

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Факультет психології
Кафедра загальної психології

**«ВПЛИВ ЖИТТЄВОГО СЦЕНАРІЮ СТУДЕНТІВ НА ЇХНЮ
ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ»**

Кваліфікаційна робота

Освітньо-професійна програма «Психологія»
Спеціальність 053 «Психологія»

Студентки 4-го курсу, заочної форми навчання
ОС «Бакалавр»
спеціальності 053 «Психологія»
Сатирь Валерія Леонідівна


_____ підпис

Науковий керівник:
Доцент кафедри загальної психології
Кандидат медичних наук, доцент
Зеленько Олександр Анатолійович

_____ підпис

Роботу рекомендовано до захисту на ЕК №2

Протокол №_____ від_____ року

Завідувач кафедри загальної психології,

Кандидат психологічних наук, доцент

_____ **Юрчинська Ганна Кирилівна**

Київ - 2022

ЗМІСТ

ВСТУП	2
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЖИТТЄВОГО СЦЕНАРІЮ	4
1.1 Вивчення проблеми життєвого сценарію.....	4
1.2 Студентство як період кризи емоційної сфери особистості.....	16
Висновки до розділу 1.....	21
РОЗДІЛ 2. ВИБІР И ОПИС МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ	23
2.1 Методика казкотерапії.....	23
2.2 Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні В.В. Бойко.....	28
РОЗДІЛ 3. АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ОТРИМАНИХ ДАНИХ	30
Висновки до розділу 3.....	41
ВИСНОВКИ	43
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	46
ДОДАТКИ	48

ВСТУП

Актуальність. Актуальність дослідження полягає в тому, що в сучасному суспільстві люди прагнуть удосконалити своє життя, модифікувавши способи реагування на ситуацію та ступінь прояву емоцій.

Проблематика нашої роботи полягає у виявленні причини прояву емоцій того чи іншого рівня у студентів.

Юність є досить складним періодом у житті особи, однак у даній роботі звернуто увагу саме на особливість емоційної сфери вказаного віку. Досліджуваний віковий період супроводжений певними емоційними труднощами, які можна пов'язати з проєкцією на окремий життєвий сценарій.

Враховуючи актуальність проблематики теми дослідження, а також її недостатню розробленість у науковій доктрині, практичної значущості, була обрана саме зазначена тема дослідження, було сформульовано мету дослідження, його завдання, визначені об'єкт і предмет дослідження.

Метою дослідження є розгляд впливу життєвого сценарію студентів на їх емоційну сферу.

Задля досягнення поставленої мети необхідно виконати наступні **завдання:**

- дослідити теорії життєвого сценарію в психології;
- проаналізувати специфіку емоційної сфери юнацького віку;
- з'ясувати та надати загальну характеристику проєкції життєвих сценаріїв у студентів;
- окреслити наявні проблеми в емоційній сфері міжособистісного спілкування та порівняти їх з проєкціями життєвих сценаріїв студентів Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Об'єкт дослідження складає емоційна сфера студентів КНУ імені Тараса Шевченка у віці від 18 до 25 років.

Предметом дослідження є проєкція життєвого сценарію студентів на їх емоційну сферу.

Методологічну основу дослідження складає система загальнонаукових методів дослідження, зокрема:

- теоретичний аналіз, узагальнення та інтерпретація наукових даних, наявних в психологічній науці з досліджуваної проблеми;

- емпіричне дослідження до якого належать: метод діагностики емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні (автор - Бойко В.В), метод казкотерапії, методика «Улюблена казка», що спрямований на вивчення життєвого сценарію;

Емпірична база дослідження. Київський національний університет імені Тараса Шевченка. У дослідженні взяли участь 30 студентів.

Наукова новизна та теоретична значущість роботи забезпечена її теоретико-методологічною основою, комплексністю вибору методик дослідження, адекватних природі досліджуваного явища і завданням дослідження, перевіркою на практиці, а так само застосуванням методу якісного аналізу обробки отриманих результатів дослідження. Теоретичний і емпіричний матеріал даної роботи може бути використаний при читанні курсів з транзакційного аналізу. На основі отриманих даних може бути розроблена робоча програма з виявлення життєвого сценарію на основі методу казкотерапії.

Практичне значення дослідження полягає в тому, що його результати можуть бути використані в діяльності психологів - консультантів з метою розробки тренінгових занять з виявлення і корекції життєвого сценарію.

Надійність та певність результатів дослідження забезпечена методологічними підходами та принципами дослідження; використанням комплексу надійних та валідних методик, що доповнюють одна одну, адекватних меті та завданням дослідження; залученням великого фактичного матеріалу і його аналізом; застосуванням якісних методів аналізу результатів, репрезентативністю вибірки.

Структура роботи. Дипломна робота складається зі вступу, трьох розділів із висновками до кожного з них, чотирьох підрозділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 33 найменування та додатків.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ЖИТТЄВОГО СЦЕНАРІЮ

1.1 Вивчення проблеми життєвого сценарію

Теорія сценарію є головною ідеєю транзакційного аналізу разом із моделлю еґо-станів.

Концепція сценарію вперше була сформована науковцем Еріком Берном та його колегами. Вчений у своїх наукових дослідженнях визначав сценарій як «несвідомий життєвий план». У подальшому ним було сформульована більш чітка дефініція – «план життя складається в дитинстві та підкріплюється батьками, виправдовується розвитком подій та досягає свого піку при виборі шляху».

З цього можна зробити висновок про те, що зазначена теорія вказує на те, на патерни поведінки дорослих людей, дитячі враження справляють досить сильний вплив, та мають вирішальне значення як у транзакційному аналізі, так і в інших напрямках психології. Крім того, зміст досліджуваної концепції складає ідея, згідно із якою дитиною складається певний план власного життя, а не просто формується базові погляди на життя. Такий план у більшості випадків, формується у формі драми, яка має конкретно визначені початок, середину та кінець.

Варто зазначити, що особливістю концепції сценарію є те, що план життя досягає власної кульмінації в обраній альтернативі. Зокрема, структурні елементи сценарію, починаючи з першої сцени, мають на меті приведення відповідного сценарію до кінцевої сцени.

Кінцева сцена у концепції сценарію має назву «розплати за сценарій». Тобто при програванні людиною сценарію вона несвідомо обирає ту поведінку, що наближає її до розплати за сценарій.

Під поняттям «сценарій» необхідно розуміти певний план життя, який сформований в дитинстві особи. Іншими словами, дитина сама виступає автором власного сценарію.

Необхідно зазначити, що на вибір сценарію здійснюють вплив як внутрішні (воля дитини), так і зовнішні фактори. Навіть при вихованні в тотожних умовах різних дітей, останні формують протилежні один одному плани свого життя.

Враховуючи зазначене вчений Берн як приклад наводить ситуацію з двома братами, яким їх мати стверджувала наступне: «Ви обидва потрапите до психіатричної лікарні». У подальшому один з братів став лікарем-психіатром, а інший страждав на хронічні психічні захворювання.

Категорія «рішення» у концепції сценарію використовується в дещо іншому значенні, від того, що міститься в тлумачному словнику, а саме, дитина приймає рішення про власний сценарій внаслідок почутого до того, як вона сама починає говорити. Необхідно звернути увагу в даному контексті на те, що дитиною у більшості випадків використовуються доступні їй у відповідному віці шляхи тестування реальності.

Як було зазначено вище, сценарій виправдовується розвитком подій. Згідно із власною компетенцією особа зазвичай тлумачить реальність з тим, щоб їй здавалося, що людина виправдовує власні рішення сценарію. Відповідні вчинки особи можна пояснити тим, що в его-стані дитина сприймає будь-яку загрозу власному сценарному уявленню про світ як про певну перешкоду в задоволенні своїх потреб та навіть як загрозу існуванню.

Досліджуючи питання походження сценарію, науковцем Стеном Вуллемсом було виділено основні специфіки формування сценарію:

1. рішення сценарію є найкращою стратегією дитини задля виживання в світі, що у більшості випадків видається їй загрозливим та ворожим;
2. на рішення сценарію впливають, в першу чергу, способи тестування реальності, а також самі емоції дитини.

У цьому контексті необхідно звернути увагу, що на початковому етапі розвитку дитина є фізично вразливою. Для неї світ заселений «велетнями», неочікуваний звук може сигналізувати дитині про певну небезпеку для її життя. Без певного обміркування дитина впевнена, що, якщо її батьки підуть, вона помре. Також, у дитини не сформоване правильне розуміння часу. Якщо вона відсуває холод чи голод, а її мати не приходить до неї, тоді, дитина вважає вона вже ніколи не прийде, що в такому разі означає смерть. Або відчуття того, що тебе завжди залишають на самоті.

Окремо необхідно приділити увагу питанню процесу проживання сценарію. Сценарій має свій власний зміст та процес. Зміст сценарію для кожної особи є унікальним. Разом із цим, сценарний процес поділений на патерни.

За змістом сценарії поділяють на: сценарій переможеного, сценарій переможця та сценарій не-переможця.

На думку науковця Еріка Берна, переможцем є та особа, яка досягає поставленої перед собою цілі. У свою чергу вчений Роберт Гулдінг доповним зазначене визначення положенням про те, що внаслідок досягнення поставленої цілі особа-переможець перетворює власне життя. Під поняттям «перемога» у даному контексті необхідно розуміти те, що поставлена ціль досягається людиною вільно та легко.

У свою чергу, як обґрунтовано зазначав вчений Берна, переможеним є особа, яка не досягнула поставленої цілі. Крім того, необхідно розуміти, що важливу роль у процесі досягнення поставленої мети відіграє не тільки факт її досягнення, а й у деякій мірі наявність супутнього комфорту. Наприклад, особа поставила собі за мету стати мільйонером, досягла її, однак весь час відчуває себе нещасливою через напружену роботу або певні проблеми зі здоров'ям, втому, то така особа, на думку дослідника є переможеною.

Однак, основною відмінністю переможця від переможеного, Берна називав їхнього відношення до досягнення поставленої цілі. Зокрема, науковець наголошував на тому, що особу-переможця не варто просто

прирівнювати до тієї особи, яка лише накопичує матеріальні цінності та гроші, а особами-переможеними не обов'язково є ті, які не мають грошей або матеріальних цінностей.

Проте, у даному випадку існує виняток. Зокрема, дитина в ранньому віці вирішила: «Для того щоб батьки полюбили мене, мені необхідно померти». Надалі дитина прагне досягнути такої мети. У такому разі людина вважається переможеною, а не переможцем, хоча й досягнула поставленої мети.

У науці переможених пропонують класифікувати за трьома ступеня залежно від трагічного фіналу сценарію:

1) при сценарії переможеного першого ступеня страти та невдачі є не такими серйозними для обговорення їх у суспільстві. Як приклад такого сценарію можна навести: незадовільна оцінка на іспиті, проблеми на роботі, невелику депресію;

2) при сценарії другого ступеня переможена особа відчуває досить неприємні почуття, які потрібно обговорювати у суспільстві (наприклад, виключення з навчального закладу, втрати роботи, важка хвороба такої особи тощо);

3) хамартичні сценарії (сценарії третього ступеня) призводять до каліцтва, тяжкої хвороби, суду або смерті.

Характеризуючи особу зі сценарієм не-переможця, необхідно зазначити, що вона терпляче несе власну ношу, одночасно не сильно програючи та не багато виграючи. Для такої особи характерним є те, що вона ніколи не ризикує. Тому такий сценарій ще має назву «банальний». Наприклад, на роботі така людина не стає начальником, проте її й не звільняють. Вона в більшості випадків допрацює до кінця без особливого кар'єрного зросту.

Також варто зазначити, що Еріком Берном було запропоновано спосіб при застосуванні якого можна розрізнити переможця від переможеного. Такий спосіб полягає у поставленні до особи питання «Що вона буде робити, якщо програє?». На думку дослідника, усвідомлю поразку, однак він не говорить про неї. У свою чергу переможений не знає та лише говорить про

перемогу: «Коли мій кінь прийде першим ...». Факти ставлячи все на одну карту, переможений програє. Переможець завжди має кілька способів досягнути перемоги, а тому й одержує перемогу.

У більшості випадків особа обирає сценарій, в якому представлена певна суміш поразки, перемоги та безпрограшного варіанту: у певній сфері особа вирішила бути переможцем, а в іншій – переможеною, а у третій – непереможцем.

Усвідомлення сценарію надає шанс його переробити та стати переможцем відповідно до поставленої мети.

Програвати сценарні почуття та сценарну поведінку, а також перебувати в сценарії означає реагування людиною на реальність «тут і зараз» начебто це світ, сформований на основі рішень дитини.

Зазвичай особа входить у власний сценарій в таких випадках як:

- 1) ситуація «тут і зараз» сприймається людиною як стресова;
- 2) наявна певна схожість між стресовою ситуацією та ситуацією «тут і зараз».

