну культуру, середовище, відновлення соціальних зв'язків. Відбувається у процесі соціально організованої роботи із засудженим з метою підготовки його до адекватного нормам життя на волі після відбуття покарання і повернення. У пенітенціарних

установах – це свідоме відновлення засудженого в соціальному статусі як повноправного члена суспільства, повернення його до самостійного загальноприйнятого соціально-нормального життя в суспільстві [13, с. 391]. Це досить складне завдання, оскільки для його реалізації потрібно значно більше, ніж ґрунтовні теоретичні психологічні знання, практичні уміння, необхідно вміти «бути щасливим щастям інших, зігріти холодне серце, любов'ю доторкнутися до високої душі», як писав М.І. Пирогов [9, с. 152], потрібні толерантність, особлива професійна комунікативна компетентність, віра в людину, в її можливості бути кращою, корисною.

Все це вимагає від практикуючого психолога в установах виконання покарань наполегливої, постійної, важкої внутрішньої роботи над собою – роботи душі і серця, що дозволяє психологу не тільки приймати людину такою, якою вона є зараз, але і бачити, якою вона може бути, робити прогноз цілісної особистості, бачити «індивідуальну зону її найближчого розвитку» [7] і «розуміти, що людина є істинною не в модусі наявності, а в модусі можливості» (Б.С. Братусь). Ще великий І. Гете говорив: якщо ми будемо приймати людей такими, які вони є, ми зробимо їх гірше, а якщо ми будемо ставитися до них, як до тих, ким вони бажають бути, ми приведемо їх туди, куди слід їх привести. За цими словами відчувається велика любов поета до людини, його віра в її найкращі якості, можливості, а сам автор цих слів постає чудовим знавцем людських душ, гарним життєвим психологом. Для психологів слова поета мають стати певним дороговказом у роботі з кожною людиною, особливо з тією, яка оступилася у своєму житті.

Сьогодні гостро постає питання якості особистісної, професійної підготовки студентів-психологів, які самовизначилися з майбутнім місцем роботи – пенітенціарною системою, оскільки держава покладає на них величезну надію і відповідальність – повернути засуджених після каяття до нормального життя в соціумі, здорового способу життя.

Сучасне суспільство, розуміючи величезне значення психологічної науки, її представників – практикуючих психологів, покладає на них особливу відповідальність, оскільки вони є людинознавцями, володіють психологічними знаннями, які є своєрідним «золотим ключем» у вирішенні багатьох особистісних, соціальних проблем кожної людини, зокрема тієї, котра скоїла злочин і відбуває покарання у місцях позбавлення волі.

Сьогодні пенітенціарна система (від лат. *roenitentia* – каяття) робить ставку на психологічний фактор (володіння психологією дає реальні переваги – володіння розумом, несвідомим людини, дає можливість впливати на її поведінку тощо), тому посада практикуючого психолога є однією з центральних і найважливіших у місцях позбавлення волі. Його робота спрямована на надавання своєчасної дієвої, ефективної психологічної допомоги як персоналу, що працює з кримінальним контингентом (надвелика соціальна, державна значущість діяльності, фізична, інтелектуальна, емоційна напруженість роботи, більш жорстка, порівняно з іншими професіями, регламентація і правове регулювання відносин між її учасниками, необхідність виконання обов'язків у різних кліматичних, погодних умовах, часових інтервалах, професійна деформація, емоційне вигорання, складні, часто небезпечні, екстремальні умови праці, ризик для життя й здоров'я тощо) і потребує великої уваги до збереження, зміцнення не тільки фізичного, а і психічного здоров'я, оскільки, за словами Н.Ю. Максимової, «головну роль відіграють у тюремній справі не засоби і методи, а люди, які там працюють» [8, с. 56], так і самим засудженим, враховуючи їхні характеристики. Ми вважаємо, що кожному психологу, який працює із засудженими, варто звернути увагу на громадянську позицію, глибоке розуміння людської душі провідного українського вченого С.Д. Максименка. Він пише: «Ми вивчали життєві історії злочинців, бомжів, наркоманів, тобто ненароджених, нездійснених, тих, які не відбулися. Проте це справді захоплюючі драми. Так вони переживають! Потрібно тільки відчувати їх як людей... Правда, це інші драми, інший рівень. А хто визначить його?» [7, с. 275]. Одним із головних напрямів роботи практикуючого психолога із засудженими є формування у них, насамперед, навичок рефлексії. С.Д. Максименко підкреслює, що у багатьох людей взагалі спостерігається «страх бути рефлексивним», то що вже говорити про кримінальний контингент. Обґрунтовуючи необхідність проведення такої роботи, Н.Ю. Максимова наголошує на тому, що більшість засуджених не можуть об'єктивно й адекватно оцінити, осмислити, усвідомити, пізнати себе, ситуацію, яка призвела до злочину, саме тому «важливим є формування в них навичок рефлексії, самоконтролю, установки на усвідомлення себе причиною того, що вони опинилися в місцях позбавлення волі» [8, с. 42]. Іншими словами, практику-

