УДК 140.8

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В ОСВІТІ

Кадієвська І.А., д.ф.н., професор кафедри ГСЕД
Військова Академія (м.Одеса)

В умовах Війни руйнівний вплив здатні чинити деструктивні ідеї, сенси та установки. Вони постійно бентежать розум і пригнічують людей, викликають спалахи фрустрації агресії. Подібно до хвороботворних бактерій і вірусів похмурі песимістичні інформаційні послання порушують захисні властивості організму, викликаючи загальний спад життєвих сил, дратівливість, тривогу і збентеження. На жаль, такі дистресові стани регулярно виснажують як духовні, так і фізичні сили громадян України. Усвідомлюючи тривалість повномасштабної війни проти російських загарбників та надзвичайної ситуації, що склалась в нашій державі, більшість українців відчувають дуже високий рівень дистресу. Можливо, комусь інформаційна війна нагадує боротьбу з фантомами у певній віртуальній реальності. І скептики можуть заявляти, що зараз нам не до цього, адже так багато більш серйозних турбот та проблем. Але дозволю собі з ними не погодитися, оскільки головною перемогою кожної людини та суспільства в цілому є перемога над власними фобіями, комплексами, моральними вадами та слабкостями, здатність позбутися деструктивних патернів мислення. Не випадково в освіті деяких західних країн вже давно було успішно запроваджено низку освітніх програм, створених у рамках позитивної психології. Їхньою головною метою стала популяризація використання результативних практичних методик. Впевнена, що громадяни України сьогодні особливо гостро потребують таких чудових ресурсів, які містить в собі позитивна психологія. Спираючись на

успішний досвід наших закордонних колег, ми також могли б ініціювати подібні освітні програми у системі вітчизняної вищої освіти. Тим більше, що в умовах ідеологічного плюралізму в нашій країні циркулює дедалі більше сумнівних ідей, здатних завдати реальної шкоди свідомості людини. У цьому сенсі вітчизняна система вищої освіти цілком могла стати тим потужним фільтром, який зміг би відокремити корисні методики від сумнівних, шкідливих і небезпечних. У будь-якому випадку хочеться з упевненістю сказати, що сама суть позитивної психології цілком співзвучна гуманістичним ідеям освіти і не містить не реальної не уявної загрози. Таким чином, спецкурси, розроблені в рамках позитивної психології, сьогодні змогли б зіграти виключно важливу адаптаційну та стабілізаційну роль у розвитку суспільної свідомості. Так, аналіз опрацьованих наукових джерел засвідчує, що останнім часом в освітній практиці активно просувається напрямок практичного застосування можливостей позитивної психології для ефективного прояву лідерства в освіті. Позитивна психологія, на відміну від проблемно орієнтованої, наголошує на благополуччі та задоволенні, як на ключових елементах успіху!

Переконана в тому, що активне застосування позитивної психології має величезні перспективи для ефективного розвитку лідерства в українській освіті. Саме позитивна психологія здатна надавати дієві інструменти для подолання страху та недопущення паніки, встановлення та зміцнення позитивних доброзичливих взаємин, розкриття позитивних моральних якостей та високий моральний дух. Якщо звернутися до робіт у галузі позитивної та гуманістичної психології можна виявити багату палітру різноманітних методик спрямованих на трансформацію деструктивних патернів мислення. Паттерн у найзагальнішому сенсі являє собою стійкий, повторюваний елемент структури, шаблон.

Головним завданням позитивної психології є розвиток оптимістичного позитивного мислення та світосприйняття. Саме зі зміною мислення більшість відомих представників цієї галузі пов'язують здобуття людиною щастя, благополуччя та процвітання. Досить незвичайним для наукової психології є є більш активне застосування таких понять, як: щастя, моральні чесноти, честь, гідність, оптимізм, радість, надія, любов, довіра, віра, стан потоку, духовне задоволення та т. д. Багато авторів зуміли переконливо обґрунтувати відповідність цієї термінології цілям, завданням та методам позитивної психології.

Так Р. Мей виділяє як визначальне буття людини присутність чинника сили, що є основою багатьох проявів життя: цікавості, інтересу, любові, творчої діяльності. Одне з основних конфліктів людської душі за Р. Меєм, лежить у площині «сили-безсилля», тобто. між здатністю та вмінням впливати на власне життя, знаходячи почуття власної значущості та відчуттям безсилля, нездатності, пасивності та апатії. При цьому важливо розуміти, що позитивна психологія, як правило, концентрує свою увагу на пошуку факторів, умов і методів формування, створення та набуття людиною здібностей сили: внутрішньої сили, впевненості, відчуття перспективи, влади над подіями та власним життям, власними думками та переживаннями. Ключ до успіху з цього погляду криється в раціональному аналізі укорінених у свідомості та підсвідомості патернів мислення людини. І якщо людина звикла мислити песимістично, руйнівно чи хибно подібні думки, проникаючи в підсвідомість, можуть погіршувати здоров'я, настрій та якість життя. Але за бажання кожен може виявити і замінити руйнівні установки на позитивні, конструктивні та життєствердні. У деяких роботах сучасних позитивних психологів наводяться вражаючі приклади того, як віра здатна фактично творити чудеса у житті людей. Дослідники звертають увагу на те, що сила віри як у творчі, так і в руйнівні ідеї та установки може призводити до їхньої

подальшої маніфестації в реальності. Свідомість при цьому аналізує і критично оцінює інформацію, що надходить, після чого будь-які ідеї, сприйняті на віру як істинні, можуть перетворюватися на команди, що надходять на більш глибокий рівень підсвідомості. І якщо все те, у що ми повірили, дійсно здатне перетворюватися на команди, які виконує підсвідомість, що визначають здоров'я, настрій і поведінку людини, варто з усією серйозністю поставитися до того, що ж ми впускаємо у власну свідомість. "Що посієш те й пожнеш"! Таким чином, можна зробити висновок про те, що людям шкідливо вірити в те, що їх руйнує. Водночас корисно вірити у міцне здоров'я, щастя, кохання, успіх, райдужні перспективи тощо. В цілому можна сказати, що позитивна психологія, як один із провідних напрямків сучасної психології, визначає необхідність укріплення віри, а також впевненості людини в собі і власних силах. Віра в добрі, світлі, оптимістичні і життєствердні ідеї виступає як головний стимул, що пробуджує внутрішні сили людини.

Література :

1. Мілютіна К. Л., Максимов М. В. Психологія міжкультурної комунікації : навч. посіб. К. : Віпол, 2014. 256 с.

2. Селігман, М. Е. П. Нова позитивна психологія : науковий погляд на щастя та сенс життя [Текст]. К., 2006. 368 с.

3. Наугольник Л. Б. Психологія стресу. Курс лекцій Львів: Ліга - Прес, 2013. 130 с.