На думку науковця Стена Вуллемса, чим більше стрес, тим більшою є ймовірність входження особи в сценарій. Вченим було запропоновано 10-ти бальну шкалу стресу. Тлумачення свого сценарію надає особі можливість витримувати великі стресові навантаження перш, ніж воно почне діяти згідно до сценарію.

У результаті того, що батьки займають важливу роль в житті дитини, вони у більшості випадків знаходяться на іншому кінці «гумової стрічки». Там можуть перебувати і інші члени родини: дядьки, тітки, бабусі, дідусі та інші. Розмовляючи з людьми, з якими у особи є певні важливі для неї відносини, вона деяку частину часу несвідомо ототожнює їх з людьми зі свого минулого. У психоаналізі такий феномен називається перенесення (трансфер). У транзакційному аналізі, такі випадки іменують «вдягнені на когось особи матері чи батька».

Метою транзакційного аналізу є роз'єднання так званих «гумових стрічок». Завдяки розумінню сценарію особа звільняється від повернення до старих дитячих ситуацій та від первісної травми.

Вченим Еріком Берном було введено поняття «сценарні сигнали», яка він визначав як тілесні ознаки, які вказують на те, що особа увійшла у сценарій. Такими сигналами можуть бути: зміна положення тіла, глибокий вдих, напруга частини тіла тощо. Деякі терапевти транзакційного аналізу спеціалізуються саме в цій сфері теорії – тілесному сценарії. Сценарні сигнали являють собою програвання особою дитячих рішень, які вона прийняла стосовно власного тіла. Наприклад, особа у дитячому віці намагалася дотягнутися до матері, однак з'ясувала, що мати досить часто відсувається від неї. Щоб придушити таку природну потребу вона стала напружувати свої плечі та руки. У дорослому житті така особа продовжує напружувати відповідні частини тіла.

У разі, якщо особа приймала в дитинстві власні сценарні рішення, їй здавалося, що єдиною альтернативою таким рішенням є виключно жахлива катастрофа. Причому у неї не було чітко сформованого уявлення форми такої катастрофи, однак особа знала, що у будь-якому випадку її необхідно уникнути.

Таким чином, кожного разу, коли рішення сценарію підтверджуються, особі починає здаватися, що вони, допомагають уникнути катастрофи, як і у минулому. Це поясняє те, чому люди часто стверджують, що їм легше вести себе по-старому, паралельно визнаючи, що така поведінка для них є катастрофічною та руйнівною. Такі люди несвідомо слідуєть переконанню: «Зараз моя поведінка приносить біль, однак, це не так жахливо порівнюючи з тією катастрофою, що обов'язково повинна відбутися, якщо я зміню власну поведінку».

Для того щоб вийти зі сценарію, дорослій людині потрібно усвідомити потреби, невиконані, коли вона була дитиною, та відповідно відшукати способи задоволення таких потреб у сьогоденні.

Потрібно розрізняти курс життя та сценарій. Вчений Ерік Берн зазначав, що сценарієм є, що людина запланувала здійснити, коли вона була дитиною, а курсом життя є те, що реально відбувається у житті людини. Тобто курс життя є результатом взаємодії чотирьох факторів: сценарію, зовнішніх подій, автономних рішень, спадковості.

Життєва позиція. Види життєвих позицій. Досліджуючи наукову доктрину, необхідно зазначити, що виділяють чотири варіанти життєвих позицій: Я-ОК, Ти-НЕ ОК; Я-НЕ ОК, Ти-ОК; Я-НЕ ОК, Ти-НЕ ОК, Я-ОК, Ти-ОК.

Дослідник Клод Штайнер вважає, що життєву позицію дитина приймає в перші місяці годування, тобто раніше сценарних рішень, а вже потім весь власний сценарій підлаштовує під неї. Позиція «Я-ОК, Ти-ОК» відображена у взаємозалежності між грудною дитиною та її матір'ю. Вчений прирівнює її до позиції «базової довіри», що являє собою «такий стан справ, при якому немовля відчуває, що все в світі знаходиться в гармонії з ним та воно саме живе в гармонії зі світом».

Отже, під життєвою позицією варто розуміти сукупність базових уявлень про себе та оточуючих, що мають на меті виправдати поведінку та рішення особи.

Як вже зазначалось вище, кожна доросла людина має свій унікальний сценарій, що сформований на основі однієї з чотирьох життєвих позицій. Ми можемо змінювати свої життєві позиції, хоча в сукупності більшу частину часу схильні проводити у «власній» позиції.

Науковцем Франкліном Ернстом було проаналізовано специфічні ознаки перебування дорослої особи в кожній з чотирьох позицій та перехід з однієї позиції в іншу. Цей метод дослідник назвав «ОК Коррал». Замість терміна ОК Ернст використовує термін «ОК з собою» або «ОК з тобою», підкреслюючи, що позиція особи в даний момент має тимчасовий характер.

На його думку, перебуваючи в кожній з чотирьох позицій, людина, поводиться відповідно. Позицію Я-НЕ ОК, ТИ-ОК він іменував «догляд»,

позицію Я-ОК, ТИ-ОК – «співпраця», позиція Я-НЕ ОК, ТИ-НЕ ОК проявляється в думках, поведінці та почуттях та цнуються «вичікування», позиція Я-ОК, ТИ-НЕ ОК – «позбавлення».

Сценарні послання. Сценарні послання можуть передаватися поведінці, та вербально, чи одночасно цими способами.

До тогочасу як дитина почне говорити, вона тлумачить послання інших людей у формі невербальних сигналів.

Ще одним видом сценарних послань є скопійовані патерни поведінки.

Сценарні послання можуть передаватися у формі прямих наказів (вказівок): «Не капризуй! Не заважай мені!».

У інших випадках дитині можуть говорити не що вона повинна робити, а ким вона є. Такі послання іменують оціночними: «Моя маленька дівчинка!; Ти дурний!».

Зазвичай рішення приймаються після закінчення певного часу при реагуванні на постійно повторювані сценарні послання.

Проте може бути так, що власне основне сценарне рішення дитина приймає при реагуванні на одну єдину подію, яку вона сприймає як особливо загрозливу. Така подія має назву «травматична». У день, коли відбулася травматична подія, «народжується» дитина. Іншими словами, почуття, думки та патерни поведінки дорослої особи в его-стані дитини, будуть відповідати її почуттям, думкам та поведінці саме в той день.

Накази і рішення. Вченими Робертом та Мері Гулдінг було виявлено, що існує обмежена кількість видів наказів – 12. Тобто особа може сприйняти від матері та батька один чи декілька з 12 наказів. Дослідники дали назву кожному виду наказів. В транзакційному аналізі накази позначають словами, хоча насправді накази є невербальними посланнями. Прийняті умовні позначення наказів описують можливі переживання дитини, яка приймає такий вид послання.

Кожен наказ має конкретний дозвіл. При аналізі сценарію, накази традиційно починаються зі слова «Не (не можна) ...», а дозволу - фразою «Добре (прекрасно) ...».

Такими наказами є:

1. не будь дитиною (такий наказ можуть передати батьки, які ніколи не вели себе як діти, а тому відчують загрозу в дитячій поведінці);

2. не живи (помри, згинь) (коли особа думала про самогубство або здійснювала спробу самогубства, то, скоріш за все, її сценарні послання включають наказ «не живи»);

3. не рости (залишайся маленьким) (коли матір та батько вважають своєю основною місією виконання ролі хороших батьків, а коли їхня дитина стає дорослою, то вони більше не відчують своєї значимості в цьому світі);

4. не будь самим собою (такий наказ можуть передавати батьки, у яких народилася дівчинка, а вони хотіли хлопчика та навпаки);

5. не роби (нічого не роби) (батьки, які передали відповідний наказ до дитини, бояться думки, що їхня дитина наробить шкоди, якщо за нею постійно не доглядати);

6. не налед (матір та батько могли культивувати це послання через власне невміння спілкуватися);

7. не будь першим (не будь лідером) – особи, які мають таке послання, бояться грати провідну роль. У такому разі особа, яка отримала від своїх батьків невербальне послання: «Я буду терпіти тебе, якщо ти зрозумієш, що ти і твої бажання тут нічого не значать»);

8. не роби успіхів (такий наказ передає батько, який ревно ставиться до майбутніх успіхів дочки чи сина). Можливо, батьки домоглися матеріального благополуччя самостійно і внаслідок багаторічної праці, тепер вони можуть дати дитині гарне виховання та освіту, але в его-стані дитини відчують чорну заздрість до перспектив, які є відкритими для їх дитини;

9. не думай (відповідний наказ може передаватися істеричним батьком, який, щоб домогтися свого, перестає думати і живе емоціями та почуттями);

10. не відчувай себе добре (не будь здоровим) – наказ, який досить часто отримують діти, якими опікуються набагато більше під час їх хвороби, а в решту часу дитина відчуває дефіцит уваги;

11. чи не відчувай (зазвичай такий наказ отримують діти, які народилися в сім'ях, де існує заборона на прояв деяких почуттів);

12. не будь близьким (матір та батько можуть передавати цтакий наказ й власною відмовою від фізичного контакту з дитиною, хоча один з одним та з іншими людьми вони поводяться по-іншому).

Бувають випадки, коли людина отримує контрнакази, протилежні сценарним наказам. Ці контрнакази не є основними при написанні контрсценарію, хоча і містяться в ньому. Така людина може несподівано перестати слідувати своїм наказам і основним контрнаказам, а починає жити відповідно до цих другорядними контрнаказів. Створюється враження, ніби людина звільнилася від сценарію і контрсценарію. Насправді, він продовжує слідувати контрсценарію, хоча і змістив в ньому акценти. Це найчастіше трапляється в перехідному віці, коли дитині набридає слідувати сценарієм. Надалі він повертається до свого основного контрсценарію і сценарію. Такий сценарій, заснований на другорядних контрнаказах, протилежних сценарним наказам, називається антисценарієм.

Сценарний процес. Ерік Берн виявив, що існує всього шість основних патернів сценарного процесу, і розробив ці шість типів здійснення сценарію. Надалі в класифікацію Берна були внесені деякі зміни, в основному Тайбо Кейлер. В даний час виділяють наступні патерни: Ще не; після; ніколи; завжди; майже; Відкритий кінець.

Сценарій «Ще не» - що щось хороше не трапитися, доки щось менш гарне не закінчиться. Наприклад: «Коли я вийду на пенсію, то зможу подорожувати»;

Сценарій «Після». Патерн «Після» являє собою зворотну сторону процесу в сценарії «Ще не»: «Я можу радіти сьогодні, проте завтра повинен буду за це заплатити».

Сценарій «Ніколи». Тема цього сценарію наступна: «Я ніколи не отримаю того, чого найбільше хочу».

Сценарій «Завжди». Люди з таким сценарієм задаються питанням: «Чому це завжди трапляється зі мною?».

Сценарій «Майже». Людина, що має сценарій «Майже», говорить: «Цього разу я майже досяг свого».

Сценарій з відкритим кінцем. Цей патерн нагадує сценарії «Ще не» і «Після» тим, що в ньому присутня точка розділу, після якої все змінюється: після цього моменту час представляється порожнечою.

Кожна людина проявляє все шість паттернів сценарного процесу. При цьому один з паттернів є домінуючим. Деякі комбінують в своїй поведінці два паттерни. Зазвичай один з них головний, другий - підлеглий.

Сценарний процес є частиною контрсценарія, переданого від батьків до дітей шляхом копіювання.

Драйверна поведінка. Опис і специфіка драйверів. Дотримуючись ідеї Берна про те, що сценарій може програватися протягом коротких проміжків часу, Таїбо Кейлер описав всі драйвери і встановив зв'язок драйверів з сценарним процесом. Спостерігаючи за паттернами драйверів якогось особи можна досить точно передбачити його сценарний процес. Таким чином, вміння виявляти п'ять драйверних поведінь дає нам багато інформації про людину за короткий проміжок часу.

Драйверного поведінка зазвичай проявляється від половини до однієї секунди, тому для його виявлення необхідна практика.

1.Будь кращим. Людина з цим драйвером буде часто вживати вступне слово: «Як я вже говорив, ...»; «Можна сказати, ...» та ін. Крім цього, він буде використовувати слова і вирази, які служать в якості визначників, не додаючи при цьому нічого нового до того, що вже було сказано. До них відносяться: як би там не було, можливо, очевидно, без сумніву, можна сказати, як ми бачили і ін. Інший характерна ознака драйвера полягає в тому, що людина може розкласти що-небудь по пунктам. Тон голосу: часто

схожий

на

Дорослого.

Жести: рахує на пальцях; підпирає рукою підборіддя в манері «мислителя»; кінчики пальців торкаються один одного, утворюючи букву «Л».

Вираз обличчя: очі дивляться вгору і в одну точку, як ніби намагається прочитати щось на стелі.

2.Радуй інших. Слова: використовує протиставлення типу «високе - але - низька» в манері сценарного процесу «Після»; часто задає питання типу «Добре?», «У тебе нормально?», «Щось на зразок ...?», «Типу ...?».