ючи психолог, який працює із засудженими, повинен кожному з них так розкрити і донести глибину слів великого філософа Б. Спінози, який стверджував, що «людина є причиною самої себе», щоб кожний засуджений прийняв її, зрозумів і тим самим «наблизився до каяття» (Н.Ю. Максимова). Окрім роботи з формування у засуджених навичок рефлексії, важливими завданнями для практикуючого психолога є:

- формування соціально-психологічної компетентності;

- зміна їх світогляду;

- робота, спрямована на самопізнання, самовиховання, саморозвиток (лейтмотивом цієї роботи можуть бути слова Г. Сквороди: «Шлях до пізнання істини лежить через самопізнання. Пізнати самого себе, віднайти самого себе і відшукати в собі людину – все це найважча праця людини»);

- профілактика та попередження самогубства – аутоагресії (одна з форм агресії, спрямованої проти самого себе, всередину себе). Так, А.Г. Амбрумова розглядає аутоагресію як специфічну форму особистісної активності, спрямованої на нанесення якої-небудь шкоди власному соматичному здоров'ю. Деякі дослідники (А.Є. Дерський, В.Д. Менделевич, Г.Я. Пиллягіна та ін.) ототожнюють аутоагресивну та суїцидальну поведінку (суїцид вважається крайньою формою саморуйнівної поведінки людини). Ця проблема (особистісна аутоагресія) стає особливо «пекучою», якщо подивитися на неї крізь призму пенітенціарної системи, зазначають вчені (Т. Денисова, В.М. Синьов, С.І. Яковенко та ін.). Відступимо, щоб звернути увагу на те, що ступінь суїцидонебезпеки в країні визначається індексом частоти завершених суїцидів на 100 тис. населення. ВОЗ виділяє три рівні частоти самогубств. Так, низький рівень охоплює до 10 випадків на 100 тис. населення, другий – середній – від 10 до 20 випадків на 100 тис. населення, третій – високий – понад 20 випадків на 100 тис. населення. На жаль, Україна сьогодні входить у першу десятку країн світу, в якій найвищий або «критичний» рівень самогубств, тобто понад 20 випадків на 100 тис. населення [6]. Також мусимо констатувати, що останнім часом зростає кількість суїцидів серед ув'язнених, і це незважаючи на те, що поряд працює дипломований спеціаліст – практикуючий психолог! Парадоксальна ситуація! (далі ми зупинимось на цій проблемі більш детально). Зазначимо, що мають місце і незавершені суїциди – парасуїциди;

- становлення у засуджених смислових життєвих орієнтацій;



– осмислення життя на індивідуальному рівні (І.Д. Бех), себе у часі;

формування почуття совісті (совість як еквівалент Я-концепції особистості; совість як емоційно-оцінне ставлення особистості до власних вчинків (О. Ковальов));

наближення до ідеї каяття тощо [7].

Зрозуміло, що від практикуючого психолога, котрий працює із засудженими в місцях позбавлення волі, великою мірою залежатиме, якою людиною повернеться в суспільство той, хто відбув своє покарання і покався. Саме тому пріоритетним напрямом роботи психолога із засудженими повинен бути індивідуальний підхід, в основі якого лежить таке поняття, як «індивідуалізація», тісно пов'язаний із гуманістичним ставленням до кожної людини, дотримання професійної етики. Як бачимо, в професійній діяльності практикуючого психолога повинна бути органічна єдність теоретичних знань, практичних умінь, навичок із його високими моральними якостями, гуманним ставленням до кожної особистості, яка має свій унікальний і неповторний внутрішній світ, та якісним виконанням своїх професійних обов'язків, просякнути любов'ю і повагою до людини. Наголосимо, що формування системи моральних ставлень – це мета, предмет особливої турботи професійної підготовки і кінцевий результат морального виховання. Ця робота є вкрай важливою, враховуючи ту моральну дезорієнтацію суспільства, моральний збій, який ми зараз всі спостерігаємо.