Тон голосу: високий, верескливий.

Жести: розводить руками, киває головою.

Положення тіла: плечі підняті, тіло нахилене до співрозмовника.

Вираз обличчя: дивиться з-під брів, трохи опустивши обличчя.

3.Намагайся. Слова: часто вживає слова «намагатися», «намагатися», «пробувати». При такому використанні слово «намагатися» завжди означає: «Я спробую це зробити, замість того, щоб зробити це».

Тон голосу: глухий і приглушений.

Положення тіла: таке ж, як в драйвері «Радуй інших», сутулиться, руки на колінах.

Вираз обличчя: обличчя напружене, складки над переніссям.

4.Будь сильним. Слова: людина з цим драйвером часто використовує слова, що передають думку: «Я не можу нести відповідальність за свої почуття і вчинки, тому що вони викликані зовнішніми причинами ». Наприклад: «Ти змушуєш мене нервувати»; «Цей фільм мені набрид»; «Мені прийшла в голову думка ...»; «Подібні ситуації діють на мене гнітюче». Людина рідко говорить від першої особи.

Тон голосу: монотонний, рівний.

Жести: відсутні.

Положення тіла: руки переплетені на грудях, одна нога на іншій, тіло нерухомо.

Вираз обличчя: нічого не виражає.

5.Поспішай. Слова: поспішай, швидше, йди, підемо, немає часу.

Тон голосу: уривчастий, говорить швидко, проковтує слова.

Жести: постукує пальцями, тупотить ногою, гойдається, крутиться, постійно поглядає на годинник.

Положення тіла: характерного немає, створюється враження, що людина збуджений.

Вираз обличчя: швидко змінюється, минуще в пильний погляд.

Драйвер неможливо визначити за однією ознакою, необхідно виявити кілька одночасних ознак.

Кожна людина проявляє всі драйвери, однак, найчастіше, у особи один з драйверів проявляється частіше за інших. Виявивши головний драйвер, можна зробити висновок про тип головного сценарного процесу.

Таблиця 1.1

Головний драйвер	Сценарний процес
намагайся	завжди
будь сильним	ніколи
радує інших	після
будь кращим	поки ні
будь кращим + радує інших	з відкритим кінцем
будь кращим + радує інших	майже
намагайся + радує інших	майже

Доля особи. У науці домінує позиція згідно із якою сценарій являє собою те, що людина будучи дитиною запланувала здійснити в майбутньому. А під категорією «життєвий шлях» необхідно розуміти процес, який відбувається в реальності. Життєвий шлях в певній мірі обумовлений генетично, а також світоглядом на який впливають батьки та інші зовнішні фактори. Нещасні випадки, хвороби чи війна можуть зірвати навіть повний та ретельно обґрунтований життєвий план. Те ж може відбутися, у випадку,

коли «герой» раптово увійде в сценарій якогось незнайомця, наприклад, вбивці або хулігана. Суміш таких обставин може закрити шлях для реалізації певної лінії або навіть визначити трагічність життєвого шляху відповідної особи [1].

Існує безліч сил, які впливають на людську долю. Батьківський програмування, підтримуване внутрішнім «голосом», який древні називали «демоном»; конструктивне батьківське програмування, подталкиваемое плином життя, з давніх часів званої природою; зовнішні сили, все ще звані долею; вільні устремління, яким древні не дали людського імені, оскільки вони були привілеєм богів і королів. Продуктом дії цих сил і виявляються різні типи життєвого шляху, які можуть змішуватися і вести до одного чи іншого типу долі: сценарному, несценарному, насильницького або незалежного.

1.2 Студентство як період кризи емоційної сфери особистості

Категорія «студентство» позначає студентів як соціально-демографічну групу, яка наділена відповідною статево-віковою структурою, чисельністю, територіальним розподілом тощо. Студентство являє собою суспільне становище, статус та роль. Специфічну стадію, фазу соціалізації (так звані «студентські роки»), яку проходить досить значна частина молоді та яка наділена характерними для неї соціально-психологічними особливостями.

Для такого віку є характерним завершення процесу зростання, що у результаті призводить до розквіту організму, що дозволяє вести мову не тільки про специфічне положення молоді особи у вченні, а й для оволодіння іншими ролями та можливостями. Із позиції вікової психології, саме в «студентські роки» змінюється емоційно-вольовий лад життя, піддаються змінам риси самосвідомості та внутрішнього світу, перебудовуються та розвиваються психічні процеси і властивості особистості.

Визначення меж юності є досить умовним – від п'ятнадцяти-шістнадцяти років та до двадцяти одного – двадцяти п'яти років).Період юності називають той час, коли людина може пройти шлях від непослідовної та невпевненої дитини до становлення зрілої особи.

Під час зазначеного періоду актуалізується питання вибору життєвих цінностей. Враховуючи те, що під час цього періоду формується внутрішня позиція по відношенню до себе («Хто Я?», та «Яким Я повинен бути?»). По відношенню до моральних цінностей, а також до інших людей. Саме у цьому періоді молода людина свідомо відробляє своє місце серед категорій добра і зла. «Гідність», «честь», «обов'язок», «право» та інші ктегорії, які ндають характеристику особистості та які мають важливе значення для неї особливо у період юності. Оскільки саме під час цього періоду молода людина розширює діапазон добра та зла до граничних меж, відчуває власну душу та власний розум в діапазоні від піднесеного, прекрасного, доброго до незмінного, жахливого злого.

Не зважаючи на дивну спрямовану юність, зокрема на пошук свого місця в світі, скільки б не була вона розумово готова до осмислення всього сущого, все ж багато речей для неї залишаються не відкритими, оскільки молодій особи бракує практичного досвіду, у цьому контексті варто навести досить поширене твердження («Якби молодість знала ...»).

Варто зауважити, що в цей період активно пробуджується дане природою прагнення до іншої статі. Таке прагнення може затьмарювати, незважаючи на знання, розуміння, переконання, а також вже сформовані ціннісні орієнтації молодій особі. Юність є таким періодом життя, коли над іншими почуттями може домінувати всепоглинаюча пристрасть до іншої особи.

У період юності людина вирішує, в якій послідовності вона прикладе свої здібності для реалізації себе в житті (наприклад, вибір професії).

Як було зазначено вище, під час періоду юності відбувається становлення молодій особі як особистості, коли людина, подолавши

складний шлях онтогенетичної ідентифікації уподібнення іншим людям, привласнив від них соціально значимі характеристики особистості, здатність до активного етичного відношення до самого себе, до інших людей і до довкілля, здатність до співпереживання, здатність до засвоєння конвенціональних правил поведінки, норм, ролей у суспільстві тощо.

Фактично такий життєвий шлях для молодшої особи є кризою, що призводить до новоутворень. Віковими новоутвореннями є - якісні зрушення в розвитку особистості на певних вікових етапах. Під час яких відображаються особливості психічних станів, процесів, характеристики особистості, що визначають її перехід на більш високу ступінь функціонування та організації. Новоутворення юнацького віку охоплюють вольову, емоційну, пізнавальну, мотиваційну сфери психіки. Крім того, вони знаходять свій прояв і в структурі особистості: в потребах, інтересах, схильностях, у характері тощо [1].

Основними психічними процесами у період юності є розвиток свідомості та самосвідомості. За допомогою розвитку свідомості у молодих осіб формується цілеспрямоване ставлення до оточуючого середовища та до власної діяльності, головною діяльністю періоду ранньої юності є навчально-професійна діяльність.

До ранньої юності вчений І. Кон пропонує відносити розвиток інтерес до наукового пошуку, образної пам'яті, самостійного логічного мислення, індивідуального стилю розумової діяльності.

Необхідно підкреслити що особливістю даного періоду є розвиток самоосвіти, а саме самопізнання, а його зміст складає установка особи самої до себе. До складу такої установки обов'язково входить:

- понятійний елемент (уявлення про свою індивідуальність, якостях і сутності);
- пізнавальний елемент (відкриття свого «Я»);
- оціночно-вольовий елемент (самоповага, самооцінка).

Розвиток рефлексії (самопізнання) у формі роздумів над власними відчуттями, переживаннями, емоціями та думками зумовлює здійснення критичної переоцінки раніше сформованих сенсу життя та його цінностей - можливо, їхній подальший розвиток або ж навпаки – зміна [22].

Окрема необхідно приділити увагу в даному дослідженні категорії «сенсу життя». Під сенсом життя в науці пропонують розуміти одне з найважливіших новоутворення ранньої юності. На думку науковця І. Кона, саме в період юності, проблема сенсу життя стає найбільш глобально всеохоплюючою з врахуванням далекої та ближньої перспективи.

Крім того важливим новоутворенням зазначеного періоду життя людини є поява життєвих планів, яка знаходить свій прояв через наявність установки на свідому побудову свого життя як прояв початку пошуку його сенсу.

Саме в період юності молода людина прагне до самовизначення як людина та як особистість, яка включена в механізм суспільного виробництва, в трудову діяльність. У цьому контексті пошук професії становить найважливішу проблему періоду юності. Варто зазначити, що саме в юності певна частина молодих осіб починає тяжіти до лідерства як майбутньої діяльності. Така категорія осіб прагне освоїти навички впливу на інших людей навчитися впливати на інших і для цього вивчає соціальні процеси, свідомо рефлексуючи на них.

Знаходячи потенціал особистості молода особа починає відчувати звільнення від безпосередньої залежності тісного кола найбільш важливих для людини осіб (близьких людей, рідних). Така незалежність приносить найсильніші переживання, захоплює емоційно та формує значну кількість проблем. Для того щоб зрозуміти основну відмінність будь-якої особи, для того щоб цінувати авторитет досвіду старшого покоління та родинні зв'язки лежить духовний шлях біблійного «блудного сина» через тяжкі переживання відчуження від кола важливих людей, через глибинні рефлексивні страждання та пошук справжніх цінностей до повернення в новій іпостасі, а саме у ролі дорослої, здатної ідентифікувати себе зі важливими близькими

особами людини. Саме доросла та соціально зріла людина несе в собі постійність ціннісних орієнтацій, світогляду, а також органічно поєднує в собі не тільки «незалежність», а й розуміння необхідності, в деяких випадках, залежності – оскільки особа несе в собі буття суспільних відносин.

Також, вважаємо за доцільне приділити окрему увагу питанню впливу життєвого сценарію на емоційну сферу особи. Зокрема, як вже було зазначено сценарій є несвідомим планом життя, основу якого складає рішення, прийняте в ранньому дитинстві. Теорія сценаріїв стверджує, що приймаючи про себе раннє рішення, дитина починає на його основі планувати життя, в якості зразка використовуючи казку або іншу історію. Наприклад, 40-річна жінка, яка ще не вийшла заміж та не досягла жодних успіхів у професійному плані, стверджує що «чекає, коли щось станеться саме по собі». Її улюбленою казкою в дитинстві була «Спляча Красуня». Іншим прикладом є жінка, яка проводить все життя у важкій праці, намагаючись тим самим задовольнити примхи свого чоловіка та їх дітей. Улюбленою казкою в дитинстві такої жінки була «Попелюшка». По ходу життя особа може ускладнювати базову історію або приймати додаткові рішення.

Хоча сценарій як життєвий план розрахований на все життя, він може відтворюватися в укорочених версіях щороку або навіть тиждень, іноді по кілька разів на протязі дня або протягом декількох секунд. Сценарії можуть бути конструктивними або трагічними. Сценарії справляють домінуючий вплив в соціальних взаємодіях, які, таким чином, відчувають вплив закладених в сценарій ранніх переживань. Ігри обираються відповідно до сценарію, транзакції відбираються відповідно до іграми. Оточення відбирається за його участі в транзакціях; для більш стійких відносин відбір проводиться за готовність брати участь в іграх; для більш близьких взаємин люди відбираються за їхньою здатністю грати ролі в сценарії. В життєвому сценарії особи завжди присутній елемент долі. Людина є бранцем свого сценарію, якщо йому не вдасться якимось подолати цю залежність. Таким

чином, прийняте в дитинстві рішення визначає все життя особи і те, як він зустрине смерть.

Втілюючи своє дитяче рішення в життя, людина не усвідомлює, того, що у нього є вибір у вчинках і реакціях (розумових, емоційних, психофізичних). Не усвідомлюючи наявності вибору, людина не бачить своєї відповідальності за свої реакції, рішення і вчинки. Як правило, люди сприймають свої думки, почуття і поведінку як вимушені, спровоковані іншими людьми і ситуацією. Насправді, не інші люди "роблять людину злим", він сам вибирає злість у відповідь на дії іншого - це його власний гнів. Цей гнів - наслідок його дитячого (сценарного) рішення про те, що інші люди - не-ОК. І поки людина залишається зі своїм сценарним рішенням, він буде злитися.

Ця ідея - про те, що ми самі відповідаємо за свої почуття, думки і дії - стрижень аналізу сценарію життя. Вона йде врозріз з усією нашою літературою, піснями і системою виховання. «Ти мене змусив полюбити тебе», - співається у пісні. «Ситуація в світі змушує нас турбуватися», - стверджує телекоментатор. «Твоя поведінка так мене хвилює, що я не в змозі заснути вночі», - каже мати дочки. Психотерапевт, який запитує: "Що змушує вас відчувати подібним чином?", Також підтримує уявлення пацієнта про себе як про безпорадну жертву обставин, нездатною контролювати навіть свої емоції.

Висновки до розділу 1

У процесі роботи ми використовували формулювання Е. Берна - «Життєвий сценарій - це план, заснований на прийнятому в дитинстві рішенні (несвідомому), підкріплений батьками, виправданий наступними подіями і такий, що досягає кульмінації в обраній альтернативі». Відштовхуючись від цього визначення можна додати, що життєвий сценарій особистості - це ще й несвідома готовність вибудувувати лінію свого життя

відповідно до вироблених в онтогенезі когнітивними, емоційними і поведінковими стереотипами. Таким чином, життєвий сценарій може впливати не тільки на життєву позицію особи, але також і на здатність висловлювати ті чи інші емоції в процесі спілкування, проявляти або стримувати їх, дозволяти собі переживати ситуації в повній мірі або тримати все під контролем.

У нашій роботі ми представили огляд основних авторів сценарного аналізу: Ерік Берн, Мері і Роберт Гулдинги, Клод Штайнер, Стен Вуллемс, Таїбо Кейлер, Франклін Ернст. В даний час концепція сценарію поряд з моделлю еґо-станів є центральною ідеєю ТА. Ерік Берн дав повне визначення життєвого сценарію, який використовується психологами в даний час: «План життя складається в дитинстві, підкріплюється батьками, виправдовується ходом подій і досягає піку при виборі шляху». За змістом сценарії можуть бути: сценарій переможця, сценарій переможеного і сценарій не-переможця (банальний). Берн однозначно визначив переможця і переможеного в їх відношенні до досягнення поставленої мети. Усвідомлення сценарію дає можливість переробити його і стати переможцем там, де вирішив бути переможеним.

У роботі ми вивчили чотири види життєвих позицій: Я-ОК, Ти-ОК; Я-НЕ ОК, Ти-ОК; Я-ОК, Ти-НЕ ОК; Я-НЕ ОК, Ти-НЕ ОК. Берн писав: «Будь-яка гра, сценарій і доля особи заснована на одній з цих чотирьох позицій». Життєва позиція - це сукупність основних уявлень про себе і оточуючих, які покликані виправдати рішення і поведінку особи.

У роботі представлений огляд різних видів сценарних послань. Роберт і Мері Гулдінг виявили, що існує обмежена кількість видів наказів - дванадцять. Людина може сприйняти від своїх батьків одне або кілька з цих дванадцяти наказів.

Ерік Берн ввів типологію сценарного процесу. Він розробив шість типів здійснення сценарію. Дотримуючись ідеї Берна про те, що сценарій може

програватися протягом коротких проміжків часу, Таїбо Кейлер описав всі драйвери і встановив зв'язок драйверів з сценарним процесом.

Ми представили в своїй роботі студентство - як особливий віковий період в житті особи. Цей період проявляється активним побудовою смислових і целеполагаючих конструкцій, нерідко визначають подальший хід життя.

Період навчання у ВНЗ у молодих людей нерідко збігається з віковою кризою переходу від юності до зрілості, при якому досягають піку розвитку емоційні, інтелектуальні, конатівний (поведінкові) процеси при одночасному максимальному розкритті духовно-моральних основ особистості.

У процесі роботи ми помітили, що життєвий сценарій і емоційна сфера особистості взаємопов'язані. Під впливом життєвого сценарію людина може проявляти емоції певним чином, відповідно до несвідомим орієнтиром. Таким чином життєвий сценарій особистості це ще й несвідома готовність вибудовувати лінію свого життя відповідно до вироблених в онтогенезі когнітивними, емоційними і поведінковими стереотипами.

РОЗДІЛ 2

ВИБІР И ОПИС МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методика казкотерапії

Для виявлення життєвих сценаріїв випробовуваних ми використовували метод казкотерапії. Цей вид діагностики в різних формах використовуються в усьому світі у вигляді проєктивної методики, і є зручним інструментом роботи практичного психолога. Ще на початковому етапі казка дає дозвіл на налагодження контакту та можливість розговорити клієнта, а також у швидкій та лагідній формі окреслює поле його проблеми. За допомогою казкотерапії можна з'ясувати, основні питання, які зараз його більше за все турбують. Зокрема, завдяки використанню цього методу діагностики у клієнта майже немає можливості приховати інформацію, бо вона виражається несвідомо та в завуальованій формі, за допомогою метафор, а не відкритим текстом.

Казка – є дуже зручним інструментом у роботі психолога по багатьом міркуванням. Вона підходить більшості клієнтів, бо (1) вона доступна - «усім віковим категоріям

покірна», підходить для людей з різними інтелектуальними здібностями, тому ще не потребує довгого роз'яснення, поставлене завдання розуміється відразу; і (2) приваблива – у нас позитивне відношення до казок, на що впливають переживання далекого дитинства. Для психолога казка хороша тим, що (3) алегорична - насичена метафорами і образами, через умовність сюжету і місцезнаходження дії вона природньо знижає тиск та опір клієнта; і (4) багатовимірна – це означає, що вона також співвідноситься з дійсними життєвими ситуаціями та подіями, а не лише наповнена архітеповими глибинними елементами, тобто адресується до індивідуальної цілісності особи.

Неможливо не звернути увагу, що із засобу психодіагностики казка легко перетворюється на психотехнічний засіб - стає агентом корекційного

перетворення, абсолютно не втрачая при цьому багатих діагностичних можливостей.

Варто докладніше зупинитися на тому, чому ми впевнені в тому, що випробуваний проєктує свої життєві проблеми на сюжет казки, її персонажів, в тому числі ідентифікує себе з одним з діючих осіб.

Це можна пояснити існуванням семантичного простору - це внутрішній світ особи, в якому оточуючий світ представлений через призму інтересів і досвіду особи, що живе в ньому.

Душевні світи різних людей хоча і можуть бути дуже різними, але всі вони схожі між собою в тій частині, в якій несуть в собі особливості навколишнього світу. Це семантичний простір містить в собі безліч підпросторів - фрагментів внутрішнього світу особи, що відповідають деяким фрагментам зовнішнього світу і життєвого досвіду взаємодії особи з ним.

Наприклад: «моя робота», «моя сім'я», «коло друзів», «місто, в якому я живу» і ін. Кожен з цих просторів містить у собі безліч відомостей про деякі фрагменти світу, спогади про свої чи чужі дії, особисті переживання в зв'язку з ними, пояснення пристроїв цього світу, а також власні очікування від нього або побоювання, життєві плани та багато іншого.

Повсякденне життя особи це безперервна подорож з одного семантичного простору в інше – по мірі того, як людина ідентифікує себе до тієї чи іншої спільності людей, яка володіє подібними змістовими характеристиками: потребами, інтересами, знаннями, навичками, установками і просторами. Такий простір суб'єктивний в цілому, в ньому дуже дивним чином сплетені і взаємно обумовлюють один одного часом найнесподіваніші змісту. При тому семантичні «переходи» створюються відповідно до особливостей життєвих подій [20].

Семантичний простір життя здатен відобразитися в будь-які види продукції, що створюються людиною, наприклад, малюнки. Крім того, змінні, існуючі в життєвому просторі, виявляють себе і в казках, які вигадус дитина або дорослий. Зрозуміло, в казці, як і в малюнках, відображається не

весь простір, а лише якась частина його. Мови обох просторів, будь то простір казки або малюнка і життєвий простір, можуть розглядатися як метафори у відношенні один до одного, алегорія, натяк. У загальному випадку, два семантичних простора однозначно взаємно відображаються один в одного, якщо будь-якого змісту одного з них може бути поставлено у відповідність деякий зміст іншого, так що мова кожного з них може бути алегорично (метафорично) використана для опису змісту іншого.

Коли ми тлумачимо казку, то прагнемо відновити змінні, за якими є ізоморфізм (схожість, подібність) між життєвою ситуацією випробуваного (її фрагментами) і текстом казки. Два семантичних простору подібні (подібні, ізоморфні) один одному, якщо між їх елементами можливо взаємне відображення. В основі деяких подібностей між ізоморфним простором можуть лежати: структурний подібність, динамічне схожість, мозаїка переживань, патерни відносин і багато іншого. В ідеальному варіанті ми вже все знаємо про свого випробуваного, а в казці лише знаходимо відповідність тих чи інших особливостей його життєвої ситуації: проблеми, установки, стратегії та ін.

Але навіть в цьому випадку доводиться уточнювати, якому фрагменту життя клієнта відповідає розклад персонажів, який персонаж якій реальній особі відповідає і т.д. У найбільш скрутному «сліпому варіанті» ми маємо лише текст казки, за яким треба скласти аналіз-уявлення про невідомому нам людину. Але найчастіше ми маємо щось проміжне - щось вже знаємо, а про щось ще потрібно дізнатися.

Тому, переважно зібрати таку інформацію, яка давала б надійні опори для калібрування - фактичні дані [20].

У казці краще проявляються власне смислові особливості, тобто відношення особи до життєвих реалій. Казка добра там, де ми готуємося окреслити проблему, охоплюємо ключове коло реально працюючих метафор (глибинних образів), складаємо «баланс» ресурсів клієнта (відсутніх і опорних) і т.п. Завдання психолога не в тому, щоб щось дізнатися про факти

життя особи, а про те, яким є життя в його уявленнях. Крім того, казка дозволяє розкрити змістовні і динамічні моменти, особливо типові труднощі і звичні стратегії взаємодії, способи вирішення виникаючих проблем. Говорячи про психологічний аналіз казок, слід зазначити ряд способів їх інтерпретації. Один з найпростіших підходів - поведінковий, або біхевіоральний - велить ставитися до казок як до опису можливих форм поведінки. Транзакційний аналіз звертає увагу на рольові взаємодії в казках. Іншими словами, кожен персонаж може описувати реального окремої особи, вірніше - певну роль, яку людина може грати або навіть брати в основу свого життєвого сценарію (по Е. Берну). Інший дуже плідний підхід розглядає героїв казки як субличности, частини «я» однієї особи. Це в основному є точкою зору юнґіанської аналітичної психології. Ті, хто приділяє увагу емоціям, також часто розглядають казкових героїв як персоніфіковані емоції.

Якими б вигаданими не були персонажі та їх дії, викликані ними емоції зовсім реальні. При цьому найчастіше говорять про відіграш емоцій. Гіпнотична школа звертає увагу на схожість між наведенням трансу і прослуховуванням, проживанням казки. У межах даного підходу стверджується, що казка може не тільки пропонувати, але і вселяти моделі поведінки, цінності, переконання, життєві сценарії.

Використовувані засоби аналізу казки - це вимірювання суб'єктивного семантичного простору її автора. Токувати з їх допомогою можна лише тому, що це не стільки елементи власне казки, а елементи семантичного простору.

Тема - те, про що сюжет, на чому будується інтрига дії; тлумачиться як значуща сфера життя випробуваного. Наприклад, очевидно різну зацікавленість відображають такі теми як подорожі, сімейні сцени, пошук друзів, таємничі перетворення, здійснення бажань тощо. До особливих тем можна віднести самотність, суїцид, наркотизації, сильні конфлікти (наприклад, війни), смерть близьких, безглуздість життя, надлишкова ейфорія і інші.

Персонажі - коло основних дійових осіб, їх характеристики. Залежно від мети дослідження можуть тлумачитися або як значущі особи з оточення дитини або дорослого, або як персоніфікація його внутрішніх устремлінь, як субособистість, які співпрацюють у справі досягнення життєвих цілей або конкуруючі за право диктувати поведінку.

Герой – це персонаж, з яким ідентифікується оповідач або учасники спільної роботи над казкою. Виявляються особливості образу Я, самосвідомості, ставлення до себе і інші важливі характеристики.

Відносини між персонажами і героєм – типи взаємин, до яких можна їх віднести: суперництво чи співробітництво, турбота, допомога, жертва і переслідувач, спільне збагачення, інтелектуальна боротьба ... тлумачить або як домінуючі в житті оповідача види відносин із значущими людьми, або як бажані зразки відносин - в залежності від контексту та інших додаткових ознак.

Типовими подіями є головна фабула казки: пошук скарбів, переслідування, створення більш кращих умов життя, пошук кращого життя, зцілення тощо.

Проблемами (труднощами) необхідно визначати як найбільш часті (типові), емоційно навантажені та найважливіші проблеми, що постають на життєвому шляху героя. Тобто основною метою є розуміння того, від кого, звідки, і які конкретні труднощі настають та відповідно визначення особи для якої створюються такі труднощі.

Окрема варто зазначити про типові засоби співволодіння з проблемами, які виникають. Задля цього варто застосовувати певні категорії, крім того, можна використовувати такі класифікаційні підстави як догляд / обман, напад / контроль, контроль себе / управління іншим, боротьба / договір тощо.