Перед пенітенціарним психологом постає важливе завдання – підготувати засуджених до звільнення (формування соціально-психологічної, життєвої компетентності). Ми формуємо компетентність, яка визначається як володіння людиною відповідною компетенцією, що містить її особисте ставлення до предмета діяльності [11]. Компетенція – це сукупність взаємопов'язаних якостей особистості (знань, умінь, навичок, способів діяльності), які є заданими до відповідного кола предметів і процесів та необхідними для якісної продуктивної дії щодо них [11].

Особливу увагу ми приділили самопізнанню студентів своїх особистісних якостей, зокрема стресостійкості в рамках навчальної дисципліни «Соціальна психологічна робота в пенітенціарних установах». Важливо зазначити, що існує необхідність засвоєння певного блоку дисциплін із професійної деонтології, індивідуального консультування, вікової психології, основ патопсихології, психодіагностики психічних розладів.

На семінарських заняттях зі студентами спеціальності «психологія» у кількості 20 осіб проводили корекційну програму для розвитку навиків стресостійкості. Головною метою було усвідомлення кожним студентом відповідності своїх індивідуальних якостей вимогам обраної майбутньої роботи (пенітенціарна система визначається великою стресогенністю). Програма тривала місяць, проводилася на аудиторних заняттях. Результатами цієї програми стали: впевненість майбутніх психологів у собі, розвиток навиків стресостійкості, налагодження комунікації. Основними задачами програми були: по-перше, навчання способам саморегуляції та відновленню себе; по-друге, розвиток навиків позитивного мислення, по-третє, розвиток впевненості в собі через усвідомлення своєї індивідуальності, створення позитивного образу «Я» в майбутній практичній роботі. Ми використовували різні вправи для зняття стресу й емоційної напруги, а саме: вправи «Релаксація на контрасті», «Піджак на вішалці», «Ритмічне дихання», «Стирання інформації», «Ворона на шафі», «Настрій».

Зупинимося детально на таких вправах. **Вправа «Релаксація на контрасті».** Щоб ефективно зняти м'язове напруження, спочатку треба його посилити. Якщо обстановка навколо напружена і ви відчуваєте, що втрачаєте самовладання, цей комплекс можна виконати прямо на місці, за столом, практично непомітно для оточення. 1. Так сильно, як можете, напружте пальці ніг. 2. Потім розслабте їх. 3. Напружте і розслабте ступні ніг. 4. Напружте і розслабте гомілки. 5. Напружте і розслабте коліна. 6. Напружте і розслабте стегна. 7. Напружте і розслабте сідничні м'язи. 8. Напружте і розслабте живіт. 9. Розслабте спину і плечі. 10. Розслабте кисті рук. 11. Розслабте передпліччя. 12. Розслабте шию. 13. Розслабте м'язи обличчя. 14. Посидьте спокійно кілька хвилин, насолоджуючись повним спокоєм. Коли вам здасться, що повільно пливете, – ви повністю розслабилися. **Вправа «Піджак на вішалці».** Зняти напруження в м'язах можна не лише лежачи або сидячи, а й стоячи чи навіть ідучи. Для цього достатньо уявити себе «без кісток», зробленим ніби з гуми, або уявити своє тіло піджаком, що висить на вішалці. Порушайте тілом, яке наче вільно висить на хребті. Відчуйте, як вільно гойдаються руки, плечі, тазовий пояс, коли ви рухаєте хребтом. Коли людина хвилюється, її дихання прискорюється і стає поверхневим. Щоб не допустити надмірної емоційної реакції під час стресових ситуацій, по-

трібно стежити за тим, щоб дихання залишилося глибоким і повільним.