Під відсутністю ресурсів є те, чого не вистачає для вирішення проблем, подолання труднощів. Наприклад, їхня якість (сила, засоби зв'язку, чесність, краса, сміливість, активність, витривалість, розум, бажання, друзі, покровителі, відповідальність, технічні засоби, засоби пересування тощо),

рівень та кількість дефіциту по кожному окремо, так і у цілому. Інтерпретуються як реально відсутні в життя клієнта ресурси (зовнішні чи внутрішні).

Наявні ресурси: їхня якість, потужність, доступність. Необхідно зазначити, що наведений перелік способів не є вичерпним та може бути доданий іншими відповідними способів. Зокрема, можуть звернути на себе увагу способи введення героїв або варіанти корекції доступу до просторів та ресурсів. Однак, у більшості випадків, конкретні деталі виникають як шляхи у межах зазначених змінних.

Засобами аналізу казки називають вимірювання суб'єктивного семантичного простору автора відповідної казки. Застосовувати такі засоби можна лише у випадку, якщо це не стільки елементи семантичного простору.

У даному дослідженні були використанні методи бесіди, які застосовувались після написання казки випробуваним. Таким чином, під час спілкування необхідно було дослідити:

- 1) метою якою керувався головний герой;
- 2) який саме герой та чим більше запам'ятався випробуваному;
- 3) в чому саме полягає важливість відповідної казки для випробуваного (основна думка, ідея, стиль взаємин героїв тощо);
- 4) переважання емоцій в казці;
- 5) які емоції викликає головний герой казки;
- 6) яким повинен бути кінець казки, на думку випробуваного.

2.2 Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні В.В.

Бойко

Для вивчення емоційної сфери у студентів ми використовували методику Бойко В.В. «Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні», спрямовану на виявлення проблем емоційного характеру в

спілкуванні з людьми. При обробці даних виявляються п'ять «перешкод», які ускладнюють взаємодію між людьми:

1. Невміння управляти емоціями, дозувати їх.
2. Неадекватний прояв емоцій.
3. Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій.
4. Домінування негативних емоцій.
5. Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.

Фіксація на одній з цих «перешкод» можливо, призведе до емоційного вигорання. В. Бойко вказує наступні особистісні фактори, що сприяють розвитку синдрому емоційного вигорання: схильність до емоційної холодності, схильність до інтенсивного переживання негативних обставин, слабка мотивація емоційної віддачі в міжособистісному спілкуванні.

РОЗДІЛ 3

АНАЛІЗ ТА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ОТРИМАНИХ ДАНИХ

Наша робота присвячена виявленню сценарної проєкції студентів. Так само наша мета була у визначенні емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні в юнацькому віці.

Співвіднесення отриманих результатів дає нам можливість дотримуватися думки про те, що життєвий сценарій може впливати на емоційну сферу особистості.

Дослідження проводилося в кілька етапів.

На першому етапі здійснювався теоретичний аналіз літератури, узагальнення наукових даних, наявних в психологічній науці з даної проблеми; була поставлена мета, завдання, сформульовано гіпотезу та розроблений план емпіричного дослідження, здійснювався підбір методик.

На другому етапі було проведено методики, здійснювався збір даних за результатами їх проведення.

На третьому етапі дослідження були обрані методи аналізу та інтерпретації отриманих результатів.

На четвертому етапі проводилася формулювання основних висновків.

Для виявлення життєвого сценарію «переможця», «Не -переможець» і «жертви» ми використовували такі критерії:

1. Оцінка головного персонажа (себе): а) Я - Ок; б) Я - не Ок (згідно з визначенням Е. Берна).

2. Наявність випробувань: а) випробування є і головний персонаж йде назустріч випробуванням, або ухиляється від них, в разі нерівності сил, зберігаючи своє життя і знаходячи себе в нових позитивних взаєминах (Я-Ок, Ти-Ок); б) випробувань немає або ухиляється від випробувань. (По Д. Соколову).

3. У разі вступу в боротьбу з противником - ставлення до допомоги: а) спирається тільки на свої сили; б) приймає допомогу інших, сподівається на диво, талісман або на удачу. Прояв активності або пасивності героя.

4. Досягнення блага: а) набуває блага або визнання; б) блага не досягає або відмовляється від них. (По Фон Франц М.-Л.)

5. Оцінка інших (крім явного супротивника або покровителя): а) Ви ок; б) Ви - не Ок; в) Вас немає. (Згідно з визначенням Е. Берна).

Хід дослідження.

Аналіз казок студентів.

«Кіт у чоботях» (Додаток 3)

1. Головний персонаж оцінюється як Я - ОК.
2. Випробування є, і головний персонаж йде назустріч випробуванням.
3. Спирається на свої сили, але вони є чарівним проявом в казці.
4. Головний знаходить щастя сам і допомагає налагодити життя іншим героям.

5. Оцінка інших Ви - ОК.

Головна ідея казки - міжособистісні відносини. Казка вчить про те, як кмітливість, хитрість, активність і розум допомагають в досягненні життєвих цілей. Герой виступає дуже сміливим, не боїться вступати в діалог з іншими героями, проявляє кмітливість у кульмінаційні моменти. Кот здатний заспокоїти і підбадьорити: «Не горюй, господар, все буде добре».

В характері і вчинках героя відзначається швидке реагування на непередбачені ситуації: «Побачивши карету з королем і принцесою, кіт змусив роздягнутися молодшого сина і кинутися в воду». Хитрістю і обманом кіт здолав людоджера, який постає явним противником в казці «Пан людоджер, я чув, що ви не вмієте перетворюватися в мишей !?». Тим самим завдяки власній активності головний герой знаходить щастя сам і влаштовує життя значущих для нього героїв: «Сподобався замок королю і видав дочку свою за молодшого сина поміщика.

А кіт був оточений турботою і ласкою і був улюбленцем у самого короля ». Цей сюжет основа життєвого сценарію «Переможець».

«Лускунчик»

1. Позиція героя Я - не ОК перетворюється в позицію Я-ОК.

2. Випробування є, і головний персонаж йде назустріч випробуванням.
3. Приймає допомогу інших героїв
4. Стає господарем блага у вигляді любові героїні казки перетворенні в особи.

5. Оцінка інших Ви-ОК.

Головна ідея цієї казки - перемога добра і любові. Вона розповідає про перетворення неживої іграшки в особи, про порятунок обличчя головного героя. Лускунчик був спочатку «розпеченим, злим і примхливим хлопчиком». За волі долі йому довелося стати іграшкою для дівчинки, яка може його врятувати «... іграшкою все почали колоти горіхи і в підсумку він зламався». Герой чекав порятунку від інших, не діючи сам. Лускунчик викликає жалість у дівчинки - це його спосіб подолання перешкод. Герой досить пасивний. Він заступається за героїню тільки тоді, коли вона перетворюється в ляльку, тобто коли дівчинка стає як він - неживим предметом. Тим самим герой діє тільки тоді, коли інші приймають його умови. У підсумку іграшка перетворилася в хлопчика, а дівчинка «... стала справжньою». У даній казці герой обр етает тільки бажану «оболонку», але не змінюється зсередини. Проведений аналіз показав, що випробувана володіє життєвим сценарієм «Не-переможець».

«Мишки і курочка»

1. Позиція героя Я - ОК.
2. Випробування є, героїня гідно їх долає.
3. Героїня спирається тільки на свої сили.
4. Курочка досягає поставленої мети - провчити мишок, але перетворилася чи її життя за допомогою цього невідомо, знайшла вона тим самим своє щастя ?!

5. Оцінка інших героїв Ви - не ОК.

Казка носить повчальний характер. Курочка пронесла через усе казку образу на мишок, тому в кінці їх обділила пирогом. Героїня була дуже працьовитою особливою, і не нехтувала ніякою роботою. Вона хотіла

привернути до праці і мишок, але старання не увінчалися успіхом. Курочка дуже засмутилася і вирішила провчити мишок. Вона спекла смачний пиріг, пригостила всіх крім мишенят. Курочка намітила мета, спираючись не на свої життєві орієнтири.

У цій казці не можна однозначно виділити «Переможця», «Не-переможець» або «Жертву», тому що головна героїня дійсно досягає наміченої мети, але діє не для зміни свого життя і досягнення блага для себе, а намагається переробити інших героїв. Тому ми виділили ще одну групу - умовно «Не-переможець», яку можна позначити як «перетворювачі».

"Красуня і чудовисько"

1. Позиція головного персонажа Я-ОК.
2. Випробування є, і головний персонаж йде назустріч випробуванням.
3. Спирається тільки на свої сили.
4. Головний персонаж рятує батька і чудовисько, але знаходить щастя сама чи ні невідомо.
5. Позиція Ви - Чи не ОК перетворюється в позицію Ви-ОК.

Автор писав казку від свого імені. Героїня зустрічається з чудовиськом, яке страждає від самотності «... він був великим, все хто бачили його - боялися, називаючи чудовиськом». Дівчину не лякає його зовнішня непривабливість. Головна її мета - врятувати батька. Згодом Красуня залишається жити з чудовиськом, щоб повернути його до життя. Вона допомагає страждальця зцілитися. Дівчина приносить себе в жертву заради порятунку іншої, вона готова прийти на допомогу в скрутну хвилину, підлаштовуючи свої інтереси під інших. В аналізі даної казки ми відзначили, що випробувана володіє життєвим сценарієм «Перетворювач»; людина, яка прагне змінити інших.

«Крихітка - Хаврошечка».

1. Позиція героя Я - не ОК перетворюється в позицію Я-ОК.
2. Випробувань немає або ухиляється від випробувань.

3. Героїня приймає допомогу інших і знаходить себе в нових позитивних взаєминах.

4. Героїня набуває блага і перетворює своє життя.

5. Позиція Ви - Чи не ОК переходить в позицію Ви-ОК.

Ця казка розповідає про те, як терпіння і труд героїні допомогли їй подолати життєві перешкоди. Головна героїня постає дуже самотньою і нещасною дівчиною. На початку казці вона постає самотньою і покірною «... постійно Хаврошечка отримувала завдання по господарству, ... і не було у неї друзів». Відкрити душу і довіритися вона змогла корові «... плакала вона їй». Хаврошечка кориться мачусі через безвиході, але вдатися до порятунку не намагається. Їй допомагає смиренність, послух і працьовитість. За допомогою мудрої корови героїня рятується від ненависної мачухи і знаходить щастя з прекрасним молодцем «... він забрав її з собою і одружився на ній». Тим самим головна мета героїні була досягнута. У проведеному аналізі ми виявили у випробуваній життєвій сценарій «Переможець».

"Бридке каченя"

1. Позиція героя Я - не ОК перетворюється в позицію Я-ОК.

2. Випробування є, головний герой долає.

3. Герой не протистоїть противникам, його спосіб це терпіння, тому що тут нерівність сил з противником.

4. Герой набуває блага - стає прекрасним лебедем як інші птахи зі зграї.

5. Оцінка інших героїв Ви-ОК.

Основна ідея цієї казки це прийняття себе і оточуючих. Гидке каченя потрапив на двір до інших птахів «з огляду на дивною зовнішності його не злюбили». Каченя був маленький і не міг протистояти всьому пташиному двору. Він йде від всіх, ховається в «печері, сирій і холодній». За своє смирення і терпіння отримує нагороду - прийняття в зграю і самоідентифікацію (продукт свідомих зусиль особистості). Він володіє «Лебедине» від природи, але не знає, як її розкрити в собі. Розкриття

Самости у нього відбувається через подолання труднощів. Проведений аналіз показав, що випробувана володіє життєвим сценарієм «Переможець»

«Айога»

1. Позиція героя Я - ОК.

2. Випробування в казці є, але героїня не намагається їх подолати.

Способи подолання труднощів: уникнення, очікування.

3. Героїня пасивна, не прагне прикладати зусилля.

4. Героїня знаходить вічний спокій на озері, милуючись своїм відображенням.

5. Оцінка інших героїв Ви - не ОК.

Казка розповідає про долю дівчини, яку покарала власна лінь. Емоційний фон цієї історії дуже сумний. Героїня осінь пасивна, її цікавить тільки власна зовнішність (нарцисизм). Прохання оточуючих її не хвилювали. Айога прагнула до самозамилування і домоглася цього. Набуття, наміченої спочатку цілі, не принесло щастя героїні «Айога перетворилася в лебедя і так всю життя плавала по озеру і милувалася собою в відображенні. Лише іноді люди приходили підгодувати її ». Так дівчина втратила свою сім'ю і залишилася зі своїм прекрасним відображенням одна. Даний аналіз випробуваної дозволив виявити життєвий сценарій «Не-переможець» у автора казки.

"Синя Борода"

1. Позиція героя Я - ОК.

2. Випробування є, способи подолання труднощів: смиренність, уникнення.

3. Способи подолання труднощів: смиренність, уникнення.

4. Героїня рятується, але знаходить блага чи ні невідомо.

5. Оцінка інших героїв Ви - не ОК.

Казка «Синя борода» дуже популярна серед жінок. У ній розкриваються таємні бажання і прагнення автора. Цю казку можна протиставити «Красуні і чудовиська», де гасло «Я вилікую тебе своєю любов'ю!» спростовується. Так

виявляється, що любов і прийняття не є панацеєю від усіх хвороб, нещастя і злочинств. Героїні потрібно обдурити чудовисько, і втекти скоріше з зловісного замку. Дівчина потрапляє в «лапи» графа не випадково, туди привели її внутрішні страхи «... але змінити нічого вже не можна було». Цікавість героїні призводить до відкриття моторошної таємниці господаря замку «вона відкрила двері і побачила там всіх дівчат, які пропадали, вийшовши заміж за графа». Тільки доторкнувшись до заповітного секрету, вона ще більше переконується в підступність Синьої Бороди. Зіткнувшись віч-на-віч з втілення зла, героїні вдається втекти. Так дівчина не знаходить блага в казці, а лише рятується від «темної сили». На основі проведеного аналізу ми виявили у випробуваній життєвій сценарій «Не-переможець».

«Червона Шапочка»

1. Позиція героя Я - ОК.
2. Випробування є, але героїня йде назустріч їм і тим самим виявляється з'їденої злим вовком.
3. Героїня приймає допомогу інших, сподівається на диво, але діяти самостійно не намагається.
4. Героїня рятується завдяки проходившим поблизу дроворубам.
5. Оцінка інших героїв Ви - не ОК.

Для аналізу даної казки ми скористалися інтерпретацією Берна. У цій казці кожен герой прагне до дії майже будь-яку ціну. Якщо брати результат таким, яким він є насправді, то все в цілому - інтрига, в мережі якої попався нещасний вовк: його змусили уявити себе спритником, здатним обдурити кого завгодно, використовуючи дівчинку в якості приманки. Тоді мораль сюжету, може бути, не в тому, що маленьким дівчаткам треба триматися подалі від лісу, де водяться вовки, а в тому, що вовкам слід триматися подалі від дівчаток, які виглядають наївно, і від їхніх бабусь. Коротше кажучи: вовку не можна гуляти в лісі одному. При цьому виникає ще цікаве питання: що робила мати, відправивши дочка до бабусі на цілий день? На основі

проведеного аналізу ми виявили у випробуваної життєвий сценарій «Не-переможець».

«Русалонька».

1. Позиція героя Я-ОК.
2. Випробування є, і головний персонаж йде назустріч випробуванням.
3. Героїня приймає допомогу інших, діє сама і досягає поставленої мети.
4. Героїня набуває блага, її терпіння і віра винагородити.
5. Оцінка інших героїв Ви - ОК.

Основною темою цієї казки є - любов. Головна героїня заради любові долає перешкоди - спочатку вона залишає свій рідний дім, а потім віддає свій голос в обмін красивих ніжок. Інші герої є досить сильною підтримкою для героїні «Рак і рибка завжди намагалися допомогти в скрутну хвилину». Русалочка робить багато для досягнення поставленої мети - змінює підводного відьмі свій голос, в обмін на чудові ніжки Казка не є прототипом твори Андерсена, скоріше це варіант Діснея. На основі проведеного аналізу ми виявили у випробуваної життєвий сценарій «Переможця».

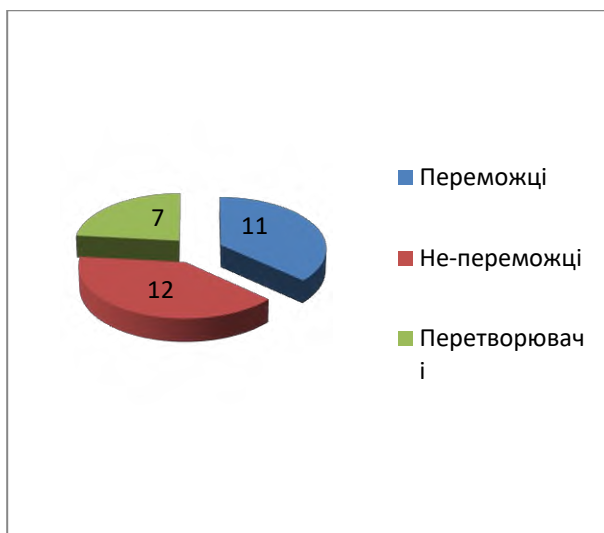
У дослідженні ми проаналізували 30 казок студентів. Спираючись на критерії, наведені вище, ми змогли виділити 3 групи: «Переможці», «Не - переможці» і виявлена нами проекція на життєвий сценарій «Перетворювач». Життєвого сценарію «Жертви» ми не виявили у студентів КНУ.

В першу групу «Переможець» ми віднесли 12 казок, які описали студенти в методиці «Улюблена казка». Це становить 37% від усієї кількості проаналізованих текстів.

До другої групи «Не-переможець» увійшли 12 казок, що склало 40% від усієї кількості текстів.

У третю групу «Перетворювач» віднесемо 7 казок, це 22% від усієї кількості. (Рис. 2)

Мал. 2 Життєві сценарії.



2. Результати методики Бойко В.В. «Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні»

Емоції не заважають спілкуванню	Деякі емоційні проблеми в спілкуванні	Емоційні проблеми «на кожен день»	Емоції явно заважають встановленню контактів з оточуючими
Переможці			
3 чол.	4 чол.	4 чол.	Немає
Не-переможці			
Немає	3 чол.	4 чол.	5 чол.
Перетворювачі			
Немає	Немає	4 чол.	3 чол.

Таким чином, ми можемо відзначити групи «Не-переможець» і «Перетворювачі», які мають емоційні проблеми, що заважають встановлювати контакти з людьми. У групи студентів з життєвим сценарієм «Переможець» такі проблеми в емоційній сфері не зустрічаються.

3. Виявлення «перешкоди» емоційної сфери в міжособистісному спілкуванні у студентів зі сценарієм «Переможець», «Не-переможець» і «Перетворювач» можна представити у вигляді таблиці.

Таблиця 2.2 «Переможці»

Казки	Невміння управляти емоціями, дозувати їх	Неадекватний прояв емоцій	Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	Домінування негативних емоцій	Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.
«Кіт у чоботях»					
«Бридке каченя»					
«Бридке каченя» (2)					
«Крихітка-Хаврошечка»		+			
«Русалонька»				+	
«Горбата принцеса»		+			
«Золушка»					
«Золушка» (2)				+	+
«Репка»					
«Лягушка-царівна»			+		+
«Лягушка-царівна» (2)		+	+		
Всього	—	3	2	2	2

Таблиця 2.3 «Не-переможець»

Казки	Невміння управляти емоціями, дозувати їх	Неадекватний прояв емоцій	Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	Домінування негативних емоцій	Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.
«Лев та собачка»		+			
«Синя борода»		+		+	+
«Лускунчик»		+		+	+
«Айога»		+			
«Червона шапочка»			+		+
«Червона шапочка» (2)		+	+		+
«Червона шапочка» (3)	+				
«Спляча					

красуня»		+			
«Спляча красуня»(2)	+	+	+		+
Їжачок у тумані					
Щоденики пам'яті		+			
Гордість та упередження	+			+	
Всього	3	8	3	3	5

Таблиця 2.4 «Перетворювач»

Казки	Невміння управляти емоціями, дозувати їх	Неадекватний прояв емоцій	Негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій	Домінування негативних емоцій	Небажання зближуватися з людьми на емоційній основі.
«Мойдодир»	+	+			
«Миші та курочка»				+	
«Красуня та чудовисько»		+		+	
«Красуня та чудовисько» (2)	+	+	+		+
«Найменший гномик»	+	+	+		+
«Мати-кішка»		+			+
«Золота рибка»			+		
Всього	3	5	3	2	3

Основною «перешкодою» в міжособистісному спілкуванні у студентів, зі сценарної проєкцією «Переможець», «Не-переможець» і «Перетворювач», є неадекватний прояв емоцій.

У процентному співвідношенні отримані результати можна висловити так:

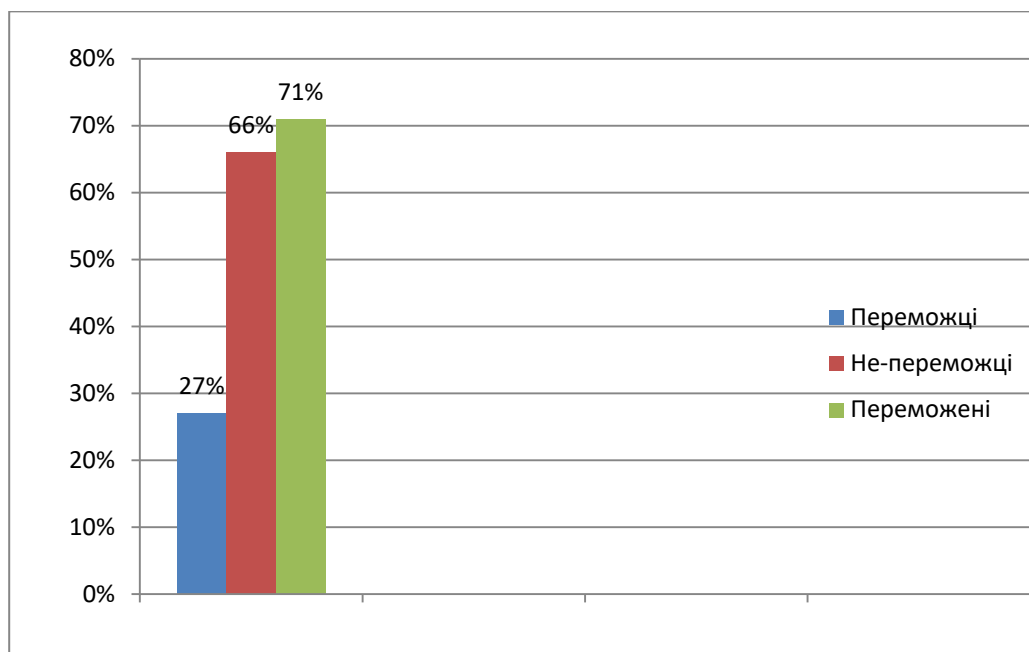
«Переможець» - 27% від 11 випробовуваних.

«Не-переможець» - 66% від 12 респондентів

«Перетворювачі» - 71% від 7 респондентів. (Рис. 3)

У студентів з життєвим сценарієм «Не-переможець» і «Перетворювачі» проблема «неадекватного прояву емоцій» зустрічається частіше (66% і 71%), ніж у студентів з життєвим сценарієм «Переможець» (27%).

Мал. 3 Зв'язок життєвого сценарію з емоційною сферою.



Висновки до розділу 3

Ми проаналізували казки 30-ти студентів університету та виявили у них такі проєкції: сценарій «Переможця», сценарій «Не-переможець». Крім основних видів нам вдалося виділити ще один вид сценарію - умовно «Не-переможець» або «Перетворювач».

За результатами методики «Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні» ми виявили, що в кожній групі є заявлені раніше емоційні проблеми. Але вони мають різний ступінь прояву у студентів з виявленими сценаріями. Випробовувані зі сценарієм «Переможець» не відчують емоцій, які б заважали їх взаємодії при контактах з людьми. У студентів зі сценарієм «Не-переможець» і «Перетворювач» емоційні бар'єри виражені в значній мірі, в порівнянні з попереднім «скриптом». (Табл. 2.1)

З дослідження видно, що наявність несвідомого орієнтира на життєвий сценарій «Не-переможець» проявляється в емоційних бар'єрах при спілкуванні з іншими людьми.

Основною перешкодою в міжособистісному спілкуванні у студентів є неадекватний прояв емоцій, який Бойко В.В. визначає як «безсумнівна ознака 'вигорання', коли людина перестає вловлювати різницю між двома принципово відмінними явищами: економічне прояв емоцій і неадекватне виборче емоційне реагування».

ВИСНОВКИ

Дослідження даної роботи було направлено на вивчення впливу життєвого сценарію особистості студентів на їхню емоційну сферу.

В роботі зіставлялися: проєкції на життєвий сценарій (переможець / Не-переможець / перетворювач) і емоційні бар'єри в спілкуванні (невміння керувати емоціями, дозувати їх / неадекватне прояв емоцій / негнучкість, нерозвиненість, невиразність емоцій / домінування негативних емоцій / небажання зближуватися з людьми на емоційній основі)

Проведено теоретичний аналіз концепцій життєвого сценарію особистості різних авторів. Ми розглянули основні проблеми студентського віку.

Мета нашого дослідження полягала в розгляді впливу життєвого сценарію студентів на їхню емоційну сферу.

Об'єктом дослідження була емоційна сфера студентів у віці від 18 до 25 років (студенти КНУ).

Предметом була проєкція на життєвий сценарій студентів і їх емоційна сфера.