Вправа «Ритмічне дихання». Помітивши, що ви починаєте хвилюватися, напружуватися, обурюватися, починайте дихати за таким принципом: вдихаючи, рахуйте до трьох, видихаючи, також рахуйте до трьох. Потім спробуйте зробити видих іще тривалішим: вдихаючи, рахуйте до п'яти, до семи тощо. **Вправа «Рахунок».** Цю вправу можна робити в будь-якому місці. Потрібно сісти зручніше, скласти руки на колінах, поставити ноги на землю і знайти очима предмет, на якому можна зосередити свою увагу. **Вправа «Стирання інформації».** Розслабтеся. Заплющте очі. Уявіть, що перед вами лежить чистий аркуш паперу, олівці, гумка. Подумки намалюйте на аркуші негативну ситуацію, яку б вам хотілося забути. Це може бути реальна картинка, образна ситуація. Подумки візьміть гумку і послідовно «втирайте» з аркуша цю негативну інформацію, поки картинка не зникне. Знову заплющте очі й уявіть собі той самий аркуш паперу. Якщо картинка не зникла, знову візьміть гумку і «втирайте» її до повного зникнення.

Такі методи використовують також задля зниження концентрації уваги на стресогенному чиннику.

Вправа «Ворона на шафі». Якщо певна людина викликає у вас негативні емоції, а вам доводиться взаємодіяти з нею, можна зменшити своє напруження, подумки домальовуючи реальну картину ситуації. Наприклад, уявіть цю людину дуже маленькою, у смішному вбранні або розташуйте її на значній відстані від себе, у дивному місці, змініть в уяві тембр її голосу тощо. Тобто віднайдіть такі доповнення до психотравмальної ситуації, що зроблять її кумедною або незначущою для вас. **Вправа «Настрій».** Візьміть фломастери. Розслаблено, лівою рукою намалюйте абстрактний малюнок: кольорові нитки, лінії-сюжети, фігури. Важливо повністю зануритися у свої переживання, вибрати колір і провести лінії так, як вам хотілося б, щоб вони цілком збігалися з вашим настроєм. Намагайтеся уявити, що ви переносите свій сумний настрій на папір. Закінчили малюнок? А тепер перегорніть аркуш і на звороті напишіть 5–7 слів, які відображають ваш настрій, ваші почуття. Довго не думайте і не намагайтеся бути ввічливими: необхідно, щоб слова виникали спонтанно, без спеціального контролю. Після цього ще раз продивіться ваш малюнок, ніби заново переживаючи свій настрій, перечитайте слова і з задоволенням, емоційно, розірвіть аркуш, викиньте його в кошик.

Ви помітили? Всього 5 хв, а ваш зіпсований настрій уже зник, він перейшов у малюнок і був знищений.

Не буває прийомів, які були б ефективними абсолютно для всіх. Комусь легше нормалізувати свій психологічний стан шляхом розслаблення м'язів, декому – шляхом рухової активності. Хтось ліпше використовує можливості уяви, а хтось – абстрактно-логічного мислення. Тому спробувавши методи психологічної саморегуляції, потрібно обрати для себе найефективніший. Як результат, зменшується тривалість негативного впливу стресогенної ситуації, знижується рівень негативного впливу стресу на організм людини [11].

Отже, якщо узагальнити нашу роботу зі студентами-психологами, які обрали місцем роботи пенітенціарну службу, то ми можемо стверджувати, що головним завданням для нас було не дати знання, а надати кожному студенту можливість здобувати самостійно і привласнювати професійні знання, набути власний практичний досвід, пов'язаний із майбутнім конкретним місцем роботи, індивідуально осягнути «мову» своєї професії, сформулювати психолого-педагогічне мислення. Ми вважаємо, що, застосовуючи такий підхід, кожний студент (автоматично і ЗВО, який готує таких фахівців), буде конкурентоспроможним на ринку освітніх послуг, оскільки головним фактором конкурентоспроможності вишу є затребуваність його випускників. Така корекційна програма проводилася серед студентів спеціальності «Психологія», надалі ми плануємо її розширити, поєднавши з іншими методиками, та покращити. Вказаний напрямок сьогодні є перспективним та актуальним, у нагоді стане подальша діагностика студентів перших курсів для виявлення готовності для подальшої роботи у пенітенціарній системі. Також плануємо виявити, чому саме дівчата йдуть працювати у пенітенціарну систему і бачать себе там практикуючими психологами.

Висновки з проведеного дослідження:

1. Комплексне використання освітнього і позаосвітнього процесів, їх гармонійне поєднання дозволяє зробити знання студентів усвідомленими, більш осмисленими, практичними (практико-орієнтоване навчання).