В результаті проведеного дослідження наша гіпотеза про те, що наявність несвідомого орієнтира на життєвий сценарій «Не-переможець» проявляється у виникненні емоційних бар'єрів при спілкуванні з іншими людьми, підтвердилася. (Табл. 2.3)

Використовуючи метод казкотерапії, були виявлені проєкції життєвого сценарію у тридцяти студентів університету. А також, за допомогою методики діагностування емоційних бар'єрів у спілкуванні, визначили про загальні труднощі в цій сфері.

В результаті нашого дослідження ми отримали наступні дані: у студентів з життєвими сценаріями «Не-переможець» і «Перетворювач» проблема «неадекватного прояву емоцій» зустрічається частіше (66% і 71%), ніж у студентів з життєвим сценарієм «Переможець» (27 %).

Наше дослідження підтвердило висунуту гіпотезу про те, що наявність несвідомого орієнтира на життєвий сценарій «Не-переможець» проявляється в емоційних бар'єри при спілкуванні з іншими людьми тому відповідність відзначається в 66% від кількості респондентів з даної проєкцією.

Узагальнивши одержані результати проведеного дослідження, необхідно зазначити, що респонденти, які мають проєкції на життєвий сценарій «Не-переможець» діють не найоптимальнішим способом в міжособистісному спілкуванні. Відсутність правильного обмеження інтенсивності та включення емоцій в міжособистісному спілкуванні тлумачиться як неповага до опонента, а саме переходить в площину моральних оцінок. Оскільки спілкування сприяє розвитку і навичкам самовираження, структурує емоційний світ людини, запобігає настанню синдрому емоційного «вигорання». Однак рівень прояву емоцій та емоційного реагування піддається коригуванню. Найбільш ефективним варіантом є розуміння здобувачами освіти свого сценарію, що дозволить таким студентам самотійно вибудувувати свою поведінку, вибирати з більшого числа варіантів, ніж передбачає їх сценарій.

Під час спілкування з респондентами ми прийшли до висновку, що більшість з них проводять паралелі між власним життям та казкою. Таким чином, можна зробити висновок про певний рівень усвідомленості життєвого сценарію, що підвищує можливість поліпшення емоційної сфери студентів. Тому потрібна додаткова робота для подальшого вивчення життєвого сценарію.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славська К. А. Стратегія життя. М .: Думка, 1991.
2. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри. - Єкатеринбург: ЛИТУР, 2002. - 576 с.
3. Берн Е. Зцілення душі. Транзакційний аналіз в психотерапії. - Єкатеринбург: ЛИТУР, 2003. - 272 с.
4. Бойко В.В. Енергія емоцій у спілкуванні: погляд на себе і інших. Москва 1996.
5. Бурлачук Л.Ф. Психодіагностика. - СПб .: Питер, 2003. С.162.
6. Вачков І.В. «Казкотерапія: Розвиток самосвідомості через психологічну казку». - М .: Ось-89,2001.
7. Волкова І.В. «Життєві сценарії як психологічна проблема»: методичний посібник-Смоленськ: вид. Філії ГОУВПО «МЕІ» (ТУ), 2004.-27с.
8. Гельгорн Е., Луфборроу Дж. Емоції та емоційні розлади. М., 1996.
9. Горбатов Д.С. Практикум із психологічного дослідження: Учеб.пособие. - Самара: Изд-кий Дім «БАХ-РАХ-М», 2000 р.
10. Горяніна В.А. Психологія спілкування: Учеб. посібник для студ. вищ. навч. закладів. □ М .: Видавничий центр «Академія», 2002..
11. Гроф С. Области людського несвідомого - М., 2001..
12. Гулдінг М, Гулдінг Р. Психотерапія нового рішення. Теорія та практика. М., 1997..
13. Джеймс М. Джонгвард Д. Народжені вигравати. Москва Видавнича група «Прогрес» «Універс» 1993.с .329
14. Дикман Х. Юнгіанській аналіз чарівних казок. - СПб. : Академічний проєкт, 2000.с. 32-95.

15. Доценко Е.Л. «Семантичний простір психотехнічних казки» // Журнал практичного психолога 1999 року, №10-11.
16. Защирінская О.В. Казка в гостях у психології. Психологічні техніки: казкотерапія. - СПб .: Изд-во ДНК, 2001..
17. Зінкевич - Євстигнєєва Т.Д. Практикум по казкотерапії. - СПб .: Мова, 2000..
18. Кон І. С. Психологія юнацького віку: Проблеми формування особистості. [Уч. посібник для пед. ін-тів]. - М., 1996.
19. Крайг Г. Психологія розвитку.-СПб: Пітер; 2000.
20. Макаров В.В., Макарова Г.А. Транзактний аналіз - східна версія - М .: Академічний проєкт, ОППЛ, 2002.
21. Мухамедрахімов Р.Ж. Мати і дитя: психологічне взаємодія. СПб .: Изд-во СПбГУ, 1999..
22. Мухіна В.С. Вікова психологія. - М., 1998..
23. Петрова Е. Чарівні російські казки і гештальт-підхід. (Досвід експериментального дослідження). У збірнику "Невербальне поле культури" Москва РДГУ тисяча дев'ятсот дев'яносто п'ять.
24. Ремшмидт Х. Підлітковий і юнацький вік. Проблеми становлення особистості / Пер. з нім. М .: Мир, 1994.
25. Стішенок І.В. Казка у тренінгу: корекція, розвиток, особистісний ріст. - СПб .: Мова, 2005.
26. Столяренко, Л.Д. Психологія юнацького віку і формування самосвідомості // Столяренко Л.Д. основи психології. Ростов н / Д. 1997. С. 102-109.
27. Стюарт Я., Джойнс В. Сучасний Транзактний аналіз. СПб., 1996..
28. Соколов Д.М. Казки і казкотерапія. - М., 1996.

29. Тренінг по казкотерапії / Под ред. Т.Д. Зінкевич - Євстигнєєва. - СПб .: Мова, 2000..
30. Фон Франц М.-Л. Психологія казки. - СПб., 1998..
31. Штайнер Клод «Сценарії життя людей» ОЛМА-Пресс 2004.
32. Якунін В.А. Психологія навчальної діяльності студентів. - М.-С.-Пет., 1994.
33. Ямщикова Н.А. «Повернення до казки» // Журнал практичного психолога 1999 року, №10-11.

Діагностика емоційних бар'єрів в міжособистісному спілкуванні (В. В. Бойко)

Інструкція. Читайте судження і відповідайте «так» або «ні».

Опитувальник

1. Зазвичай до кінця робочого дня на моєму обличчі помітна втома.
2. Чи трапляється, що при першому знайомстві емоції заважають мені зробити більш сприятливе враження на партнерів (гублюся, хвилююся, замикаюся або, навпаки, багато говорю,)
3. У спілкуванні мені часто бракує емоційності, виразності.
4. Мабуть, я здаюся оточуючим занадто суворим.
5. Я в принципі проти того, щоб зображати чемність, якщо тобі не хочеться.
6. Я зазвичай вмію приховати від партнерів спалахи емоцій.
7. Часто в спілкуванні з колегами я продовжую думати про щось своє.
8. Буває, я хочу висловити партнеру емоційну підтримку (увага, співчуття, співпереживання), але він цього не відчуває, не сприймає.
9. Найчастіше в моїх очах або у виразі обличчя видно заклопотаність.
10. У діловому спілкуванні я намагаюся приховувати свої симпатії до партнерів.
11. Всі мої неприємні переживання зазвичай написані на моєму обличчі.
12. Якщо я захоплююся розмовою, то міміка стає надмірно виразною, експресивною.
13. Мабуть, я дещо емоційно скутий, затиснутий.
14. Я зазвичай перебуваю в стані нервового напруження.
15. Зазвичай я відчуваю дискомфорт, коли доводиться обмінюватися рукостисканнями в діловій обстановці.

16. Іноді близькі люди зупиняють мене: розслаб м'язи обличчя, що не криві губи, що не морщ особа і т. П.
17. Розмовляючи, я надмірно жестикулюю.
18. Зазвичай в новій ситуації мені важко бути розкутим, природним.
19. Мабуть, моє обличчя часто висловлює печаль або заклопотаність, хоча на душі спокійно.
20. Мені важко дивитися в очі при спілкуванні з малознайомою людиною.
21. Якщо я хочу, то мені завжди вдається приховати вою неприязнь до поганій людині.
22. Мені часто буває чомусь весело без будь-якої причини.
23. Мені дуже просто зробити за власним бажанням або за замовленням різні вирази обличчя: зобразити печаль, радість, переляк, відчай тощо.
24. Мені говорили, що мій погляд важко витримати.
25. Мені щось заважає висловлювати теплоту, симпатію людині, навіть якщо я відчуваю ці почуття до нього.

Додаток Б

Методика «Улюблена казка»

Згадайте казку, яку ви просили читати знову і знову до школи (3-6 років).

Можливо ви забули її назву, частково сюжет. Найголовніше ви пам'ятаєте головного героя або декількох героїв, які вам дуже подобалися.

Від імені цього улюбленого героя (використовуючи займенник Я) розкажіть етусказку. Якщо не виходить розповісти від свого імені, розкажіть від імені оповідача. (Можна використовувати не тільки перекази улюбленої казки, а й взагалі розповідь про ту історію, фільмі, випадок із життя, який вас сильно торкнувся).

- 1) Які герої казки вам найбільше запам'яталися?

- 2) Які почуття викликає головний герой казки?
- 3) В які моменти в своєму житті ви можете вести себе так само як і герої?
- 4) Чим привабила вас ця історія?
- 5) Який настрій переважало у вас, коли ви згадували цю казку?

Додаток В

Казки, написані студентами

Найменший гномик.

Гномик Вася був дуже маленьким і непомітним. У нього були бабуся і дідусь, які постійно дивилися телевизор. Гномик було нічим займатися, тому він завжди шукав пригод. Рятував тварин або інших маленьких гномиків, які потрапляли в пастку вовка, який хотів їх з'їсти.

Після цього він спокійно йшов додому до бабусі і дідуся і розповідав про свої пригоди і перемоги. Дідусь і бабуся його хвалили. Вовк став добрим в кінці мультфільму.

- 1) Гномик Вася і вовк.
- 2) Почуття доброти, сили, хитрості (гномик Вася), дурості, хитрості (Вовк)
- 3) У будь-який момент життя, в залежності від настрою.
- 4) Простий, добрий мультик
- 5) Гарний настрій, спогади про дитинство.

Кіт у чоботях.

У поміщика було три сина. І наказав він перед смертю старшому - млин, середньому - осла, а третій - ката.

Помер поміщик. І старший син об'єдналися із середнім. Стали вони жити заможного, а молодшого вигнали з дому.

Сів молодший у дороги і почав сумувати. Тут підходить до нього його кіт і каже: «Не горюй господар, все буде добре. Тільки дай мені свої чоботи».

Одягнув чоботи кіт, вийшов на дорогу і побачив, що їде карета з королем і принцесою.

Підбіг кіт до молодшого сина і каже: «Знімай одяг і кидайся в воду!»

Вискочив кіт на дорогу, зупинив карету криками. Вийшов звідти король зі слугами і запитав у кота: «Що трапилося?».

Кот відповідає: «О, мого пана, маркіза Карабаса, пограбували і викинули у воду. Врятуйте його»

Витягли слуги короля цього маркіза, одягли його в одяг знатних людей. Кот каже королю: «Це мій пан, він живе в замку, що знаходиться недалеко звідси».

Королю сподобався маркіз і вирішив він поїхати в гості до нього. Кот в цей час побіг вперед. Біжить кіт, бачить селяни. Зупинився і попросив їх: «Зараз буде проїжджати карета, вас запитають чиї поля, ви дайте відповідь - Маркіза Карабаса». Погодилися селяни. Їде король, зупинився і питає: «Чиї поля?» Йому відповідають: «Маркіза Карабаса!».

Задумався король, вирішив якщо і замок у цього Маркіза буде гарний, видасть свою дочку за нього заміж.

В цей час кіт добіг до замку. Зайшов туди, дивиться, а там людоджер живе. Людоджер перетворився в лева і хотів з'їсти кота. Але кіт говорить: «Пан людоджер, я чув, що ви не вмієте перетворюватися в мишей. Але я сказав цим заздрісникам, що це не так! » Засміявся людоджер і перетворився в миша. А кіт взяв і з'їв його. Тут приїхав король з усіма. Кот зустрів їх. Показав замок. Сподобався замок королю і видав дочку свою за молодшого сина поміщика. І став маркіз жити в багатстві з красунею дружиною. А кіт був оточений турботою і ласкою, і був улюбленцем у самого короля. І всі вони жили прекрасно, поки не прийшла до них смерть, руйнівниця життя старої і початок нової.

- 1) Кот, людоджер, король, третій син.
- 2) почуття захоплення.
- 3) в спілкуванні з друзями.

4) своєю незвичністю, несхожістю на інші.

5) позитивне, бадьорий.