2. Акцент на суб'єктності кожного студента (людина стає суб'єктом у процесі діяльності) робить його відповідальним за своє професійне становлення.

3. Включення студентів-психологів у різні види діяльності, моделювання ситуацій, наближених до реальних, конкретних ситуацій (враховуючи їх специфіку), пов'яза-



них із майбутнім робочим місцем, дозволяє молодому спеціалісту швидко адаптуватися до умов, специфіки свого робочого місця, бути психологічно готовим до роботи із засудженими у місцях позбавлення волі, якісно виконувати свої професійні обов'язки, бути ефективним, дієвим практикуючим психологом, набувати власний практичний професійний досвід.

4. Збагачення змісту освітнього процесу, корегування навчальних планів, введення додаткових тематичних кредитів у вивчення навчальних дисциплін, спецкурсів, тісний зв'язок із роботодавцями сприяє підвищенню рівня якості професійної підготовки майбутніх психологів для пенітенціарної системи, формуванню гуманістично орієнтованих, успішних професіоналів, здатних вирішувати складні завдання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аврелий Марк. К себе самому / изд. подгот. В.Б. Черниговский. М.: АЛЕТЕЙЯ, Новый Акрополь, 1998. 224 с.
2. Аврелий Марк. Наедине с собою / под. общ. ред. А.В. Добровольского. К.: РИЦ «Реал», 1993. 147 с.
3. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика К.: Освіта України, 2007. 332 с.
4. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 1. Вопросы теории и истории психологии / под ред. А.Р. Лурия, М.Г. Ярошевского. М.: Педагогика, 1982. 488 с.
5. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості. Дрогобич: Коло, 2008. 480 с.
6. Как уменьшить число самоубийств в Украине. Проект междисциплинарной программы суицидальной превенции. Одесса, 2007. 50 с.
7. Литвиненко І.С. Професійна підготовка майбутніх психологів до роботи в пенітенціарії з засудженими. Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. 2018.
8. Максименко С.Д., Максименко К.С., Папуча М.В. Психологія особистості. К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2007. 296 с.
9. Максимова Н.Ю. Особливості роботи психолога в секторі, де утримуються засудженні до довічного позбавлення волі. Метод, рек. К.: ПАЛИВОДА А.В., 2011. 96 с.
10. Пирогов Н.И. Избранные пед. соч. М.: Педагогика, 1985. 120 с.
11. Полякова О.Б. Особенности психологической защиты в общении и способов реагирования в конфликтных ситуациях психологов и педагогов. Практична психологія та соціальна робота. 2010. № 10. С. 43–47.
12. Протанская Е.С. Профессиональная этика психолога: учеб. пособ. СПб: Изд-во С-Петербур. ун-та, 2008. 176 с.
13. Рубцов В.В. Психология XXI века: пророчества и прогнозы. Вопросы психологии. 2000. № 1. С. 19–21.
14. Соціальна педагогіка: словник-довідник / за заг. ред. Т.Ф. Алексеєнко. Вінниця: Планер, 2009. 542 с.

УДК 159.923:316.6

ОБРАЗ ЖЕРТВЫ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛЬСТВА ОЧАМИ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Литвиненко О.Д., к. психол. н.,
доцент кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Чижевич О.А., магістрант
кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

У роботі висвітлено стан досліджуваності проблеми уявлень про жертв сексуального насильства. Також здійснено аналіз результатів емпіричного дослідження щодо гендерних відмінностей образу жертви сексуального насильства. Виявлено гендерні відмінності образу жертви у сучасної молоді: хто виступає у ролі жертви, які фактори підвищують ризик стати жертвою сексуального насильства, роль жертви у скоєнні злочину, наслідки насильства для жертви.

Ключові слова: сексуальне насильство, жертва, образ жертви, соціальні уявлення, гендерні відмінності.

Литвиненко О.Д., Чижевич О.А. ОБРАЗ ЖЕРТВЫ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ ГЛАЗАМИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

В работе описано состояние исследованности проблемы представлений о жертвах сексуального насилия. Также осуществлен анализ результатов эмпирического исследования гендерных отличий образа жертвы сексуального насилия. Выявлены гендерные отличия образа жертвы у современной молодежи.