Попелюшка

Жила-була дівчина, її звали «попелюшка», вона жила з татом. Пізніше тато одружився, а у неї було 2 дочки, вони і їх матір були дуже шкідливі. І незабаром Попелюшка стала для них просто прислугою.

І ось одного разу їх покликали на бал до палацу. Попелюшка їм шила їм сукні, а вони її туди не взяли. Надавали їй купу справ по дому. Але у неї було багато друзів, серед тварин і вони їй допомагали. І раптом з'явилася добра чарівниця і, змахнувши паличкою одягнула її. Вона їй зробила карету. І вона поїхала на бал. Вона там всіх зачарувала. І принцу дуже сподобалася, він з нею цілий вечір танцював, поки не стукнуло 12 ночі. І вона втекла, принц її не наздогнав, вона зронила туфельку. Він її почав шукати. І знайшов її.

Всім туфелька була мала. І вони жили довго і щасливо!

1) Принцеса, мачуха, фея, принц.

2) Повага

3) Не думала, але напевно є схожість

4) Тим, що за добрі справи будеш віддячити.

5) Гарне, в дитинстві побувала.

Красуня і чудовисько.

Я потрапила в чудовий палац, де всі мої бажання здійснювалися. Найбільше потрясіння для мене було знайомство з господарем будинку. Він великим, все, хто його віделі- боялися, називали чудовиськом. Але мені вдалося побачити в ньому чуйну і добру душу, яку я полюбила. Саме моя любов дозволила мені повернути його до життя.

1) Роза, красуня, чудовисько.

2) Повага, симпатія, жалість.

3) У ситуаціях, коли близькій людині необхідна допомога, підтримка, тобто у важких життєвих ситуаціях.

4) Позитивний кінець, вірою в краще.

5) Сумне.

Красуня і чудовисько (2)

Принца зачарувала зла чаклунка. Він перетворився в чудовисько. Чар його могла тільки любов дівчини, при цьому полюбити його повинна була до того, як впаде останній пелюстка троянди, який йому дала чаклунка.

Дівчина жила зі своїм батьком. Він був винахідник. Одного разу він їде на виставку винаходів і втрачається в лісі і потрапляє в замок до цього чудовиську. Дочка починає шукати батька і так само потрапляє в цей замок. Чудовисько погоджується відпустити її батька, якщо вона залишиться в замку. Вони починають жити разом і в цей період у них починають налагоджуватися стосунки. Але тут батько хворіє і красуня відпрошується у чудовиська провідати батька. Він її відпускає. В цей час в замок вриваються люди щоб убити чудовисько. Але дівчина під час встигає повернутися в замок і рятує чудовисько. Він перетворюється в принца і вони одружуються.

Мені завжди подобався момент, коли у красуні і чудовиська починають налагоджуватися стосунки. Цей момент викликав у мене радість.

1) Красуня

2) Симпатію, дуже нагадує когось.

3) При спілкуванні з молодою людиною.

4) Дуже на життя похожа- конечно не буквально.

5) Ностальгія.

Русалочка.

Жила-була в підводному світі Русалка. Її всі любили. Краса її не знала меж. Кращими друзями у Русалки були рак і рибка. Вони завжди її допомагали. З рідних у Русалки був тільки батько - цар морів, він міг все, оскільки мав владу в підводному світі. Одного разу Русалка попливла гуляти. Плавала, плавала і побачила вилку, гребінець і дзеркало. Їй стало цікаво - що

це за речі? За відповіддю вона попрямувала до своїх друзів. Вони відповіли їй, що це речі з іншого світу, тобто з поверхні. Але на цьому Русалка не зупинилася, на наступний же день вона попливла на те саме місце, і раптом вона злякалася, побачивши людину. У море (під водою) був чоловік. Він уже не дихав, Русалка не розгубилася побігла швидко до друзів і розповіла про те, що трапилося. Її друзі відразу ж сказали, щоб вона тут же витягала його наверх. Через якийсь час Русалка витягла чоловіка на поверхню і коли вона його піднімала, він розплющив очі і побачив що його витягує якась дівчина, і відразу втратив свідомість. Чоловік залишився живий. Але час минав, Русалці дуже сильно сподобався чоловік, але вона розуміла, що їй не місце в його світі, тим більше що замість ніг у неї був хвіст. Тоді вона пішла на крайні заходи. Вона пішла до чаклунки і сказала - «Зроби так, щоб замість хвоста у мене були ноги». Чаклунка погодилася, але поставила умови, що натомість вона забере її мова. Русалка погодилася. І ось, красива Русалка на поверхні, але без голосу. Вона побачила чоловіка цього, але нічого не змогла сказати йому і втекла знову в море. Розповівши все друзям, а точніше показавши себе, рак і рибка були в шоці. Але вони і її батько дали благословення, що якщо хоч і без голосу, але щоб вона була щаслива. Вона повертається на поверхню і бачить його. Вони з чоловіком кожен день бачаться, зустрічаються і він закохується в Русалку. Через якийсь час мова Русалки прийшла до неї назад. Чоловік запропонував їй вийти заміж і вона погодилася. І жили вони разом дуже щасливо!

- 1) Русалка і чоловік.
- 2) Доброту, ласку, трохи легкості.
- 3) Напевно ні в яких.
- 4) Тим, що русалка перетворилася в дівчину. (Тобто замінила хвіст на ноги).
- 5) Позитивне.

Айога.

Жила-була дівчинка, яка дуже любила милуватися своїм відображенням. Вона була єдиною дитиною в сім'ї і тому її дуже балували батьки, і сусіди завжди захоплювалися її красою, доглянутим обличчям, шкірою і нарядами. І ось коли дівчинка виросла і, стала вже дівчиною вона ніяк не хотіла допомагати своїй мамі, хоча та її дуже часто просила про допомогу. Наприклад, говорила принести води з кол одца, а дівчина відповідала, що вона зіпсує свої ніжні руки, і так було щодо всього. Вона цілими днями сиділа на ліжку і милувалася в мідний таз на своє відображення. Цю дівчину звали Айога. І ось одного разу мама забрала у неї цей мідний таз і тоді дівчина пішла на озеро і милувалася в своє відображення до тих пір, поки шия у неї не зігнулася, а руки не перетворилися в крила. У підсумку вона перетворилася в лебедя і так все життя плавала по тому озеру і милувалася собою в відображенні. І лише іноді люди, які приходили підгодовувати її чули, як лебідь кричить: «Ай-о-га! Ай-о-га!».

1) Сама героїня Айога, її мама, тому що мені завжди було шкода, що дочка їй не допомагає.

2) Отрицательние- злість, жалість. Сором.

3) Чи не в будь.

4) Тим, що було шкода матір і соромно за дівчину.

5) Почуття жалості до мами.

"Синя Борода".

В одному королівстві жив граф і все його називали Синя борода. Щороку він брав за дружину дівчину, і вони постійно потім пропадали. І ось настав новий рік і граф знову надумав одружитися. Дівчина дуже боялася графа і не хотіла їхати до нього в замок. Але змінити нічого вже не можна було. Граф привіз нову дружину в свій замок і дав їй велику в'язку ключів від усіх дверей в замку. Серед них був маленький ключик від дверей, яка перебувала під сходами. Минуло кілька місяців, дівчина жила у величезному замку і навіть звикла до моторошного графу. Одного разу вона гуляла по замку і натрапила на двері під сходами і вирішила заглянути, що там. Вона

відкрила двері і побачила там всіх дівчат які пропали, вийшовши заміж за графа. Вони були підвішені до стелі та стін, і всюди була кров. Вона злякалася і впустила ключ, він впав і на нього потрапила кров. Дівчина закрила двері, але відтерти кров з ключа не змогла. Коли Синя Борода повернувся ввечері додому і подивився на ключ, він все зрозумів, і дуже розлютився. Він ганявся за своєю дружиною по всьому замку, але їй вдалося втекти.

- 1) Дівчина і Синя Борода
- 2) Страх і жах, переживання.
- 3) Не знаю.
- 4) Думка: «Заміж краще не виходити».
- 5) Леденить.

Мій Додир.

Розповідь від умивальника: Я - умивальник, який знаходиться в квартирі у хлопчика, який не хоче митися. Я його виховую, і даю настанови, щоб той не ходив брудним, а дотримувався гігієни. Герой, який мені запам'ятався - це умивальник. Він виступає в ролі грізного, але справедливого вчителя, який прищепив хлопчикові стежити за власним зовнішнім виглядом. Ця історія вчить і виховує в людях таку якість, як догляд за собою, за зовнішнім виглядом. Кожен раз коли я згадую про цю казку, я переживаю цю ситуацію і приурочують її до свого життя. Адже завдяки їй, я дізналася, що людина повинна стежити за тим, щоб його речі були чистими, щоб його зовнішній вигляд був охайний.

Мама-кішка.

Жила-була мама-кішка і було у неї 3 діточок: 2 хлопчики і одна донечка. Пішли якось дітлахи гуляти і пішли далеко, і заблукали. Вони блуждали-блукали і не могли знайти дорогу додому. Мама кішка чекала-чекала своїх діточок, дуже переживала і вирішила піти їх шукати. Вона питала у різних тварин чи не бачили вони її діточок, але ніхто не знав, де вони знаходяться. На вулиці сутеніло, кошенята стали боятися і забилися в куток, який

утворювали пеньки від дерев. І раптом їм здалося, що хтось йде. До них підійшов вовк, вишкірив зуби і каже: «Що ви туту робите одні?» Дівчинка відповідає: «Чекаємо маму, вона зараз за нами прийде», а сама дуже сильно боялася. Вовк посміхнувся і каже: «Ну я вам допоможу її почекати». Вовк був готовий накинутися на кошенят, але тут йому на голову впав великий камінь. Поки він намагався зрозуміти, що відбувається Мама-кішка взяла своїх діточок і побігла додому. Коли Мама-кішка з діточками прийшли додому, кішка нагодувала своїх діточок і сказала: «Ви молодці, тримайтеся разом, але постарайтеся бути акуратніше». Потім вона обняла їх і поклала спати.

- 1) Мама-кішка, дітлахи.
- 2) Сміливість, хоробрість.
- 3) Коли виникають життєві ситуації.
- 4) Взаємовідносини членів сім'ї.
- 5) Радісне.

Лускунчик.

Лускунчика подарували дівчинці на Різдво. При цьому їй розповіли про те, як він з'явився. Це був дуже розпещений, злий хлопчик (принц). Його зачарувала зла щур, яка була королевою в мишачому царстві. Чар його могла тільки дівчинка, яка його полюбить ...

Цією іграшкою все почали колоти горіхи і в підсумку він зламався. Дівчинці його стало шкода і вона віднесла його в свою кімнату. Опівночі в спальні стали відбуватися дивні речі: всі іграшки ожили, з щілин в стінах стали лізти миші. Почалося бій. На чолі іграшок був щелкунчик. Дівчинка перетворилася в іграшкову ляльку і її взяли в полон миші. Лускунчик її врятував, мишаче військо було переможено. Дівчинка полюбила лускунчика і він перетворився в живого хлопчика, і сама вона стала справжньою ...

- 1) Лускунчик, дівчинка.
- 2) Спочатку жалість, захоплення в кінці.
- 3) Не можу пригадати.

4) Цікавий сюжет, перемога добра і любові.

5) Спокій.

Крихітка-Хаврошечка.

Жив-був один чоловік, було у нього своє господарство і єдина дочка рідна. Він одружився на жінці, у якої було 3 дочки: одноглазка, двуглазка і Трехглазка. Її дочки жили, не тужили, дуріли нічого особливо не робили, а Хаврошечка постійно давали завдання по господарству. Не було у Хаврошечка друзів, але у них в господарстві була корова. Як випадає вільна хвилинка, так дівчина біжить до неї, вона розповідала корові про свої проблеми, справах, бідкалася їй. Хаврошечка дуже любила корову. Одного разу мачуха наказала зарізати корову. Хаврошечка благала, просила щоб вони цього не робили, але все було марно. Хаврошечка прийшла до корови і розповіла корові, що з нею хочуть зробити, корова сказала їй не плакати, а коли всі будуть їсти м'ясо, ти не їси, збери мої кісточки і зарой. Дівчина так і зробила і на місці, де закопала кісточки вироста велика яблуня. Якось раз проїжджав повз красивий молодець. Всі дочки мачухи і Хаврошечка перебували в городі. Молодець попросив яблучко з яблуні. Одноглазка стрибала, але не дістала. Потім двуглазка теж не дістала, потім трехглазка так само не змогла дістати. Підійшла Хаврошечка, яблуня нахилилася і вона зірвала яблуко і віддала молодцю. Молодець і дівчина покохали одне одного, і поїхали, а незабаром одружилися і зажили дуже щасливо!

1) Хаврошечка і корова.

2) Почуття задоволеності і спокою.

3) Щось подібне можна згадати з минулого, а може і зараз.

4) Терпіння, працю впевненість у перемозі принесе бажаний результат.

5) Гарне.